# 1.Ciclo de menú Ración Industrializado

**REPORTE CICLOS DE MENÚS MODALIDAD INDUSTRIALIZADO**

| | | |
|---|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** | |
| **MUNICIPIO** | **28 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS DEL DEPARTAMENTO** | |
| **SEDE EDUCATIVA** | **TODAS LAS ATENDIDAS POR EL PAE DE LA GOBERNACIÓN EN ÉSTA MODALIDAD** | |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** | |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** | |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración Industrializada | |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Complemento JM/JT | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **SEMANA 1** | | | | |
| | MENÚ 1 | MENÚ 2 | MENÚ 3 | MENÚ 4 | MENÚ 5 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | LECHE ENTERA | LECHE FRESA | AVENA | LECHE CHOCOLATE |
| DERIVADO DE CEREAL | PAN UVA | BROWNIE | GALLETA PARMESANA | PAN ALIÑADO | MUFFIN SABOR A QUESO |
| FRUTA O POSTRE | MERMELADA DE FRUTA | MANZANA | MANDARINA | PERA | BOCADILLO |
| | **SEMANA 2** | | | | |
| | MENÚ 6 | MENÚ 7 | MENÚ 8 | MENÚ 9 | MENÚ 10 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | LECHE AREQUIPE | AVENA | LECHE VAINILLA | LECHE ENTERA |
| DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ VAINILLA CHIPS | ROSCÓN | PAN SABOR A QUESO | GALLETA CON GRAJEAS | MANTECADA |
| FRUTA O POSTRE | PANELITA | MANZANA | MANGUITO DE AZUCAR | BANANO | AREQUIPE |
| | **SEMANA 3** | | | | |
| | MENÚ 11 | MENÚ 12 | MENÚ 13 | MENÚ 14 | MENÚ 15 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | LECHE FRESA | LECHE CHOCOLATE | LECHE ENTERA | AVENA |
| DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CHIPS | PAN MANTEQUILLA | PONQUÉ DE NARANJA | BROWNIE | PAN COCO |
| FRUTA O POSTRE | COCADA | PERA | MANDARINA | NARANJA | LECHE CONDENSADA |
| | **SEMANA 4** | | | | |
| | MENÚ 16 | MENÚ 17 | MENÚ 18 | MENÚ 19 | MENÚ 20 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | AVENA | LECHE ENTERA | LECHE VAINILLA | AVENA |
| DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ BANANO | MUFFIN SABOR A QUESO | ROSCÓN | GALLETA MANTEQUILLA | PAN LECHE |
| FRUTA O POSTRE | CARAMELO | MANZANA | BANANO | PERA | CHOCOLATASA |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL CICLO DE MENÚS** | | | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** | MND. 02097 |
| **FIRMA** | | | | |

# 2.Menús Ración Industrializado

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN UVA | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 40 | 40 | 131 | 3,56 | 1,72 | 25,24 | 12,4 | 1,20 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZÚCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | MERMELADA DE FRUTA | Mermelada, regular, con zaúcar | K030 | 14 | 14 | 38 | 0,07 | - | 9,31 | 1,7 | 0,04 | 79,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 289 | 9,43 | 7,72 | 43,55 | 174,1 | 4,24 | 246,0 |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 22 | 29 | 21 | 21 | 25 | 76 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 35 | 35 | 139 | 1,05 | 6,23 | 19,57 | 9,1 | 0,53 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 155 | 100,75 | 53 | 1,71 | 1,01 | 9,27 | 12,1 | 0,40 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 303 | 9,16 | 13,64 | 35,63 | 261,2 | 0,93 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 23 | 28 | 38 | 17 | 37 | 17 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** ULY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA PARMESANA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 20 | 20 | 94 | 1,28 | 3,92 | 13,42 | 7,6 | 0,40 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 143 | 100,1 | 54 | 0,90 | 0,10 | 11,41 | 35,0 | 0,30 | 79,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 326 | 8,18 | 10,22 | 49,43 | 258,6 | 0,90 | 246,0 |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 25 | 28 | 23 | 37 | 16 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN ALIÑADO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 40 | 40 | 131 | 3,56 | 1,72 | 25,24 | 12,4 | 1,20 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 117 | 99,45 | 63 | 0,30 | 0,20 | 12,83 | 8,0 | 0,40 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 314 | 9,66 | 7,92 | 47,07 | 180,4 | 4,60 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 24 | 30 | 22 | 22 | 26 | 82 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 35 | 35 | 141 | 1,86 | 6,72 | 18,10 | 22,8 | 0,42 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | BOCADILLO CON GALLETA | Bocadillo o dulce de guayaba, tradicional | K005 | 14 | 14 | 46 | 0,06 | 0,07 | 11,14 | 3,5 | 0,17 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 366 | 7,91 | 12,99 | 53,84 | 242,3 | 0,79 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 28 | 24 | 36 | 25 | 35 | 14 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ VAINILLA CHIPS | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 35 | 35 | 139 | 1,05 | 6,23 | 19,57 | 9,1 | 0,53 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | PANELITA | Panelita de leche de vaca, con azúcar | K034 | 20 | 20 | 72 | 0,58 | 0,36 | 16,66 | 26,8 | 0,16 | 79,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 322 | 8,03 | 12,99 | 43,03 | 275,9 | 0,69 | 246,0 |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 25 | 36 | 20 | 39 | 12 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON BOCADILLO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 40 | 40 | 131 | 3,56 | 1,72 | 25,24 | 12,4 | 1,20 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 155 | 100,75 | 53 | 1,71 | 1,01 | 9,27 | 12,1 | 0,40 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 363 | 11,27 | 8,93 | 59,11 | 240,5 | 1,80 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 28 | 35 | 25 | 28 | 34 | 32 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SABOR A QUESO | Pan de sal regular, horenado | A066 | 40 | 40 | 136 | 4,44 | 2,56 | 23,72 | 14,0 | 0,76 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANGUITO DE AZUCAR | Mango común, crudo | C051 | 200 | 100 | 79 | 0,60 | - | 17,10 | 15,0 | 0,50 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 335 | 10,84 | 8,56 | 49,82 | 189,0 | 4,26 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 26 | 33 | 24 | 24 | 27 | 76 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON GRAJEAS | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 20 | 20 | 94 | 1,28 | 3,92 | 13,42 | 7,6 | 0,40 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 142 | 99,4 | 100 | 1,49 | 0,10 | 22,17 | 8,0 | 0,89 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 373 | 8,77 | 10,22 | 60,19 | 231,6 | 1,49 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 29 | 27 | 28 | 28 | 33 | 27 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MANTECADA | Mantecada, horneada | A054 | 35 | 35 | 142 | 2,77 | 8,47 | 13,55 | 30,8 | 1,02 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | AREQUIPE | Arequipe o dulce de leche | K001 | 20 | 20 | 64 | 1,28 | 1,50 | 11,34 | 50,6 | 0,02 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 316 | 10,45 | 16,37 | 31,69 | 321,4 | 1,04 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 24 | 32 | 45 | 15 | 46 | 18 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA MANTEQUILLA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 20 | 20 | 94 | 1,28 | 3,92 | 13,42 | 7,6 | 0,40 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | COCADA | Cocadas, con panela | K014 | 20 | 20 | 83 | 0,32 | 1,64 | 16,48 | 1,4 | 0,24 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 298 | 7,40 | 11,56 | 38,90 | 169,0 | 3,64 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 23 | 23 | 32 | 18 | 24 | 65 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN MANTEQUILLA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 40 | 40 | 136 | 4,44 | 2,56 | 23,72 | 14,0 | 0,76 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 118 | 100,3 | 63 | 0,30 | 0,20 | 12,94 | 8,0 | 0,40 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 377 | 10,74 | 8,96 | 61,26 | 238,0 | 1,36 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 29 | 33 | 25 | 29 | 34 | 24 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ DE NARANJA | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 35 | 35 | 141 | 1,86 | 6,72 | 18,10 | 22,8 | 0,42 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 143 | 100,1 | 54 | 0,90 | 0,10 | 11,41 | 35,0 | 0,30 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 373 | 8,76 | 13,02 | 54,11 | 273,8 | 0,92 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 29 | 27 | 36 | 26 | 39 | 16 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 35 | 35 | 139 | 1,05 | 6,23 | 19,57 | 9,1 | 0,53 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | NARANJA | Naranja, cruda | C062 | 167 | 100,2 | 41 | 0,70 | 0,30 | 8,82 | 33,1 | 1,30 | 79,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 290 | 8,15 | 12,93 | 35,18 | 282,2 | 1,83 | 246,0 |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 22 | 25 | 36 | 17 | 40 | 33 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN COCO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 40 | 40 | 131 | 3,56 | 1,72 | 25,24 | 12,4 | 1,20 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | LECHE CONDENSADA | Leche de vaca, condensada, con azúcar | G005 | 20 | 20 | 65 | 1,66 | 1,68 | 10,92 | 54,0 | 0,04 | 79,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 317 | 11,02 | 9,40 | 45,16 | 226,4 | 4,24 | 246,0 |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 24 | 34 | 26 | 21 | 32 | 76 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Bebida de yogurt | FT | 200 | 200 | 160 | 4,00 | 4,00 | 26,00 | 165,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ BANANO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 35 | 35 | 141 | 1,86 | 6,72 | 18,10 | 22,8 | 0,42 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | CARAMELO | Caramelos o confites, blandos | K007 | 12 | 12 | 45 | - | - | 11,12 | 0,4 | 0,05 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 346 | 5,86 | 10,72 | 55,22 | 188,1 | 0,47 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 27 | 18 | 30 | 26 | 27 | 8 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 35 | 35 | 141 | 1,86 | 6,72 | 18,10 | 22,8 | 0,42 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 154 | 100,1 | 53 | 1,70 | 1,00 | 9,21 | 12,0 | 0,40 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 314 | 9,36 | 13,72 | 36,30 | 194,8 | 3,82 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 24 | 29 | 38 | 17 | 28 | 68 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON AREQUIPE | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 40 | 40 | 131 | 3,56 | 1,72 | 25,24 | 12,4 | 1,20 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 143 | 100,1 | 101 | 1,50 | 0,10 | 22,32 | 8,0 | 0.90 | 79,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 342 | 11,46 | 8,22 | 54,36 | 260,4 | 2,10 | 246,0 |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 26 | 35 | 23 | 26 | 37 | 38 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON CHIPS DE CHOCOLATE | Galletas dulces, con relleno | A020 | 20 | 20 | 103 | 0,76 | 4,82 | 14,02 | 7,2 | 0,72 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 118 | 100,3 | 63 | 0,30 | 0,20 | 12,94 | 8,0 | 0,40 | 79,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 344 | 7,06 | 11,22 | 51,56 | 231,2 | 1,32 | 246,0 |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 26 | 22 | 31 | 24 | 33 | 24 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SEDA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 40 | 40 | 136 | 4,44 | 2,56 | 23,72 | 14,0 | 0,76 | 132,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | CHOCOLATASA | Chocolatina, o chocolate de leche | K012 | 12 | 12 | 66 | 0,66 | 3,82 | 7,20 | 19,1 | 0,19 | 79,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 322 | 10,90 | 12,38 | 39,92 | 193,1 | 3,95 | 246,0 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | 1.300 | 32,50 | 36,10 | 211,30 | 700,0 | 5,60 | 1.136,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 25 | 34 | 34 | 19 | 28 | 71 | 22 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN UVA | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 60 | 60 | 197 | 5,34 | 2,58 | 37,86 | 18,6 | 1,80 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | MERMELADA DE FRUTA | Mermelada, regular, con zaúcar | K030 | 14 | 14 | 38 | 0,07 | - | 9,31 | 1,7 | 0,04 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 355 | 11,21 | 8,58 | 56,17 | 180,3 | 4,84 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 22 | 28 | 19 | 20 | 23 | 78 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 50 | 50 | 199 | 1,50 | 8,90 | 27,95 | 13,0 | 0,75 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 155 | 100,75 | 53 | 1,71 | 1,01 | 9,27 | 12,1 | 0,40 | 107,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 362 | 9,61 | 16,31 | 44,02 | 265,1 | 1,15 | 329,0 |
| **RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 22 | 24 | 36 | 15 | 33 | 19 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA PARMESANA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 35 | 35 | 165 | 2,24 | 6,86 | 23,49 | 13,3 | 0,70 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 143 | 100,1 | 54 | 0,90 | 0,10 | 11,41 | 35,0 | 0,30 | 107,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 397 | 9,14 | 13,16 | 59,50 | 264,3 | 1,20 | 329,0 |
| **RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 24 | 22 | 29 | 21 | 33 | 19 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN ALIÑADO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 60 | 60 | 197 | 5,34 | 2,58 | 37,86 | 18,6 | 1,80 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 117 | 99,45 | 63 | 0,30 | 0,20 | 12,83 | 8,0 | 0,40 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 379 | 11,44 | 8,78 | 59,69 | 186,6 | 5,20 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 23 | 28 | 19 | 21 | 23 | 84 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 50 | 50 | 202 | 2,65 | 9,60 | 25,85 | 32,5 | 0,60 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | BOCADILLO CON GALLETA | Bocadillo o dulce de guayaba, tradicional | K005 | 14 | 14 | 46 | 0,06 | 0,07 | 11,14 | 3,5 | 0,17 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 426 | 8,71 | 15,87 | 61,59 | 252,0 | 0,97 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 26 | 21 | 35 | 22 | 32 | 16 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ VAINILLA CHIPS | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 50 | 50 | 199 | 1,50 | 8,90 | 27,95 | 13,0 | 0,75 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | PANELITA | Panelita de leche de vaca, con azúcar | K034 | 30 | 30 | 108 | 0,87 | 0,54 | 24,99 | 40,2 | 0,24 | 107,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 417 | 8,77 | 15,84 | 59,74 | 293,2 | 0,99 | 329,0 |
| **RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 26 | 22 | 35 | 21 | 37 | 16 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON BOCADILLO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 60 | 60 | 197 | 5,34 | 2,58 | 37,86 | 18,6 | 1,80 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 155 | 100,75 | 53 | 1,71 | 1,01 | 9,27 | 12,1 | 0,40 | 107,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 428 | 13,05 | 9,79 | 71,73 | 246,7 | 2,40 | 329,0 |
| **RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 26 | 32 | 22 | 25 | 31 | 39 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SABOR A QUESO | Pan de sal regular, horenado | A066 | 60 | 60 | 204 | 6,66 | 3,84 | 35,58 | 21,0 | 1,14 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANGUITO DE AZUCAR | Mango común, crudo | C051 | 200 | 100 | 79 | 0,60 | - | 17,10 | 15,0 | 0,50 | 107,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 403 | 13,06 | 9,84 | 61,68 | 196,0 | 4,64 | 329,0 |
| **RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 32 | 22 | 22 | 25 | 75 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON GRAJEAS | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 35 | 35 | 165 | 2,24 | 6,86 | 23,49 | 13,3 | 0,70 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 142 | 99,4 | 100 | 1,49 | 0,10 | 22,17 | 8,0 | 0,89 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 444 | 9,73 | 13,16 | 70,25 | 237,3 | 1,79 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 27 | 24 | 29 | 25 | 30 | 29 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MANTECADA | Mantecada, horneada | A054 | 50 | 50 | 203 | 3,95 | 12,10 | 19,35 | 44,0 | 1,45 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | AREQUIPE | Arequipe o dulce de leche | K001 | 30 | 30 | 96 | 1,92 | 2,25 | 17,01 | 75,9 | 0,03 | 107,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 409 | 12,27 | 20,75 | 43,16 | 359,9 | 1,48 | 329,0 |
| **RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 30 | 46 | 15 | 45 | 24 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA MANTEQUILLA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 35 | 35 | 165 | 2,24 | 6,86 | 23,49 | 13,3 | 0,70 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | COCADA | Cocadas, con panela | K014 | 30 | 30 | 125 | 0,48 | 2,46 | 24,72 | 2,1 | 0,36 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 410 | 8,52 | 15,32 | 57,21 | 175,4 | 4,06 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 25 | 21 | 34 | 20 | 22 | 65 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN MANTEQUILLA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 60 | 60 | 204 | 6,66 | 3,84 | 35,58 | 21,0 | 1,14 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 118 | 100,3 | 63 | 0,30 | 0,20 | 12,94 | 8,0 | 0,40 | 107,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 445 | 12,96 | 10,24 | 73,12 | 245,0 | 1,74 | 329,0 |
| **RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 27 | 32 | 23 | 26 | 31 | 28 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ DE NARANJA | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 50 | 50 | 202 | 2,65 | 9,60 | 25,85 | 32,5 | 0,60 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 143 | 100,1 | 54 | 0,90 | 0,10 | 11,41 | 35,0 | 0,30 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 434 | 9,55 | 15,90 | 61,86 | 283,5 | 1,10 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 27 | 23 | 35 | 22 | 35 | 18 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 50 | 50 | 199 | 1,50 | 8,90 | 27,95 | 13,0 | 0,75 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | NARANJA | Naranja, cruda | C062 | 167 | 100,2 | 41 | 0,70 | 0,30 | 8,82 | 33,1 | 1,30 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 350 | 8,60 | 15,60 | 43,57 | 286,1 | 2,05 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 21 | 21 | 34 | 15 | 36 | 33 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN COCO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 60 | 60 | 197 | 5,34 | 2,58 | 37,86 | 18,6 | 1,80 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | LECHE CONDENSADA | Leche de vaca, condensada, con azúcar | G005 | 30 | 30 | 98 | 2,49 | 2,52 | 16,38 | 81,0 | 0,06 | 107,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 415 | 13,63 | 11,10 | 63,24 | 259,6 | 4,86 | 329,0 |
| **RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 33 | 25 | 22 | 32 | 78 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Bebida de yogurt | FT | 200 | 200 | 160 | 4,00 | 4,00 | 26,00 | 165,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ BANANO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 50 | 50 | 202 | 2,65 | 9,60 | 25,85 | 32,5 | 0,60 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | CARAMELO | Caramelos o confites, blandos | K007 | 12 | 12 | 45 | - | - | 11,12 | 0,4 | 0,05 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 406 | 6,65 | 13,60 | 62,97 | 197,9 | 0,65 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 0 | 0,16 | 0,30 | 0,22 | 0,2 | 0,10 | 0,3 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 50 | 50 | 202 | 2,65 | 9,60 | 25,85 | 32,5 | 0,60 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 154 | 100,1 | 53 | 1,70 | 1,00 | 9,21 | 12,0 | 0,40 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 375 | 10,15 | 16,60 | 44,06 | 204,5 | 4,00 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 23 | 25 | 37 | 15 | 26 | 65 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON AREQUIPE | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 60 | 60 | 197 | 5,34 | 2,58 | 37,86 | 18,6 | 1,80 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 143 | 100,1 | 101 | 1,50 | 0,10 | 22,32 | 8,0 | 0,90 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 408 | 13,24 | 9,08 | 66,98 | 266,6 | 2,70 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 25 | 33 | 20 | 24 | 33 | 44 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON CHIPS DE CHOCOLATE | Galletas dulces, con relleno | A020 | 35 | 35 | 181 | 1,33 | 8,44 | 24,54 | 12,6 | 1,26 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 118 | 100,3 | 63 | 0,30 | 0,20 | 12,94 | 8,0 | 0,40 | 107,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 422 | 7,63 | 14,84 | 62,07 | 236,6 | 1,86 | 329,0 |
| RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 26 | 19 | 33 | 22 | 30 | 30 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SEDA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 60 | 60 | 204 | 6,66 | 3,84 | 35,58 | 21,0 | 1,14 | 175,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | CHOCOLATASA | Chocolatina, o chocolate de leche | K012 | 12 | 12 | 66 | 0,66 | 3,82 | 7,20 | 19,1 | 0,19 | 107,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 390 | 13,12 | 13,66 | 51,78 | 200,1 | 4,33 | 329,0 |
| **RECOMENDACIÓN PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | 1.629 | 40,70 | 45,30 | 284,70 | 800,0 | 6,20 | 1.200,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 24 | 32 | 30 | 18 | 25 | 70 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN UVA | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 70 | 70 | 230 | 6,23 | 3,01 | 44,17 | 21,7 | 2,10 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | MERMELADA DE FRUTA | Mermelada, regular, con zaúcar | K030 | 25 | 25 | 68 | 0,13 | - | 16,63 | 3,0 | 0,08 | 146,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 418 | 12,16 | 9,01 | 69,80 | 184,7 | 5,18 | 403,0 |
| **RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 21 | 28 | 16 | 22 | 17 | 59 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 65 | 65 | 259 | 1,95 | 11,57 | 36,34 | 16,9 | 0,98 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 155 | 100,75 | 53 | 1,71 | 1,01 | 9,27 | 12,1 | 0,40 | 146,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 422 | 10,06 | 18,98 | 52,40 | 269,0 | 1,38 | 403,0 |
| **RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 21 | 23 | 34 | 16 | 24 | 16 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA PARMESANA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 50 | 50 | 236 | 3,20 | 9,80 | 33,55 | 19,0 | 1,00 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 143 | 100,1 | 54 | 0,90 | 0,10 | 11,41 | 35,0 | 0,30 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 468 | 10,10 | 16,10 | 69,56 | 270,0 | 1,50 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 23 | 23 | 29 | 21 | 25 | 17 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN ALIÑADO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 70 | 70 | 230 | 6,23 | 3,01 | 44,17 | 21,7 | 2,10 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 117 | 99,45 | 63 | 0,30 | 0,20 | 12,83 | 8,0 | 0,40 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 412 | 12,33 | 9,21 | 66,00 | 189,7 | 5,50 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 21 | 28 | 17 | 20 | 17 | 63 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 65 | 65 | 262 | 3,45 | 12,48 | 33,61 | 42,3 | 0,78 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | BOCADILLO CON GALLETA | Bocadillo o dulce de guayaba, tradicional | K005 | 25 | 25 | 83 | 0,10 | 0,13 | 19,90 | 6,3 | 0,30 | 146,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 523 | 9,55 | 18,81 | 78,11 | 264,5 | 1,28 | 403,0 |
| **RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 26 | 22 | 34 | 24 | 24 | 15 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ VAINILLA CHIPS | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 65 | 65 | 259 | 1,95 | 11,57 | 36,34 | 16,9 | 0,98 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | PANELITA | Panelita de leche de vaca, con azúcar | K034 | 45 | 45 | 162 | 1,31 | 0,81 | 37,49 | 60,3 | 0,36 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 531 | 9,66 | 18,78 | 80,62 | 317,2 | 1,34 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 27 | 22 | 34 | 25 | 29 | 15 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON BOCADILLO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 70 | 70 | 230 | 6,23 | 3,01 | 44,17 | 21,7 | 2,10 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 185 | 120,25 | 64 | 2,04 | 1,20 | 11,06 | 14,4 | 0,48 | 146,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 471 | 14,27 | 10,41 | 79,83 | 252,1 | 2,78 | 403,0 |
| **RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 24 | 33 | 19 | 25 | 23 | 32 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SABOR A QUESO | Pan de sal regular, horenado | A066 | 70 | 70 | 238 | 7,77 | 4,48 | 41,51 | 24,5 | 1,33 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANGUITO DE AZUCAR | Mango común, crudo | C051 | 200 | 100 | 79 | 0,60 | - | 17,10 | 15,0 | 0,50 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 437 | 14,17 | 10,48 | 67,61 | 199,5 | 4,83 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 22 | 33 | 19 | 21 | 18 | 56 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON GRAJEAS | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 50 | 50 | 236 | 3,20 | 9,80 | 33,55 | 19,0 | 1,00 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 172 | 120,4 | 122 | 1,81 | 0,12 | 26,85 | 9,6 | 1,08 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 536 | 11,01 | 16,12 | 85,00 | 244,6 | 2,28 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 27 | 25 | 29 | 26 | 22 | 26 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MANTECADA | Mantecada, horneada | A054 | 65 | 65 | 263 | 5,14 | 15,73 | 25,16 | 57,2 | 1,89 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | AREQUIPE | Arequipe o dulce de leche | K001 | 45 | 45 | 144 | 2,88 | 3,38 | 25,52 | 113,9 | 0,05 | 146,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 517 | 14,42 | 25,51 | 57,47 | 411,1 | 1,93 | 403,0 |
| **RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 26 | 33 | 46 | 18 | 37 | 22 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA MANTEQUILLA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 50 | 50 | 236 | 3,20 | 9,80 | 33,55 | 19,0 | 1,00 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | COCADA | Cocadas, con panela | K014 | 45 | 45 | 188 | 0,72 | 3,69 | 37,08 | 3,2 | 0,54 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 544 | 9,72 | 19,49 | 79,63 | 182,2 | 4,54 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 27 | 22 | 35 | 25 | 17 | 52 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN MANTEQUILLA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 70 | 70 | 238 | 7,77 | 4,48 | 41,51 | 24,5 | 1,33 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 142 | 120,7 | 76 | 0,36 | 0,24 | 15,57 | 9,7 | 0,48 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 492 | 14,13 | 10,92 | 81,68 | 250,2 | 2,01 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 25 | 32 | 20 | 25 | 23 | 23 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ DE NARANJA | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 65 | 65 | 262 | 3,45 | 12,48 | 33,61 | 42,3 | 0,78 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 172 | 120,4 | 65 | 1,08 | 0,12 | 13,73 | 42,1 | 0,36 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 505 | 10,53 | 18,80 | 71,93 | 300,4 | 1,34 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 25 | 24 | 34 | 22 | 27 | 15 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 65 | 65 | 259 | 1,95 | 11,57 | 36,34 | 16,9 | 0,98 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | NARANJA | Naranja, cruda | C062 | 200 | 120 | 49 | 0,84 | 0,36 | 10,56 | 39,6 | 1,56 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 418 | 9,19 | 18,33 | 53,70 | 296,5 | 2,54 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 21 | 21 | 33 | 17 | 27 | 29 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN COCO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 70 | 70 | 230 | 6,23 | 3,01 | 44,17 | 21,7 | 2,10 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | LECHE CONDENSADA | Leche de vaca, condensada, con azúcar | G005 | 45 | 45 | 147 | 3,74 | 3,78 | 24,57 | 121,5 | 0,09 | 146,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 497 | 15,77 | 12,79 | 77,74 | 303,2 | 5,19 | 403,0 |
| **RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 36 | 23 | 24 | 28 | 60 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Bebida de yogurt | FT | 200 | 200 | 160 | 4,00 | 4,00 | 26,00 | 165,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ BANANO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 65 | 65 | 262 | 3,45 | 12,48 | 33,61 | 42,3 | 0,78 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | CARAMELO | Caramelos o confites, blandos | K007 | 24 | 24 | 89 | - | - | 22,25 | 0,7 | 0,10 | 146,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 511 | 7,45 | 16,48 | 81,85 | 208,0 | 0,88 | 403,0 |
| **RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 26 | 17 | 30 | 25 | 19 | 10 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 65 | 65 | 262 | 3,45 | 12,48 | 33,61 | 42,3 | 0,78 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 185 | 120,25 | 64 | 2,04 | 1,20 | 11,06 | 14,4 | 0,48 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 446 | 11,29 | 19,68 | 53,67 | 216,7 | 4,26 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 22 | 26 | 36 | 17 | 20 | 49 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON AREQUIPE | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 70 | 70 | 230 | 6,23 | 3,01 | 44,17 | 21,7 | 2,10 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 172 | 120,4 | 122 | 1,81 | 0,12 | 26,85 | 9,6 | 1,08 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 461 | 14,44 | 9,53 | 77,82 | 271,3 | 3,18 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 23 | 33 | 17 | 24 | 25 | 37 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON CHIPS DE CHOCOLATE | Galletas dulces, con relleno | A020 | 50 | 50 | 258 | 1,90 | 12,05 | 35,05 | 18,0 | 1,80 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 142 | 120,7 | 76 | 0,36 | 0,24 | 15,57 | 9,7 | 0,48 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 512 | 8,26 | 18,49 | 75,22 | 243,7 | 2,48 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 26 | 19 | 33 | 23 | 22 | 29 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SEDA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 70 | 70 | 238 | 7,77 | 4,48 | 41,51 | 24,5 | 1,33 | 210,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | CHOCOLATASA | Chocolatina, o chocolate de leche | K012 | 24 | 24 | 132 | 1,32 | 7,63 | 14,40 | 38,2 | 0,38 | 146,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 490 | 14,89 | 18,11 | 64,91 | 222,7 | 4,71 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN CUARTO Y QUINTO | | | | | | | 1.994 | 43,50 | 55,40 | 324,00 | 1.100,0 | 8,70 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 25 | 34 | 33 | 20 | 20 | 54 | 27 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN UVA | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 95 | 95 | 312 | 8,46 | 4,09 | 59,95 | 29,5 | 2,85 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | MERMELADA DE FRUTA | Mermelada, regular, con zaúcar | K030 | 25 | 25 | 68 | 0,13 | - | 16,63 | 3,0 | 0,08 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 500 | 14,38 | 10,09 | 85,57 | 192,5 | 5,93 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 20 | 23 | 15 | 21 | 17 | 62 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 85 | 85 | 338 | 2,55 | 15,13 | 47,52 | 22,1 | 1,28 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 185 | 120,25 | 64 | 2,04 | 1,20 | 11,06 | 14,4 | 0,48 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 512 | 10,99 | 22,73 | 65,38 | 276,5 | 1,76 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 21 | 18 | 33 | 16 | 25 | 18 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA PARMESANA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 60 | 60 | 283 | 3,84 | 11,76 | 40,26 | 22,8 | 1,20 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 172 | 120,4 | 65 | 1,08 | 0,12 | 13,73 | 42,1 | 0,36 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 526 | 10,92 | 18,08 | 78,59 | 280,9 | 1,76 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 21 | 18 | 26 | 19 | 26 | 19 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN ALIÑADO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 95 | 95 | 312 | 8,46 | 4,09 | 59,95 | 29,5 | 2,85 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 141 | 119,85 | 76 | 0,36 | 0,24 | 15,46 | 9,6 | 0,48 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 507 | 14,61 | 10,32 | 84,41 | 199,0 | 6,33 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 20 | 23 | 15 | 21 | 18 | 67 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 85 | 85 | 343 | 4,51 | 16,32 | 43,95 | 55,3 | 1,02 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | BOCADILLO CON GALLETA | Bocadillo o dulce de guayaba, tradicional | K005 | 25 | 25 | 83 | 0,10 | 0,13 | 19,90 | 6,3 | 0,30 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 604 | 10,61 | 22,65 | 88,45 | 277,5 | 1,52 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 24 | 17 | 33 | 22 | 25 | 16 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ VAINILLA CHIPS | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 85 | 85 | 338 | 2,55 | 15,13 | 47,52 | 22,1 | 1,28 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | PANELITA | Panelita de leche de vaca, con azúcar | K034 | 50 | 50 | 181 | 1,45 | 0,90 | 41,65 | 67,0 | 0,40 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 629 | 10,40 | 22,43 | 95,97 | 329,1 | 1,68 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 17 | 32 | 24 | 30 | 18 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON BOCADILLO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 85 | 85 | 279 | 7,57 | 3,66 | 53,64 | 26,4 | 2,55 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 185 | 120,25 | 64 | 2,04 | 1,20 | 11,06 | 14,4 | 0,48 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 521 | 15,61 | 11,06 | 89,30 | 256,8 | 3,23 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 21 | 25 | 16 | 22 | 23 | 34 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SABOR A QUESO | Pan de sal regular, horenado | A066 | 95 | 95 | 323 | 10,55 | 6,08 | 56,34 | 33,3 | 1,81 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANGUITO DE AZUCAR | Mango común, crudo | C051 | 240 | 120 | 95 | 0,72 | - | 20,52 | 18,0 | 0,60 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 538 | 17,07 | 12,08 | 85,86 | 211,3 | 5,41 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 22 | 27 | 17 | 21 | 19 | 57 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON GRAJEAS | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 60 | 60 | 283 | 3,84 | 11,76 | 40,26 | 22,8 | 1,20 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 172 | 120,4 | 122 | 1,81 | 0,12 | 26,85 | 9,6 | 1,08 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 583 | 11,65 | 18,08 | 91,71 | 248,4 | 2,48 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 23 | 19 | 26 | 23 | 23 | 26 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MANTECADA | Mantecada, horneada | A054 | 85 | 85 | 344 | 6,72 | 20,57 | 32,90 | 74,8 | 2,47 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | AREQUIPE | Arequipe o dulce de leche | K001 | 50 | 50 | 160 | 3,20 | 3,75 | 28,35 | 126,5 | 0,05 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 614 | 16,32 | 30,72 | 68,05 | 441,3 | 2,52 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 26 | 44 | 17 | 40 | 26 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA MANTEQUILLA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 60 | 60 | 283 | 3,84 | 11,76 | 40,26 | 22,8 | 1,20 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | COCADA | Cocadas, con panela | K014 | 50 | 50 | 209 | 0,80 | 4,10 | 41,20 | 3,5 | 0,60 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 612 | 10,44 | 21,86 | 90,46 | 186,3 | 4,80 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 17 | 32 | 22 | 17 | 51 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN MANTEQUILLA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 85 | 85 | 289 | 9,44 | 5,44 | 50,41 | 29,8 | 1,62 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 142 | 120,7 | 76 | 0,36 | 0,24 | 15,57 | 9,7 | 0,48 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 543 | 15,80 | 11,88 | 90,58 | 255,4 | 2,30 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 22 | 25 | 17 | 22 | 23 | 24 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ DE NARANJA | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 85 | 85 | 343 | 4,51 | 16,32 | 43,95 | 55,3 | 1,02 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 172 | 120,4 | 65 | 1,08 | 0,12 | 13,73 | 42,1 | 0,36 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 586 | 11,59 | 22,64 | 82,27 | 313,4 | 1,58 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 24 | 19 | 33 | 20 | 28 | 17 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 85 | 85 | 338 | 2,55 | 15,13 | 47,52 | 22,1 | 1,28 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | NARANJA | Naranja, cruda | C062 | 200 | 120 | 49 | 0,84 | 0,36 | 10,56 | 39,6 | 1,56 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 498 | 9,79 | 21,89 | 64,88 | 301,7 | 2,84 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 20 | 16 | 32 | 16 | 27 | 30 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN COCO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 85 | 85 | 279 | 7,57 | 3,66 | 53,64 | 26,4 | 2,55 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | LECHE CONDENSADA | Leche de vaca, condensada, con azúcar | G005 | 50 | 50 | 164 | 4,15 | 4,20 | 27,30 | 135,0 | 0,10 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 562 | 17,52 | 13,86 | 89,94 | 321,4 | 5,65 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 23 | 28 | 20 | 22 | 29 | 59 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Bebida de yogurt | FT | 200 | 200 | 160 | 4,00 | 4,00 | 26,00 | 165,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ BANANO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 85 | 85 | 343 | 4,51 | 16,32 | 43,95 | 55,3 | 1,02 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | CARAMELO | Caramelos o confites, blandos | K007 | 24 | 24 | 89 | - | - | 22,25 | 0,7 | 0,10 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 592 | 8,51 | 20,32 | 92,19 | 221,0 | 1,12 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 24 | 14 | 29 | 23 | 20 | 12 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 85 | 85 | 343 | 4,51 | 16,32 | 43,95 | 55,3 | 1,02 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 185 | 120,25 | 64 | 2,04 | 1,20 | 11,06 | 14,4 | 0,48 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 526 | 12,35 | 23,52 | 64,01 | 229,7 | 4,50 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 21 | 20 | 34 | 16 | 21 | 47 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON AREQUIPE | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 85 | 85 | 279 | 7,57 | 3,66 | 53,64 | 26,4 | 2,55 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 172 | 120,4 | 122 | 1,81 | 0,12 | 26,85 | 9,6 | 1,08 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 510 | 15,77 | 10,18 | 87,28 | 276,0 | 3,63 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 20 | 25 | 15 | 22 | 25 | 38 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON CHIPS DE CHOCOLATE | Galletas dulces, con relleno | A020 | 60 | 60 | 310 | 2,28 | 14,46 | 42,06 | 21,6 | 2,16 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 142 | 120,7 | 76 | 0,36 | 0,24 | 15,57 | 9,7 | 0,48 | 225,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 564 | 8,64 | 20,90 | 82,23 | 247,3 | 2,84 | 522,0 |
| **RECOMENDACIÓN SECUNDARIA** | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 23 | 14 | 30 | 20 | 22 | 30 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

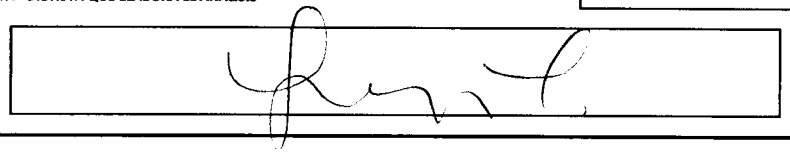
**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SEDA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 85 | 85 | 289 | 9,44 | 5,44 | 50,41 | 29,8 | 1,62 | 240,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | CHOCOLATASA | Chocolatina, o chocolate de leche | K012 | 24 | 24 | 132 | 1,32 | 7,63 | 14,40 | 38,2 | 0,38 | 225,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 541 | 16,56 | 19,07 | 73,81 | 227,9 | 5,00 | 522,0 |
| RECOMENDACIÓN SECUNDARIA | | | | | | | 2.491 | 62,30 | 69,20 | 404,80 | 1.100,0 | 9,50 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 22 | 27 | 28 | 18 | 21 | 53 | 35 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**



**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN UVA | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 100 | 100 | 328 | 5,70 | 6,40 | 61,00 | 44,0 | 1,40 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | MERMELADA DE FRUTA | Mermelada, regular, con zaúcar | K030 | 30 | 30 | 82 | 0,15 | - | 19,95 | 3,6 | 0,09 | 280,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 530 | 11,65 | 12,40 | 89,95 | 207,6 | 4,49 | 622,0 |
| **RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 18 | 16 | 15 | 19 | 19 | 38 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 100 | 100 | 398 | 3,00 | 17,80 | 55,90 | 26,0 | 1,50 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 185 | 120,25 | 64 | 2,04 | 1,20 | 11,06 | 14,4 | 0,48 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 572 | 11,44 | 25,40 | 73,76 | 280,4 | 1,98 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 20 | 16 | 32 | 16 | 25 | 17 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA PARMESANA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 70 | 70 | 330 | 4,48 | 13,72 | 46,97 | 26,6 | 1,40 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 172 | 120,4 | 65 | 1,08 | 0,12 | 13,73 | 42,1 | 0,36 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 573 | 11,56 | 20,04 | 85,30 | 284,7 | 1,96 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 20 | 16 | 25 | 18 | 26 | 17 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN ALIÑADO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 100 | 100 | 328 | 8,90 | 4,30 | 63,10 | 31,0 | 3,00 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 141 | 119,85 | 76 | 0,36 | 0,24 | 15,46 | 9,6 | 0,48 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 524 | 15,06 | 10,54 | 87,56 | 200,6 | 6,48 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 18 | 21 | 13 | 19 | 18 | 55 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 100 | 100 | 403 | 5,30 | 19,20 | 51,70 | 65,0 | 1,20 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | BOCADILLO CON GALLETA | Bocadillo o dulce de guayaba, tradicional | K005 | 30 | 30 | 100 | 0,12 | 0,15 | 23,88 | 7,5 | 0,36 | 280,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 681 | 11,42 | 25,55 | 100,18 | 288,5 | 1,76 | 622,0 |
| **RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 23 | 16 | 32 | 21 | 26 | 15 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ VAINILLA CHIPS | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 100 | 100 | 398 | 3,00 | 17,80 | 55,90 | 26,0 | 1,50 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | PANELITA | Panelita de leche de vaca, con azúcar | K034 | 60 | 60 | 217 | 1,74 | 1,08 | 49,98 | 80,4 | 0,48 | 280,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 725 | 11,14 | 25,28 | 112,68 | 346,4 | 1,98 | 622,0 |
| **RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 25 | 15 | 31 | 24 | 31 | 17 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON BOCADILLO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 100 | 100 | 328 | 8,90 | 4,30 | 63,10 | 31,0 | 3,00 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 185 | 120,25 | 64 | 2,04 | 1,20 | 11,06 | 14,4 | 0,48 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 570 | 16,94 | 11,70 | 98,76 | 261,4 | 3,68 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 20 | 23 | 15 | 21 | 24 | 31 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SABOR A QUESO | Pan de sal regular, horenado | A066 | 100 | 100 | 340 | 11,10 | 6,40 | 59,30 | 35,0 | 1,90 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANGUITO DE AZUCAR | Mango común, crudo | C051 | 240 | 120 | 95 | 0,72 | - | 20,52 | 18,0 | 0,60 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 555 | 17,62 | 12,40 | 88,82 | 213,0 | 5,50 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 19 | 24 | 15 | 19 | 19 | 47 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON GRAJEAS | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 70 | 70 | 330 | 4,48 | 13,72 | 46,97 | 26,6 | 1,40 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 172 | 120,4 | 122 | 1,81 | 0,12 | 26,85 | 9,6 | 1,08 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 630 | 12,29 | 20,04 | 98,42 | 252,2 | 2,68 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 22 | 17 | 25 | 21 | 23 | 23 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MANTECADA | Mantecada, horneada | A054 | 100 | 100 | 405 | 7,90 | 24,20 | 38,70 | 88,0 | 2,90 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | AREQUIPE | Arequipe o dulce de leche | K001 | 60 | 60 | 192 | 3,84 | 4,50 | 34,02 | 151,8 | 0,06 | 280,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 707 | 18,14 | 35,10 | 79,52 | 479,8 | 2,96 | 622,0 |
| **RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 24 | 25 | 44 | 17 | 44 | 25 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA MANTEQUILLA | Galletas dulces, sin relleno | A023 | 70 | 70 | 330 | 4,48 | 13,72 | 46,97 | 26,6 | 1,40 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | COCADA | Cocadas, con panela | K014 | 60 | 60 | 250 | 0,96 | 4,92 | 49,44 | 4,2 | 0,72 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 701 | 11,24 | 24,64 | 105,41 | 190,8 | 5,12 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 24 | 16 | 31 | 22 | 17 | 43 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE FRESA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN MANTEQUILLA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 100 | 100 | 340 | 11,10 | 6,40 | 59,30 | 35,0 | 1,90 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 142 | 120,7 | 76 | 0,36 | 0,24 | 15,57 | 9,7 | 0,48 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 594 | 17,46 | 12,84 | 99,47 | 260,7 | 2,58 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 20 | 24 | 16 | 21 | 24 | 22 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE CHOCOLATE | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ DE NARANJA | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 100 | 100 | 403 | 5,30 | 19,20 | 51,70 | 65,0 | 1,20 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANDARINA | Mandarina, cruda | C050 | 172 | 120,4 | 65 | 1,08 | 0,12 | 13,73 | 42,1 | 0,36 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 646 | 12,38 | 25,52 | 90,03 | 323,1 | 1,76 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 22 | 17 | 32 | 19 | 29 | 15 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | BROWNIE | Ponqué blanco, cubierto de chocolate, horneado | A075 | 100 | 100 | 398 | 3,00 | 17,80 | 55,90 | 26,0 | 1,50 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | NARANJA | Naranja, cruda | C062 | 200 | 120 | 49 | 0,84 | 0,36 | 10,56 | 39,6 | 1,56 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 557 | 10,24 | 24,56 | 73,26 | 305,6 | 3,06 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 19 | 14 | 30 | 16 | 28 | 26 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN COCO | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 100 | 100 | 328 | 8,90 | 4,30 | 63,10 | 31,0 | 3,00 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | LECHE CONDENSADA | Leche de vaca, condensada, con azúcar | G005 | 60 | 60 | 196 | 4,98 | 5,04 | 32,76 | 162,0 | 0,12 | 280,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 644 | 19,68 | 15,34 | 104,86 | 353,0 | 6,12 | 622,0 |
| **RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 22 | 27 | 19 | 22 | 32 | 52 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE AREQUIPE | Bebida de yogurt | FT | 200 | 200 | 160 | 4,00 | 4,00 | 26,00 | 165,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PONQUÉ BANANO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 100 | 100 | 403 | 5,30 | 19,20 | 51,70 | 65,0 | 1,20 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | CARAMELO | Caramelos o confites, blandos | K007 | 24 | 24 | 89 | - | - | 22,25 | 0,7 | 0,10 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 652 | 9,30 | 23,20 | 99,95 | 230,7 | 1,30 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 22 | 13 | 29 | 21 | 21 | 11 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | MUFFIN SABOR A QUESO | ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado | A077 | 100 | 100 | 403 | 5,30 | 19,20 | 51,70 | 65,0 | 1,20 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | MANZANA | Manzana de agua, cruda | C055 | 185 | 120,25 | 64 | 2,04 | 1,20 | 11,06 | 14,4 | 0,48 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 587 | 13,14 | 26,40 | 71,76 | 239,4 | 4,68 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 20 | 18 | 33 | 15 | 22 | 40 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE ENTERA | Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada | G012 | 200 | 200 | 110 | 6,40 | 6,40 | 6,80 | 240,0 | - | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | ROSCÓN CON AREQUIPE | Pan de dulce, regular, horneado | A063 | 100 | 100 | 328 | 8,90 | 4,30 | 63,10 | 31,0 | 3,00 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | BANANO | Banano común, crudo | C010 | 172 | 120,4 | 122 | 1,81 | 0,12 | 26,85 | 9,6 | 1,08 | 280,0 |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | 560 | 17,11 | 10,82 | 96,75 | 280,6 | 4,08 | 622,0 |
| **RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | 19 | 24 | 13 | 21 | 26 | 35 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE VAINILLA | Leche saborizada | FT | 200 | 200 | 178 | 6,00 | 6,20 | 24,60 | 216,0 | 0,20 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | GALLETA CON CHIPS DE CHOCOLATE | Galletas dulces, con relleno | A020 | 70 | 70 | 361 | 2,66 | 16,87 | 49,07 | 25,2 | 2,52 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTAS | PERA | Pera, cruda | C071 | 142 | 120,7 | 76 | 0,36 | 0,24 | 15,57 | 9,7 | 0,48 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 615 | 9,02 | 23,31 | 89,24 | 250,9 | 3,20 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 21 | 12 | 29 | 19 | 23 | 27 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración Industrializada

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | AVENA | Bebida de avena | FT | 200 | 200 | 120 | 5,80 | 6,00 | 9,00 | 160,0 | 3,00 | 47,0 |
| DERIVADO DE CEREAL | DERIVADO DE CEREAL | PAN SEDA | Pan de sal regular, horenado | A066 | 100 | 100 | 340 | 11,10 | 6,40 | 59,30 | 35,0 | 1,90 | 280,0 |
| FRUTAS O FRUTOS SECOS O AZUCARES | FRUTOS SECOS O AZÚCARES | CHOCOLATASA | Chocolatina, o chocolate de leche | K012 | 24 | 24 | 132 | 1,32 | 7,63 | 14,40 | 38,2 | 0,38 | 280,0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | 592 | 18,22 | 20,03 | 82,70 | 233,2 | 5,28 | 622,0 |
| RECOMENDACIÓN EDUCACION MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2.900 | 72,50 | 80,60 | 471,30 | 1.100,0 | 11,80 | 1.500,0 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | 20 | 25 | 25 | 18 | 21 | 45 | 41 |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

# 3.Ciclo de menú Almuerzo Jornada Única RPS

**REPORTE CICLOS DE MENÚS MODALIDAD ALMUERZO EXTERNOS Y JORNADA ÚNICA**

| | | |
|---|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** | |
| **MUNICIPIO** | **28 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS DEL DEPARTAMENTO** | |
| **SEDE EDUCATIVA** | **TODAS LAS ATENDIDAS POR EL PAE DE LA GOBERNACIÓN EN ÉSTA MODALIDAD** | |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** | |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** | |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio | |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo | |

| | **SEMANA 1** | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **MENÚ 1** | **MENÚ 2** | **MENÚ 3** | **MENÚ 4** | **MENÚ 5** |
| **ALIMENTO PROTEICO** | CARNE SUDADA | HUEVO PERICO | PECHUGA DORADA | CARNE DESMECHADA | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA |
| **SOPA O LEGUMINOSAS** | SANCOCHO | ARVEJA VERDE-SECA | CREMA DE VERDURAS | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | SOPA DE CONCHITAS |
| **CEREALES** | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO |
| **TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREAL** | (EN EL SANCOCHO) | TORTICAS DE HARINA DE TRIGO | PATACÓN DE PLATANO VERDE | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | CASCOS DE PAPA DORADA |
| **ENSALADA O VERDURA CALIENTE** | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | HABICHUELAS GUISADAS | (CON EL FRIJOL) | ENSALADA ROJA CON LIMÓN |
| **BEBIDA** | JUGO DE LULO CON LECHE | NARANJADA | JUGO DE GUAYABA EN LECHE | JUGO DE PIÑA | JUGO DE BANANO CON LECHE |
| **LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS** | | | | | |

| | **SEMANA 2** | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **MENÚ 6** | **MENÚ 7** | **MENÚ 8** | **MENÚ 9** | **MENÚ 10** |
| **ALIMENTO PROTEICO** | CERDO ACARAMELADO | HUEVOS REVUELTOS | POLLO EN SALSA CRIOLLA | CARNE FRITA | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA |
| **LEGUMINOSAS** | CREMA DE ZANAHORIA | LENTEJAS | SOPA DE AVENA | CREMA DE GARBANZOS | SOPA DE VERDURAS |
| **CEREALES** | ARROZ BLANCO | ARROZ AL AJO | ARROZ BLANCO | ARROZ AL PIMENTÓN | ESPAGUETTI GUISADO |
| **TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREAL** | CROQUETA DE YUCA | TORTICAS DE ZANAHORIA CON HARINA DE TRIGO | PAPA CHORRIADA | CASCABELES DE PLATANO VERDE | MADURO MELADO |
| **ENSALADA O VERDURA CALIENTE** | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, APIO Y PIÑA | | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | ENSALADA PICO DE GALLO |
| **BEBIDA** | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | JUGO DE MANGO | JUGO DE CURUBA CON LECHE | LIMONADA | JUGO DE GUAYABA CON LECHE |
| **LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS** | | - | | | |

| | **SEMANA 3** | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **MENÚ 11** | **MENÚ 12** | **MENÚ 13** | **MENÚ 14** | **MENÚ 15** |
| **ALIMENTO PROTEICO** | POLLO A LAS HIERBAS | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | POLLO CRISPY | HUEVOS EN TORTILLA | CARNE GUISADA |
| **LEGUMINOSAS** | SOPA DE FIDEOS | FRIJOLES | SOPA DE CEBADA | SOPA DE LENTEJAS | SANCOCHO |
| **CEREALES** | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA DORADA) | ARROZ BLANCO | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ BLANCO | ARROZ AL AJO |
| **TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREAL** | PATACÓN | TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | PAPA SALADA | CROQUETAS DE AHUYAMA | (EN EL SANCOCHO) |
| **ENSALADA O VERDURA CALIENTE** | TORTA DE ESPINACA | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, TOMATE, CABEZONA Y CILANTRO |
| **BEBIDA** | JUGO DE CURUBA CON LECHE | JUGO DE PIÑA | JUGO DE BANANO CON LECHE | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | JUGO DE MANGO CON LECHE |
| **LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS** | | | | | |

| | **SEMANA 4** | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **MENÚ 16** | **MENÚ 17** | **MENÚ 18** | **MENÚ 19** | **MENÚ 20** |
| **ALIMENTO PROTEICO** | PECHUGA DESMECHADA | CARNE GUISADA | HUEVOS BATIDOS | CERDO DESMECHADO | POLLO EN SALSA CRIOLLA |
| **LEGUMINOSAS** | AJIACO | SOPA DE COLÍ | ARVEJAS SECAS GUISADAS | FRIJOLES SUDADOS | SOPA DE ARRACACHA |
| **CEREALES** | ARROZ BLANCO | ARROZ AL CILANTRO | ARROZ BLANCO | ARRROZ BLANCO | ARROZ ROJO |
| **TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREAL** | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | ASTILLAS DE YUCA DORADA | PURÉ DE PAPA CON MAYONESA | MADURO COCIDO | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA |
| **ENSALADA O VERDURA CALIENTE** | ENSALADA DE ZANAHORIA, CABEZONA Y TOMATE | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | PICO DE GALLO | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | |
| **BEBIDA** | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | JUGO DE CURUBA CON LECHE | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | LIMONADA | JUGO DE BANANO CON LECHE |
| **LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS** | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| **NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL CICLO DE MENÚS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** | MND. 02097 |
| **FIRMA** | | |

# 4.Menús Almuerzo Jornada Única RPS

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SANCOCHO | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 32 | 0,18 | 0,06 | 7,48 | 3,2 | 0,06 | 2,8 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 25 | 17 | 68 | 28 | 0,204 | 0,034 | 6,681 | 1,36 | 0,068 | 4,42 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 10 | 6,8 | 68 | 11 | 1,4416 | 0,5984 | 0 | 0,408 | 0,1836 | 4,488 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 95 | 6 | 0,1995 | 0,01425 | 1,09725 | 3,42 | 0,04275 | 0,57 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 10 | 7,7 | 77 | 14 | 0,1232 | 1,0241 | 0,77 | 0,77 | 0,0308 | 0,462 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | | 400,2 | 15,3 | 12,7 | 54,5 | 39,9 | 2,8 | 322,2 |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | | 31% | 34% | 29% | 30% | 6% | 51% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,195 | 0,055 | 3,01 | 3 | 0,23 | 0,75 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 30 | 27 | 90 | 26 | 0,54 | 0,054 | 5,643 | 2,16 | 0,216 | 2,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | TORTICAS DE QUESO Y HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 6,255 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 10 | 10 | 100 | 30 | 1,75 | 2,55 | 0,03 | 58,6 | 0,04 | 93,5 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 95 | 4 | 0,133 | 0,0095 | 0,7315 | 2,28 | 0,0285 | 0,38 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 424,3 | 14,7 | 14,6 | 56,4 | 114,8 | 3,0 | 470,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 32% | 34% | 31% | 16% | 54% | 42% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | CREMA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 5 | 4,25 | 85 | 2 | 0,102 | 0,0085 | 0,22525 | 2,0825 | 0,0765 | 9,01 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 92 | 20 | 0,368 | 0,0736 | 4,2872 | 1,104 | 0,0736 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | PATACÓN DE PLATANO VERDE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | HABICHUELAS GUISADAS CON QUESO Y HUEVO | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 10 | 10 | 100 | 30 | 1,75 | 2,55 | 0,03 | 58,6 | 0,04 | 93,5 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 95 | 1 | 0,0266 | 0,0019 | 0,1463 | 0,456 | 0,0057 | 0,076 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| | | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 419,5 | 14,7 | 13,7 | 56,9 | 100,0 | 1,5 | 434,6 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 32% | 32% | 31% | 14% | 27% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,14 | 0,075 | 3,02 | 5,95 | 0,265 | 0,5 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 50 | 42,5 | 85 | 13 | 0,34 | 0,085 | 2,465 | 8,5 | 0,34 | 0,425 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 95 | 68,4 | 72 | 90 | 0,7524 | 0,1368 | 20,7252 | 2,052 | 0,342 | 2,736 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 406,3 | 14,3 | 13,1 | 55,8 | 28,6 | 2,6 | 301,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 31% | 4% | 47% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,66 | 0,095 | 3,605 | 0,9 | 0,255 | 0,1 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 2 | 2 | 100 | 15 | 0,012 | 1,62 | 0 | 0,06 | 0,002 | 13,7 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 0,65 | 0,075 | 3,735 | 1,25 | 0,195 | 0,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | CASCOS DE PAPA DORADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| | | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 100 | 8 | 0 | 0 | 1,986 | 0 | 0,002 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 414,6 | 15,6 | 13,7 | 55,4 | 148,7 | 1,7 | 376,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 34% | 32% | 30% | 21% | 31% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO ACARAMELADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 66 | 10,058 | 2,82 | 0,094 | 7,99 | 0,376 | 24,44 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | | | Tomillo y Laurel | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE MAÍZ | A053 | Maíz tierno, crudo | 10 | 10 | 100 | 15 | 0,34 | 0,12 | 3,05 | 0,5 | 0,08 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,66 | 0,095 | 3,605 | 0,9 | 0,255 | 0,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETA DE YUCA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 19 | 0,108 | 0,036 | 4,488 | 1,92 | 0,036 | 1,68 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 10 | 10 | 100 | 38 | 0,91 | 0,37 | 7,39 | 0,4 | 0,27 | 0,1 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, QUESO Y PIÑA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 10 | 10 | 100 | 30 | 1,75 | 2,55 | 0,03 | 58,6 | 0,04 | 93,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | C072 | Piña, cruda | 15 | 8,25 | 55 | 5 | 0,0495 | 0,00825 | 1,023 | 1,32 | 0,04125 | 0,2475 |
| | | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 100 | 8 | 0 | 0 | 1,986 | 0 | 0,002 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 406,7 | 16,5 | 13,2 | 54,2 | 88,4 | 2,0 | 403,7 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | | Adecuación | | | | 31% | 36% | 30% | 30% | 13% | 35% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 5 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0,361 |
| | | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 85 | 16 | 0,238 | 0,034 | 3,23 | 9,18 | 0,136 | 11,9 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 10 | 10 | 100 | 36 | 1,32 | 0,19 | 7,21 | 1,8 | 0,51 | 0,2 |
| CEREALES | GRUPO I | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 10 | 10 | 100 | 30 | 1,75 | 2,55 | 0,03 | 58,6 | 0,04 | 93,5 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 433,9 | 14,3 | 16,6 | 54,1 | 120,7 | 2,7 | 459,4 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 33% | 31% | 38% | 30% | 17% | 48% | 41% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 10 | 10 | 100 | 41 | 1,69 | 0,75 | 6,41 | 5,4 | 0,45 | 0,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | PAPA CHORRIADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| | | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| | | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 417,2 | 15,9 | 14,4 | 54,3 | 154,4 | 1,8 | 403,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 35% | 33% | 30% | 22% | 31% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 5 | 5 | 100 | 20 | 0,995 | 0,275 | 2,94 | 6 | 0,32 | 1,5 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| | | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 85 | 1 | 0,017 | 0,0051 | 0,1071 | 0,119 | 0,0068 | 0,034 |
| | | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 10 | 5,5 | 55 | 1 | 0,044 | 0,0055 | 0,143 | 1,155 | 0,0495 | 0,33 |
| CEREALES | GRUPO I | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 95 | 4 | 0,133 | 0,0095 | 0,7315 | 2,28 | 0,0285 | 0,38 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,042 | 0,007 | 6,314 | 2,94 | 0,343 | 2,73 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 399,7 | 14,4 | 13,3 | 54,2 | 29,3 | 2,6 | 313,6 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 32% | 31% | 30% | 4% | 47% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 92 | 20 | 0,368 | 0,0736 | 4,2872 | 1,104 | 0,0736 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 26 | 26 | 100 | 96 | 3,38 | 0,39 | 19,422 | 6,5 | 1,014 | 1,56 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| | | | K033 | Panela | 3 | 3 | 100 | 11 | 0,018 | 0,003 | 2,706 | 1,26 | 0,147 | 1,17 |
| | | | | Canela | cs | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| BEBIDAS | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 95 | 6 | 0,1995 | 0,01425 | 1,09725 | 3,42 | 0,04275 | 0,57 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 426,1 | 13,7 | 14,3 | 57,7 | 40,0 | 2,3 | 310,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 30% | 33% | 32% | 6% | 41% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| | | | G001 | Crema de leche | 5 | 5 | 100 | 17 | 0,105 | 1,75 | 0,085 | 3,4 | 0 | 2,3 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 10 | 10 | 100 | 37 | 1,3 | 0,15 | 7,47 | 2,5 | 0,39 | 0,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA DORADA) | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| CEREALES | GRUPO I | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 95 | 1 | 0,0266 | 0,0019 | 0,1463 | 0,456 | 0,0057 | 0,076 |
| | | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 45 | 30,6 | 68 | 51 | 0,3672 | 0,0612 | 12,0258 | 2,448 | 0,1224 | 7,956 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA CON HUEVO Y QUESO | B044 | Espinaca, cruda | 20 | 12 | 60 | 4 | 0,348 | 0,024 | 0,456 | 14,76 | 0,288 | 7,92 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 10 | 10 | 100 | 30 | 1,75 | 2,55 | 0,03 | 58,6 | 0,04 | 93,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| | | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 401,1 | 14,5 | 13,5 | 54,4 | 109,7 | 2,0 | 416,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 31% | 30% | 16% | 36% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,14 | 0,075 | 3,02 | 5,95 | 0,265 | 0,5 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| | | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 413,5 | 14,4 | 13,1 | 57,7 | 25,2 | 2,6 | 322,2 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 32% | 30% | 32% | 4% | 46% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,264 | 0,038 | 1,442 | 0,36 | 0,102 | 0,04 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 10 | 10 | 100 | 39 | 1,25 | 0,18 | 7,21 | 3,6 | 0,27 | 0,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| CEREALES | GRUPO I | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,26 | 0,03 | 1,494 | 0,5 | 0,078 | 0,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PAPA SALADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 95 | 4 | 0,133 | 0,0095 | 0,7315 | 2,28 | 0,0285 | 0,38 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| | | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 1 | 1 | 100 | 4 | 0 | 0 | 0,993 | 0 | 0,001 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 432,7 | 17,1 | 13,3 | 58,8 | 152,9 | 1,8 | 373,4 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 33% | 38% | 31% | 32% | 22% | 32% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 5 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 40 | 34 | 85 | 10 | 0,272 | 0,068 | 1,972 | 6,8 | 0,272 | 0,34 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 10 | 10 | 100 | 30 | 1,75 | 2,55 | 0,03 | 58,6 | 0,04 | 93,5 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 414,0 | 15,3 | 13,8 | 55,3 | 118,0 | 3,2 | 446,9 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 32% | 34% | 32% | 30% | 17% | 57% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | CARNE GUISADA | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 32 | 0,18 | 0,06 | 7,48 | 3,2 | 0,06 | 2,8 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 25 | 17 | 68 | 28 | 0,204 | 0,034 | 6,681 | 1,36 | 0,068 | 4,42 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 10 | 6,8 | 68 | 11 | 1,4416 | 0,5984 | 0 | 0,408 | 0,1836 | 4,488 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | ARROZ AL AJO | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0,361 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 95 | 4 | 0,133 | 0,0095 | 0,7315 | 2,28 | 0,0285 | 0,38 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 411,0 | 15,2 | 13,3 | 56,0 | 32,2 | 2,5 | 360,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 33% | 31% | 31% | 5% | 44% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| | | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 13 | 0,108 | 0,012 | 3,156 | 2,52 | 0,108 | 0,12 |
| | | | G001 | Crema de leche | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,063 | 1,05 | 0,051 | 2,04 | 0 | 1,38 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B047 | Guascas, crudas | 3 | 1,05 | 35 | 1 | 0,0336 | 0,00525 | 0,08715 | 2,5725 | 0,07455 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 15 | 13,8 | 92 | 15 | 0,276 | 0,0552 | 3,2154 | 0,828 | 0,0552 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | DEDITOS DE QUESO Y HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 15 | 15 | 100 | 57 | 1,365 | 0,555 | 11,085 | 0,6 | 0,405 | 0,15 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 10 | 10 | 100 | 30 | 1,75 | 2,55 | 0,03 | 58,6 | 0,04 | 93,5 |
| | | GUACAMOLE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 10 | 7,7 | 77 | 14 | 0,1232 | 1,0241 | 0,77 | 0,77 | 0,0308 | 0,462 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 411,0 | 15,5 | 13,0 | 55,2 | 94,6 | 1,7 | 409,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 34% | 30% | 30% | 14% | 30% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| | | | B084 | Plátano colí o guineo, verde, crudo | 35 | 21 | 60 | 27 | 0,273 | 0,021 | 6,363 | 0,84 | 0,147 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 35 | 35 | 100 | 34 | 0,7 | 0,035 | 7,315 | 2,1 | 0,105 | 2,1 |
| | | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| CEREALES | GRUPO I | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| | | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 45 | 0,252 | 0,084 | 10,472 | 4,48 | 0,084 | 3,92 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 8 | 0,224 | 0,016 | 1,648 | 2,56 | 0,128 | 11,36 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| | | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 439,9 | 17,3 | 13,2 | 61,6 | 152,8 | 2,5 | 413,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 38% | 30% | 34% | 22% | 45% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,195 | 0,055 | 3,01 | 3 | 0,23 | 0,75 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | PURÉ DE PAPA CON LECHE Y QUESO | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 2 | 2 | 100 | 15 | 0,012 | 1,62 | 0 | 0,06 | 0,002 | 13,7 |
| CEREALES | GRUPO I | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 10 | 10 | 100 | 30 | 1,75 | 2,55 | 0,03 | 58,6 | 0,04 | 93,5 |
| | | | G010 | Leche de vaca, entera, líquida, cruda | 10 | 10 | 100 | 7 | 0,33 | 0,37 | 0,46 | 12 | 0,02 | 4,9 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| | | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 397,2 | 13,9 | 13,3 | 53,9 | 125,1 | 2,3 | 468,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 31% | 31% | 30% | 18% | 41% | 41% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 18 | 0,144 | 0,016 | 4,208 | 3,36 | 0,144 | 0,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 10 | 9,2 | 92 | 10 | 0,184 | 0,0368 | 2,1436 | 0,552 | 0,0368 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 85 | 1 | 0,017 | 0,0051 | 0,1071 | 0,119 | 0,0068 | 0,034 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 20 | 20 | 100 | 74 | 2,6 | 0,3 | 14,94 | 5 | 0,78 | 1,2 |
| | | | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 6 | 6 | 100 | 20 | 0,054 | 2,004 | 0,324 | 0,84 | 0,012 | 42,66 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 420,7 | 13,9 | 13,1 | 59,7 | 38,0 | 2,1 | 352,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 31% | 30% | 33% | 5% | 37% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | MIXTO DE RES Y CERDO | F099 | Res, carne magra, cruda | 24 | 24 | 100 | 33 | 5,232 | 1,368 | 0 | 1,44 | 0,648 | 12,24 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 24 | 24 | 100 | 34 | 5,136 | 1,44 | 0,048 | 4,08 | 0,192 | 12,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| | | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,14 | 0,075 | 3,02 | 5,95 | 0,265 | 0,5 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| | | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| | | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 415,7 | 14,5 | 13,3 | 57,8 | 29,7 | 2,1 | 312,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 31% | 32% | 4% | 37% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SANCOCHO | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 38 | 0,216 | 0,072 | 8,976 | 3,84 | 0,072 | 3,36 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 30 | 20,4 | 68 | 34 | 0,2448 | 0,0408 | 8,0172 | 1,632 | 0,0816 | 5,304 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 4,5 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 15 | 10,2 | 68 | 17 | 2,1624 | 0,8976 | 0 | 0,612 | 0,2754 | 6,732 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 15 | 11,55 | 77 | 21 | 0,1848 | 1,53615 | 1,155 | 1,155 | 0,0462 | 0,693 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 492,7 | 18,8 | 16,1 | 66,3 | 46,7 | 3,4 | 372,1 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | Adecuación | | | | 30% | 33% | 30% | 29% | 6% | 54% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 8 | 8 | 100 | 30 | 1,912 | 0,088 | 4,816 | 4,8 | 0,368 | 1,2 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 4,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TORTICAS DE QUESO Y HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 0,4 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 12 | 12 | 100 | 36 | 2,1 | 3,06 | 0,036 | 70,32 | 0,048 | 112,2 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| | | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 523,2 | 18,1 | 16,2 | 73,4 | 140,7 | 3,8 | 549,3 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 32% | 30% | 32% | 18% | 62% | 46% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | CREMA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 3 | 0,204 | 0,017 | 0,4505 | 4,165 | 0,153 | 18,02 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 25 | 23 | 92 | 24 | 0,46 | 0,092 | 5,359 | 1,38 | 0,092 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 25 | 10 | 40 | 4 | 0,12 | 0,01 | 0,68 | 5,7 | 0,05 | 1,5 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, | GRUPO I | PATACÓN DE PLATANO | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 55 | 37,4 | 68 | 62 | 0,4488 | 0,0748 | 14,6982 | 2,992 | 0,1496 | 9,724 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS CON QUESO Y HUEVO | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 12 | 12 | 100 | 36 | 2,1 | 3,06 | 0,036 | 70,32 | 0,048 | 112,2 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 3 | 2,85 | 95 | 1 | 0,0399 | 0,00285 | 0,21945 | 0,684 | 0,00855 | 0,114 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 500,5 | 17,2 | 16,8 | 67,3 | 123,5 | 1,8 | 507,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 30% | 31% | 30% | 15% | 30% | 42% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 60 | 65 | 85 | 20 | 0,52 | 0,13 | 3,77 | 13 | 0,52 | 0,65 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 108 | 77,76 | 72 | 103 | 0,85536 | 0,15552 | 23,56128 | 2,3328 | 0,3888 | 3,1104 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 500,6 | 17,6 | 16,7 | 67,5 | 38,9 | 3,3 | 345,3 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | Adecuación | | | | 31% | 31% | 31% | 30% | 5% | 53% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,924 | 0,133 | 5,047 | 1,26 | 0,357 | 0,14 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 3 | 3 | 100 | 22 | 0,018 | 2,43 | 0 | 0,09 | 0,003 | 20,55 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 12 | 10,8 | 90 | 5 | 0,2268 | 0 | 0,7776 | 4,32 | 0,108 | 0,648 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,78 | 0,09 | 4,482 | 1,5 | 0,234 | 0,36 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, | GRUPO I | CASCOS DE PAPA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, | 35 | 35 | 100 | 34 | 0,7 | 0,035 | 7,315 | 2,1 | 0,105 | 2,1 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 496,6 | 17,8 | 16,1 | 68,0 | 152,8 | 2,0 | 427,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 31% | 30% | 30% | 19% | 33% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO ACARAMELADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 77 | 11,77 | 3,3 | 0,11 | 9,35 | 0,44 | 28,6 |
| | | | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| | | | | Tomillo y Laurel | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE MAÍZ | A053 | Maíz tierno, crudo | 12 | 12 | 100 | 18 | 0,408 | 0,144 | 3,66 | 0,6 | 0,096 | 0,36 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,792 | 0,114 | 4,326 | 1,08 | 0,306 | 0,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | CROQUETA DE YUCA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 25 | 0,144 | 0,048 | 5,984 | 2,56 | 0,048 | 2,24 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 15 | 15 | 100 | 57 | 1,365 | 0,555 | 11,085 | 0,6 | 0,405 | 0,15 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, QUESO Y PIÑA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 12 | 12 | 100 | 36 | 2,1 | 3,06 | 0,036 | 70,32 | 0,048 | 112,2 |
| | | | C072 | Piña, cruda | 15 | 8,25 | 55 | 5 | 0,0495 | 0,00825 | 1,023 | 1,32 | 0,04125 | 0,2475 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 517,6 | 19,8 | 16,4 | 70,9 | 105,4 | 2,4 | 467,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 35% | 30% | 31% | 13% | 39% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 44 | 39,6 | 90 | 38 | 0,792 | 0,0792 | 8,2764 | 3,168 | 0,3168 | 3,96 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0,5415 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 45 | 38,25 | 85 | 18 | 0,26775 | 0,03825 | 3,63375 | 10,3275 | 0,153 | 13,3875 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 12 | 12 | 100 | 36 | 2,1 | 3,06 | 0,036 | 70,32 | 0,048 | 112,2 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 503,5 | 16,9 | 17,1 | 67,6 | 142,1 | 3,2 | 532,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 30% | 31% | 30% | 18% | 52% | 44% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 12 | 10,8 | 90 | 5 | 0,2268 | 0 | 0,7776 | 4,32 | 0,108 | 0,648 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 12 | 12 | 100 | 49 | 2,028 | 0,9 | 7,692 | 6,48 | 0,54 | 0,36 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | PAPA CHORRIADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, | 50 | 50 | 100 | 48 | 1 | 0,05 | 10,45 | 3 | 0,15 | 3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,036 | 1,336 | 0,216 | 0,56 | 0,008 | 28,44 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 509,2 | 18,2 | 17,7 | 67,2 | 159,3 | 2,0 | 461,3 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | Adecuación | | | | 31% | 32% | 33% | 29% | 20% | 32% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANINA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 65 | 65 | 100 | 90 | 14,17 | 3,705 | 0 | 3,9 | 1,755 | 33,15 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,592 | 0,44 | 4,704 | 9,6 | 0,512 | 2,4 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 45 | 65 | 100 | 62 | 1,3 | 0,065 | 13,585 | 3,9 | 0,195 | 3,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 3 | 2,55 | 85 | 1 | 0,0255 | 0,00765 | 0,16065 | 0,1785 | 0,0102 | 0,051 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 55 | 37,4 | 68 | 62 | 0,4488 | 0,0748 | 14,6982 | 2,992 | 0,1496 | 9,724 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 12 | 6,6 | 55 | 1 | 0,0528 | 0,0066 | 0,1716 | 1,386 | 0,0594 | 0,396 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 12 | 11,4 | 95 | 5 | 0,1596 | 0,0114 | 0,8778 | 2,736 | 0,0342 | 0,456 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 514,3 | 20,0 | 16,5 | 69,4 | 37,9 | 3,5 | 365,6 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 35% | 30% | 30% | 5% | 57% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 60 | 55,8 | 93 | 93 | 11,5506 | 5,1336 | 0,0558 | 6,138 | 0,3906 | 35,154 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 17 | 15,3 | 90 | 7 | 0,3213 | 0 | 1,1016 | 6,12 | 0,153 | 0,918 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 25 | 23 | 92 | 24 | 0,46 | 0,092 | 5,359 | 1,38 | 0,092 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 37 | 37 | 100 | 137 | 4,81 | 0,555 | 27,639 | 9,25 | 1,443 | 2,22 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | | | Canela | cs | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 17 | 16,15 | 95 | 6 | 0,2261 | 0,01615 | 1,24355 | 3,876 | 0,04845 | 0,646 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 17 | 13,6 | 80 | 3 | 0,1224 | 0,0136 | 0,5576 | 1,224 | 0,068 | 0,816 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 11 | 11 | 100 | 99 | 0 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 537,1 | 19,1 | 17,1 | 73,4 | 48,4 | 3,0 | 363,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 34% | 31% | 32% | 6% | 49% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | G001 | Crema de leche | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,147 | 2,45 | 0,119 | 4,76 | 0 | 3,22 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 12 | 10,8 | 90 | 5 | 0,2268 | 0 | 0,7776 | 4,32 | 0,108 | 0,648 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 12 | 12 | 100 | 45 | 1,56 | 0,18 | 8,964 | 3 | 0,468 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA DORADA) | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 3 | 2,85 | 95 | 1 | 0,0399 | 0,00285 | 0,21945 | 0,684 | 0,00855 | 0,114 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 55 | 37,4 | 68 | 62 | 0,4488 | 0,0748 | 14,6982 | 2,992 | 0,1496 | 9,724 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA CON HUEVO Y QUESO | B044 | Espinaca, cruda | 25 | 15 | 60 | 5 | 0,435 | 0,03 | 0,57 | 18,45 | 0,36 | 9,9 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 12 | 12 | 100 | 36 | 2,1 | 3,06 | 0,036 | 70,32 | 0,048 | 112,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 498,1 | 17,5 | 16,8 | 67,8 | 134,3 | 2,4 | 491,9 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | Adecuación | | | | 31% | 31% | 31% | 30% | 17% | 39% | 41% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 65 | 68 | 108 | 0,78 | 0,13 | 25,545 | 5,2 | 0,26 | 16,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 20 | 65 | 80 | 34 | 0,91 | 0,065 | 6,695 | 10,4 | 0,52 | 46,15 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 567,2 | 18,5 | 16,8 | 82,5 | 43,8 | 3,6 | 413,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 35% | 32% | 31% | 36% | 5% | 58% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 48 | 44,64 | 93 | 74 | 9,24048 | 4,10688 | 0,04464 | 4,9104 | 0,31248 | 28,1232 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 3,753 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 3 | 3 | 100 | 11 | 0,396 | 0,057 | 2,163 | 0,54 | 0,153 | 0,06 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 12 | 10,8 | 90 | 5 | 0,2268 | 0 | 0,7776 | 4,32 | 0,108 | 0,648 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 12 | 12 | 100 | 46 | 1,5 | 0,216 | 8,652 | 4,32 | 0,324 | 0,84 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 3 | 3 | 100 | 11 | 0,39 | 0,045 | 2,241 | 0,75 | 0,117 | 0,18 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, | GRUPO I | PAPA SALADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, | 50 | 50 | 100 | 48 | 1 | 0,05 | 10,45 | 3 | 0,15 | 3 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 12 | 9,6 | 80 | 2 | 0,0864 | 0,0096 | 0,3936 | 0,864 | 0,048 | 0,576 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 12 | 11,4 | 95 | 5 | 0,1596 | 0,0114 | 0,8778 | 2,736 | 0,0342 | 0,456 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 537,1 | 19,9 | 16,4 | 74,5 | 159,4 | 2,1 | 427,3 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 33% | 35% | 30% | 33% | 20% | 34% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 44 | 39,6 | 90 | 38 | 0,792 | 0,0792 | 8,2764 | 3,168 | 0,3168 | 3,96 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 45 | 38,25 | 85 | 11 | 0,306 | 0,0765 | 2,2185 | 7,65 | 0,306 | 0,3825 |
| DE CEREAL | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 0,4 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 12 | 12 | 100 | 36 | 2,1 | 3,06 | 0,036 | 70,32 | 0,048 | 112,2 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 508,6 | 17,9 | 17,2 | 68,4 | 139,0 | 3,8 | 518,1 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 31% | 32% | 30% | 17% | 61% | 43% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SANCOCHO | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 38 | 0,216 | 0,072 | 8,976 | 3,84 | 0,072 | 3,36 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 30 | 20,4 | 68 | 34 | 0,2448 | 0,0408 | 8,0172 | 1,632 | 0,0816 | 5,304 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 4,5 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 15 | 10,2 | 68 | 17 | 2,1624 | 0,8976 | 0 | 0,612 | 0,2754 | 6,732 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0,5415 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 95 | 6 | 0,1995 | 0,01425 | 1,09725 | 3,42 | 0,04275 | 0,57 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 6 | 6 | 100 | 20 | 0,054 | 2,004 | 0,324 | 0,84 | 0,012 | 42,66 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 503,0 | 18,6 | 16,5 | 68,1 | 40,0 | 3,0 | 418,4 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | Adecuación | | | | 31% | 33% | 30% | 30% | 5% | 49% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 48 | 44,64 | 93 | 74 | 9,24048 | 4,10688 | 0,04464 | 4,9104 | 0,31248 | 28,1232 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 18 | 0,144 | 0,016 | 4,208 | 3,36 | 0,144 | 0,16 |
| | | | G001 | Crema de leche | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,084 | 1,4 | 0,068 | 2,72 | 0 | 1,84 |
| | | | B047 | Guascas, crudas | 4 | 1,4 | 35 | 1 | 0,0448 | 0,007 | 0,1162 | 3,43 | 0,0994 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 92 | 20 | 0,368 | 0,0736 | 4,2872 | 1,104 | 0,0736 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | DEDITOS DE QUESO Y HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 0,2 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 12 | 12 | 100 | 36 | 2,1 | 3,06 | 0,036 | 70,32 | 0,048 | 112,2 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | GUACAMOLE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 10 | 7,7 | 77 | 14 | 0,1232 | 1,0241 | 0,77 | 0,77 | 0,0308 | 0,462 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 502,8 | 18,0 | 16,3 | 67,9 | 110,4 | 2,0 | 467,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 30% | 14% | 32% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Preescolar:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 3 | 0,1656 | 0,0432 | 0,4248 | 5,904 | 0,1296 | 3,312 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B084 | Plátano colí o guineo, verde, crudo | 40 | 65 | 60 | 83 | 0,845 | 0,065 | 19,695 | 2,6 | 0,455 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0167 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, | GRUPO I | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 51 | 0,288 | 0,096 | 11,968 | 5,12 | 0,096 | 4,48 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 20 | 65 | 80 | 34 | 0,91 | 0,065 | 6,695 | 10,4 | 0,52 | 46,15 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 594,5 | 21,0 | 16,1 | 88,9 | 169,3 | 3,6 | 502,2 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | Adecuación | | | | 36% | 37% | 30% | 39% | 21% | 58% | 42% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 4,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PURÉ DE PAPA CON LECHE Y QUESO | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 50 | 50 | 100 | 48 | 1 | 0,05 | 10,45 | 3 | 0,15 | 3 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 5 | 5 | 100 | 37 | 0,03 | 4,05 | 0 | 0,15 | 0,005 | 34,25 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 12 | 12 | 100 | 36 | 2,1 | 3,06 | 0,036 | 70,32 | 0,048 | 112,2 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G010 | Leche de vaca, entera, líquida, cruda | 12 | 12 | 100 | 8 | 0,396 | 0,444 | 0,552 | 14,4 | 0,024 | 5,88 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 506,9 | 15,9 | 17,4 | 69,3 | 150,6 | 2,7 | 552,3 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 28% | 32% | 30% | 19% | 44% | 46% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO:** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN:** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO:** Complemento JM/JT

**NIVEL:** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.:** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 48 | 44,64 | 93 | 74 | 9,24048 | 4,10688 | 0,04464 | 4,9104 | 0,31248 | 28,1232 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 24 | 19,2 | 80 | 21 | 0,1728 | 0,0192 | 5,0496 | 4,032 | 0,1728 | 0,192 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 12 | 11,04 | 92 | 12 | 0,2208 | 0,04416 | 2,57232 | 0,6624 | 0,04416 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 3 | 2,55 | 85 | 1 | 0,0255 | 0,00765 | 0,16065 | 0,1785 | 0,0102 | 0,051 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, | GRUPO I | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 25 | 25 | 100 | 93 | 3,25 | 0,375 | 18,675 | 6,25 | 0,975 | 1,5 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,09 | 3,34 | 0,54 | 1,4 | 0,02 | 71,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 525,7 | 16,5 | 18,1 | 71,8 | 45,1 | 2,5 | 426,1 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 29% | 33% | 31% | 6% | 40% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS:** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA:**

**MATRÍCULA PROFESIONAL:** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | MIXTO DE RES Y CERDO | F099 | Res, carne magra, cruda | 26 | 26 | 100 | 36 | 5,668 | 1,482 | 0 | 1,56 | 0,702 | 13,26 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 26 | 26 | 100 | 36 | 5,564 | 1,56 | 0,052 | 4,42 | 0,208 | 13,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 65 | 68 | 108 | 0,78 | 0,13 | 25,545 | 5,2 | 0,26 | 16,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 65 | 80 | 15 | 0,585 | 0,065 | 2,665 | 5,85 | 0,325 | 3,9 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 536,8 | 17,1 | 16,7 | 77,3 | 39,3 | 2,6 | 362,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 30% | 31% | 34% | 5% | 41% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 51 | 0,288 | 0,096 | 11,968 | 5,12 | 0,096 | 4,48 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 40 | 27,2 | 68 | 45 | 0,3264 | 0,0544 | 10,6896 | 2,176 | 0,1088 | 7,072 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 20 | 13,6 | 68 | 22 | 2,8832 | 1,1968 | 0 | 0,816 | 0,3672 | 8,976 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | ARROZ BLANCO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | CABEZONA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 25 | 19,25 | 77 | 34 | 0,308 | 2,56025 | 1,925 | 1,925 | 0,077 | 1,155 |
| | | CILANTRO | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 615,5 | 22,5 | 20,0 | 83,8 | 55,3 | 4,0 | 463,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 30% | 5% | 46% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 17 | 17 | 100 | 64 | 4,063 | 0,187 | 10,234 | 10,2 | 0,782 | 2,55 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TORTICAS DE QUESO Y HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| | | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 646,1 | 23,8 | 20,9 | 87,0 | 257,5 | 4,3 | 801,8 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 34% | 31% | 31% | 23% | 50% | 53% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | CREMA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 90 | 12 | 0,567 | 0 | 1,944 | 10,8 | 0,27 | 1,62 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 5 | 0,306 | 0,0255 | 0,67575 | 6,2475 | 0,2295 | 27,03 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 35 | 35 | 100 | 34 | 0,7 | 0,035 | 7,315 | 2,1 | 0,105 | 2,1 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 30 | 27,6 | 92 | 29 | 0,552 | 0,1104 | 6,4308 | 1,656 | 0,1104 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 30 | 12 | 40 | 4 | 0,144 | 0,012 | 0,816 | 6,84 | 0,06 | 1,8 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | PATACÓN DE PLÁTANO VERDE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS CON QUESO Y HUEVO | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 4 | 3,8 | 95 | 2 | 0,0532 | 0,0038 | 0,2926 | 0,912 | 0,0114 | 0,152 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 635,2 | 22,6 | 21,5 | 84,3 | 243,0 | 2,3 | 767,8 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 32% | 32% | 30% | 22% | 27% | 51% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 17 | 17 | 100 | 66 | 3,876 | 0,255 | 10,268 | 20,23 | 0,901 | 1,7 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 65 | 55,25 | 85 | 17 | 0,442 | 0,1105 | 3,2045 | 11,05 | 0,442 | 0,5525 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 142 | 102,24 | 72 | 135 | 1,12464 | 0,20448 | 30,97872 | 3,0672 | 0,5112 | 4,0896 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 635,5 | 22,2 | 20,4 | 87,1 | 50,6 | 4,1 | 429,2 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 32% | 31% | 31% | 5% | 47% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 9 | 9 | 100 | 33 | 1,188 | 0,171 | 6,489 | 1,62 | 0,459 | 0,18 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 4 | 4 | 100 | 29 | 0,024 | 3,24 | 0 | 0,12 | 0,004 | 27,4 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 100 | 56 | 1,95 | 0,225 | 11,205 | 3,75 | 0,585 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | CASCOS DE PAPA DORADA | B075 | cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 17 | 13,6 | 80 | 7 | 0,1904 | 0,0136 | 1,4008 | 2,176 | 0,1088 | 9,656 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 17 | 14,45 | 85 | 7 | 0,10115 | 0,01445 | 1,37275 | 3,9015 | 0,0578 | 5,0575 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 4 | 2 | 50 | 1 | 0,006 | 0,006 | 0,186 | 0,38 | 0,01 | 0,08 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 615,8 | 21,3 | 19,7 | 86,0 | 160,4 | 2,7 | 519,5 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 31% | 31% | 30% | 31% | 15% | 31% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO ACARAMELADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,482 | 3,78 | 0,126 | 10,71 | 0,504 | 32,76 |
| | | | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| | | | | Tomillo y Laurel | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE MAÍZ | A053 | Maíz tierno, crudo | 15 | 15 | 100 | 23 | 0,51 | 0,18 | 4,575 | 0,75 | 0,12 | 0,45 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,924 | 0,133 | 5,047 | 1,26 | 0,357 | 0,14 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | CROQUETA DE YUCA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 32 | 0,18 | 0,06 | 7,48 | 3,2 | 0,06 | 2,8 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 17 | 17 | 100 | 65 | 1,547 | 0,629 | 12,563 | 0,68 | 0,459 | 0,17 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, QUESO Y PIÑA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 17 | 14,45 | 85 | 7 | 0,10115 | 0,01445 | 1,37275 | 3,9015 | 0,0578 | 5,0575 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| | | | C072 | Piña, cruda | 4 | 2,2 | 55 | 1 | 0,0132 | 0,0022 | 0,2728 | 0,352 | 0,011 | 0,066 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 634,0 | 25,8 | 20,7 | 84,2 | 215,7 | 2,8 | 720,8 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 32% | 37% | 31% | 30% | 20% | 32% | 48% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | **TOTAL MENÚ** | | | | | | | | | | |
| | | | | **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | | | | |
| | | | | **% ADECUACIÓN** | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertanencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 17 | 17 | 100 | 66 | 4,301 | 0,187 | 10,115 | 10,2 | 1,173 | 1,02 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0,722 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 55 | 46,75 | 85 | 22 | 0,32725 | 0,04675 | 4,44125 | 12,6225 | 0,187 | 16,3625 |
| DE CEREAL | | | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 0,24 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 634,6 | 22,8 | 21,4 | 83,5 | 252,2 | 4,1 | 780,0 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 33% | 32% | 30% | 23% | 48% | 52% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | TOTAL MENÚ | | | | | | | | | | |
| | | | | RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | | | |
| | | | | % ADECUACIÓN | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 15 | 15 | 100 | 62 | 2,535 | 1,125 | 9,615 | 8,1 | 0,675 | 0,45 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | PAPA CHORRIADA | B075 | cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 17 | 13,6 | 80 | 7 | 0,1904 | 0,0136 | 1,4008 | 2,176 | 0,1088 | 9,656 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 17 | 14,45 | 85 | 7 | 0,10115 | 0,01445 | 1,37275 | 3,9015 | 0,0578 | 5,0575 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,036 | 1,336 | 0,216 | 0,56 | 0,008 | 28,44 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 602,0 | 20,8 | 20,5 | 81,0 | 166,8 | 2,4 | 546,5 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 30% | 30% | 31% | 29% | 15% | 27% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 17 | 17 | 100 | 67 | 3,383 | 0,935 | 9,996 | 20,4 | 1,088 | 5,1 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 4 | 3,4 | 85 | 1 | 0,034 | 0,0102 | 0,2142 | 0,238 | 0,0136 | 0,068 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 10 | 5,5 | 55 | 1 | 0,044 | 0,0055 | 0,143 | 1,155 | 0,0495 | 0,33 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 6 | 3 | 50 | 1 | 0,009 | 0,009 | 0,279 | 0,57 | 0,015 | 0,12 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 9 | 9 | 100 | 33 | 0,054 | 0,009 | 8,118 | 3,78 | 0,441 | 3,51 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 629,4 | 22,2 | 20,0 | 87,3 | 54,9 | 4,3 | 448,6 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 32% | 32% | 30% | 31% | 5% | 49% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 30 | 27,6 | 92 | 29 | 0,552 | 0,1104 | 6,4308 | 1,656 | 0,1104 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 46 | 46 | 100 | 171 | 5,98 | 0,69 | 34,362 | 11,5 | 1,794 | 2,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 70 | 50,4 | 72 | 67 | 0,5544 | 0,1008 | 15,2712 | 1,512 | 0,252 | 2,016 |
| | | | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| | | | | Canela | cs | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 2,484 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 644,5 | 22,4 | 20,0 | 89,9 | 58,5 | 3,7 | 450,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 30% | 32% | 5% | 42% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 54 | 50,22 | 93 | 83 | 10,39554 | 4,62024 | 0,05022 | 5,5242 | 0,35154 | 31,6386 |
| | | | G001 | Crema de leche | 5 | 5 | 100 | 17 | 0,105 | 1,75 | 0,085 | 3,4 | 0 | 2,3 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 100 | 56 | 1,95 | 0,225 | 11,205 | 3,75 | 0,585 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA DORADA) | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 4 | 3,8 | 95 | 2 | 0,0532 | 0,0038 | 0,2926 | 0,912 | 0,0114 | 0,152 |
| PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA CON HUEVO Y QUESO | B044 | Espinaca, cruda | 17 | 10,2 | 60 | 3 | 0,2958 | 0,0204 | 0,3876 | 12,546 | 0,2448 | 6,732 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 9 | 0,7938 | 0,6804 | 0,0189 | 3,339 | 0,1071 | 8,757 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 614,4 | 23,4 | 20,4 | 82,8 | 237,6 | 2,7 | 740,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 34% | 31% | 30% | 22% | 31% | 49% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | | | | | | | | |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | | | | | | | | |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 17 | 17 | 100 | 66 | 3,876 | 0,255 | 10,268 | 20,23 | 0,901 | 1,7 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 70 | 50,4 | 72 | 67 | 0,5544 | 0,1008 | 15,2712 | 1,512 | 0,252 | 2,016 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 645,1 | 22,3 | 20,4 | 89,6 | 50,3 | 4,1 | 462,3 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 32% | 31% | 32% | 5% | 47% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 54 | 50,22 | 93 | 83 | 10,39554 | 4,62024 | 0,05022 | 5,5242 | 0,35154 | 31,6386 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 5 | 0,4536 | 0,3888 | 0,0108 | 1,908 | 0,0612 | 5,004 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 4 | 4 | 100 | 15 | 0,528 | 0,076 | 2,884 | 0,72 | 0,204 | 0,08 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 15 | 15 | 100 | 58 | 1,875 | 0,27 | 10,815 | 5,4 | 0,405 | 1,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 4 | 4 | 100 | 15 | 0,52 | 0,06 | 2,988 | 1 | 0,156 | 0,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | PAPA SALADA | B075 | cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 95 | 6 | 0,1995 | 0,01425 | 1,09725 | 3,42 | 0,04275 | 0,57 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 644,9 | 22,9 | 19,9 | 90,3 | 167,8 | 2,5 | 527,4 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 33% | 30% | 32% | 15% | 29% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 17 | 17 | 100 | 66 | 4,301 | 0,187 | 10,115 | 10,2 | 1,173 | 1,02 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 55 | 46,75 | 85 | 14 | 0,374 | 0,0935 | 2,7115 | 9,35 | 0,374 | 0,4675 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 642,8 | 23,5 | 22,5 | 83,2 | 248,0 | 4,6 | 762,8 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 34% | 34% | 30% | 23% | 53% | 51% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 51 | 0,288 | 0,096 | 11,968 | 5,12 | 0,096 | 4,48 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 40 | 27,2 | 68 | 45 | 0,3264 | 0,0544 | 10,6896 | 2,176 | 0,1088 | 7,072 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 20 | 13,6 | 68 | 22 | 2,8832 | 1,1968 | 0 | 0,816 | 0,3672 | 8,976 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | ARROZ BLANCO | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0,722 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 620,4 | 22,4 | 19,7 | 85,9 | 50,4 | 3,7 | 517,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 31% | 5% | 42% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 54 | 50,22 | 93 | 83 | 10,39554 | 4,62024 | 0,05022 | 5,5242 | 0,35154 | 31,6386 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 27 | 0,216 | 0,024 | 6,312 | 5,04 | 0,216 | 0,24 |
| | | | G001 | Crema de leche | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,084 | 1,4 | 0,068 | 2,72 | 0 | 1,84 |
| | | | B047 | Guascas, crudas | 4 | 1,4 | 35 | 1 | 0,0448 | 0,007 | 0,1162 | 3,43 | 0,0994 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 30 | 27,6 | 92 | 29 | 0,552 | 0,1104 | 6,4308 | 1,656 | 0,1104 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | DEDITOS DE QUESO Y HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maiz blanco, precocida | 25 | 25 | 100 | 95 | 2,275 | 0,925 | 18,475 | 1 | 0,675 | 0,25 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 6,255 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | GUACAMOLE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 12 | 9,24 | 77 | 17 | 0,14784 | 1,22892 | 0,924 | 0,924 | 0,03696 | 0,5544 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 4 | 2 | 50 | 1 | 0,006 | 0,006 | 0,186 | 0,38 | 0,01 | 0,08 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 641,4 | 23,9 | 20,9 | 86,1 | 222,9 | 2,5 | 717,5 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 32% | 34% | 31% | 31% | 20% | 29% | 48% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B035 | Cilantro, crudo | 17 | 15,3 | 90 | 7 | 0,3519 | 0,0918 | 0,9027 | 12,546 | 0,2754 | 7,038 |
| | | | B084 | Plátano coli o guineo, verde, crudo | 30 | 18 | 60 | 23 | 0,234 | 0,018 | 5,454 | 0,72 | 0,126 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 65 | 52 | 80 | 83 | 0,468 | 0,156 | 19,448 | 8,32 | 0,156 | 7,28 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | 0012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 615,0 | 22,4 | 20,0 | 84,2 | 174,9 | 3,5 | 590,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 30% | 16% | 40% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 17 | 17 | 100 | 64 | 4,063 | 0,187 | 10,234 | 10,2 | 0,782 | 2,55 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 60 | 54 | 90 | 52 | 1,08 | 0,108 | 11,286 | 4,32 | 0,432 | 5,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PURÉ DE PAPA CON LECHE Y QUESO | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 5 | 5 | 100 | 37 | 0,03 | 4,05 | 0 | 0,15 | 0,005 | 34,25 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G010 | Leche de vaca, entera, liquida, cruda | 30 | 30 | 100 | 20 | 0,99 | 1,11 | 1,38 | 36 | 0,06 | 14,7 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 669,7 | 23,0 | 23,8 | 87,7 | 283,6 | 3,4 | 812,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 33% | 36% | 31% | 26% | 39% | 54% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | | | | | | | | |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | | | | | | | | |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 54 | 50,22 | 93 | 83 | 10,39554 | 4,62024 | 0,05022 | 5,5242 | 0,35154 | 31,6386 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 27 | 0,216 | 0,024 | 6,312 | 5,04 | 0,216 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 15 | 13,8 | 92 | 15 | 0,276 | 0,0552 | 3,2154 | 0,828 | 0,0552 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 4 | 3,4 | 85 | 1 | 0,034 | 0,0102 | 0,2142 | 0,238 | 0,0136 | 0,068 |
| PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 30 | 30 | 100 | 111 | 3,9 | 0,45 | 22,41 | 7,5 | 1,17 | 1,8 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | B052 | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 90 | 12 | 0,567 | 0 | 1,944 | 10,8 | 0,27 | 1,62 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 15 | 15 | 100 | 49 | 0,135 | 5,01 | 0,81 | 2,1 | 0,03 | 106,65 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 623,5 | 19,3 | 20,4 | 87,9 | 54,5 | 3,0 | 546,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 28% | 31% | 31% | 5% | 34% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | MIXTO DE RES Y CERDO | F099 | Res, carne magra, cruda | 32 | 32 | 100 | 44 | 6,976 | 1,824 | 0 | 1,92 | 0,864 | 16,32 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 32 | 32 | 100 | 45 | 6,848 | 1,92 | 0,064 | 5,44 | 0,256 | 16,64 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 17 | 17 | 100 | 66 | 3,876 | 0,255 | 10,268 | 20,23 | 0,901 | 1,7 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 70 | 50,4 | 72 | 67 | 0,5544 | 0,1008 | 15,2712 | 1,512 | 0,252 | 2,016 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 638,1 | 22,2 | 20,5 | 87,9 | 50,6 | 3,3 | 442,9 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 32% | 31% | 31% | 5% | 37% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 45 | 36 | 80 | 57 | 0,324 | 0,108 | 13,464 | 5,76 | 0,108 | 5,04 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 45 | 30,6 | 68 | 51 | 0,3672 | 0,0612 | 12,0258 | 2,448 | 0,1224 | 7,956 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 25 | 17 | 68 | 28 | 3,604 | 1,496 | 0 | 1,02 | 0,459 | 11,22 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | ARROZ BLANCO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | CABEZONA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| | | MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 20 | 15,4 | 77 | 28 | 0,2464 | 2,0482 | 1,54 | 1,54 | 0,0616 | 0,924 |
| | | CILANTRO | B035 | Cilantro, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 3 | 0,1449 | 0,0378 | 0,3717 | 5,166 | 0,1134 | 2,898 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 757,8 | 28,1 | 23,8 | 105,0 | 64,3 | 4,8 | 478,8 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 30% | 32% | 29% | 30% | 6% | 51% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 25 | 25 | 100 | 94 | 5,975 | 0,275 | 15,05 | 15 | 1,15 | 3,75 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TORTICAS DE QUESO Y HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 327,25 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,036 | 1,336 | 0,216 | 0,56 | 0,008 | 28,44 |
| | | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 795,5 | 28,1 | 24,7 | 110,6 | 298,1 | 5,0 | 861,7 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 32% | 32% | 30% | 32% | 27% | 53% | 57% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | CREMA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 3 | 0,204 | 0,017 | 0,4505 | 4,165 | 0,153 | 18,02 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 35 | 32,2 | 92 | 34 | 0,644 | 0,1288 | 7,5026 | 1,932 | 0,1288 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 35 | 14 | 40 | 5 | 0,168 | 0,014 | 0,952 | 7,98 | 0,07 | 2,1 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | PATACÓN DE PLATANO | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 85 | 57,8 | 68 | 96 | 0,6936 | 0,1156 | 22,7154 | 4,624 | 0,2312 | 15,028 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS CON QUESO Y HUEVO | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 327,25 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 5 | 4,75 | 95 | 2 | 0,0665 | 0,00475 | 0,36575 | 1,14 | 0,01425 | 0,19 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 771,0 | 27,7 | 25,5 | 104,2 | 274,4 | 2,6 | 819,9 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 32% | 31% | 30% | 25% | 27% | 55% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 25 | 25 | 100 | 97 | 5,7 | 0,375 | 15,1 | 29,75 | 1,325 | 2,5 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 70 | 59,5 | 85 | 18 | 0,476 | 0,119 | 3,451 | 11,9 | 0,476 | 0,595 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 167 | 120,24 | 72 | 159 | 1,32264 | 0,24048 | 36,43272 | 3,6072 | 0,6012 | 4,8096 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 20 | 20 | 100 | 180 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 813,5 | 28,6 | 25,5 | 112,6 | 64,6 | 5,2 | 439,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 33% | 33% | 31% | 32% | 6% | 55% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 11 | 11 | 100 | 40 | 1,452 | 0,209 | 7,931 | 1,98 | 0,561 | 0,22 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 5 | 5 | 100 | 37 | 0,03 | 4,05 | 0 | 0,15 | 0,005 | 34,25 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 100 | 56 | 1,95 | 0,225 | 11,205 | 3,75 | 0,585 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | CASCOS DE PAPA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 4,2 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 11 | 11 | 100 | 99 | 0 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 786,5 | 26,6 | 25,3 | 110,2 | 187,4 | 3,2 | 548,1 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 30% | 30% | 32% | 17% | 34% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** ULY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO ACARAMELADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 109 | 16,692 | 4,68 | 0,156 | 13,26 | 0,624 | 40,56 |
| | | | K033 | Panela | 11 | 11 | 100 | 40 | 0,066 | 0,011 | 9,922 | 4,62 | 0,539 | 4,29 |
| | | | | Tomillo y Laurel | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE MAÍZ | A053 | Maíz tierno, crudo | 20 | 20 | 100 | 30 | 0,68 | 0,24 | 6,1 | 1 | 0,16 | 0,6 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 8 | 8 | 100 | 29 | 1,056 | 0,152 | 5,768 | 1,44 | 0,408 | 0,16 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | CROQUETA DE YUCA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 38 | 0,216 | 0,072 | 8,976 | 3,84 | 0,072 | 3,36 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 0,2 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, QUESO Y PIÑA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 327,25 |
| | | | C072 | Piña, cruda | 25 | 13,75 | 55 | 8 | 0,0825 | 0,01375 | 1,705 | 2,2 | 0,06875 | 0,4125 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 804,1 | 31,8 | 25,2 | 110,1 | 258,3 | 3,6 | 783,1 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 36% | 30% | 32% | 23% | 38% | 52% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 25 | 25 | 100 | 98 | 6,325 | 0,275 | 14,875 | 15 | 1,725 | 1,5 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 60 | 51 | 85 | 24 | 0,357 | 0,051 | 4,845 | 13,77 | 0,204 | 17,85 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 0,24 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 327,25 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 789,7 | 27,4 | 26,0 | 106,0 | 292,7 | 5,0 | 834,6 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 31% | 31% | 30% | 27% | 53% | 56% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNIACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 20 | 20 | 100 | 82 | 3,38 | 1,5 | 12,82 | 10,8 | 0,9 | 0,6 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | PAPA CHORRIADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, | 80 | 80 | 100 | 77 | 1,6 | 0,08 | 16,72 | 4,8 | 0,24 | 4,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 755,2 | 26,5 | 25,0 | 102,9 | 195,5 | 3,0 | 574,9 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 30% | 30% | 30% | 30% | 18% | 31% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 25 | 25 | 100 | 98 | 4,975 | 1,375 | 14,7 | 30 | 1,6 | 7,5 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 4,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 85 | 57,8 | 68 | 96 | 0,6936 | 0,1156 | 22,7154 | 4,624 | 0,2312 | 15,028 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 12 | 6,6 | 55 | 1 | 0,0528 | 0,0066 | 0,1716 | 1,386 | 0,0594 | 0,396 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 8 | 4 | 50 | 2 | 0,012 | 0,012 | 0,372 | 0,76 | 0,02 | 0,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 3,9 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 798,5 | 28,6 | 24,4 | 112,4 | 70,6 | 5,5 | 463,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 33% | 29% | 32% | 6% | 58% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 84 | 78,12 | 93 | 130 | 16,17084 | 7,18704 | 0,07812 | 8,5932 | 0,54684 | 49,2156 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 40 | 36,8 | 92 | 39 | 0,736 | 0,1472 | 8,5744 | 2,208 | 0,1472 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 60 | 60 | 100 | 223 | 7,8 | 0,9 | 44,82 | 15 | 2,34 | 3,6 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 80 | 57,6 | 72 | 76 | 0,6336 | 0,1152 | 17,4528 | 1,728 | 0,288 | 2,304 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | | | Canela | cs | #VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 765,6 | 27,8 | 23,6 | 106,2 | 65,3 | 4,4 | 461,1 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9.5 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 31% | 32% | 28% | 30% | 6% | 46% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| | | | G001 | Crema de leche | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,147 | 2,45 | 0,119 | 4,76 | 0 | 3,22 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 55 | 55 | 100 | 53 | 1,1 | 0,055 | 11,495 | 3,3 | 0,165 | 3,3 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 100 | 56 | 1,95 | 0,225 | 11,205 | 3,75 | 0,585 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA DORADA) | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 5 | 4,75 | 95 | 2 | 0,0665 | 0,00475 | 0,36575 | 1,14 | 0,01425 | 0,19 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA CON HUEVO Y QUESO | B044 | Espinaca, cruda | 25 | 15 | 60 | 5 | 0,435 | 0,03 | 0,57 | 18,45 | 0,36 | 9,9 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 327,25 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 761,6 | 29,2 | 24,9 | 103,0 | 283,6 | 3,3 | 807,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 33% | 30% | 30% | 26% | 34% | 54% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 25 | 25 | 100 | 97 | 5,7 | 0,375 | 15,1 | 29,75 | 1,325 | 2,5 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 80 | 54,4 | 68 | 90 | 0,6528 | 0,1088 | 21,3792 | 4,352 | 0,2176 | 14,144 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 80 | 57,6 | 72 | 76 | 0,6336 | 0,1152 | 17,4528 | 1,728 | 0,288 | 2,304 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 15 | 0,392 | 0,028 | 2,884 | 4,48 | 0,224 | 19,88 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 20 | 20 | 100 | 180 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 827,3 | 28,8 | 25,5 | 115,9 | 68,0 | 5,2 | 482,4 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 33% | 33% | 31% | 33% | 6% | 55% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 6,255 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,66 | 0,095 | 3,605 | 0,9 | 0,255 | 0,1 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 20 | 20 | 100 | 77 | 2,5 | 0,36 | 14,42 | 7,2 | 0,54 | 1,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 0,65 | 0,075 | 3,735 | 1,25 | 0,195 | 0,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | PAPA SALADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, | 80 | 80 | 100 | 77 | 1,6 | 0,08 | 16,72 | 4,8 | 0,24 | 4,8 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 17 | 14,45 | 85 | 7 | 0,10115 | 0,01445 | 1,37275 | 3,9015 | 0,0578 | 5,0575 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 17 | 13,6 | 80 | 3 | 0,1224 | 0,0136 | 0,5576 | 1,224 | 0,068 | 0,816 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 17 | 16,15 | 95 | 6 | 0,2261 | 0,01615 | 1,24355 | 3,876 | 0,04845 | 0,646 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 11 | 11 | 100 | 99 | 0 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 819,5 | 28,9 | 24,6 | 116,4 | 198,4 | 3,2 | 563,4 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 33% | 33% | 30% | 33% | 18% | 33% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 25 | 25 | 100 | 98 | 6,325 | 0,275 | 14,875 | 15 | 1,725 | 1,5 |
| | | | 8076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 60 | 51 | 85 | 15 | 0,408 | 0,102 | 2,958 | 10,2 | 0,408 | 0,51 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 17 | 17 | 100 | 62 | 2,244 | 0,323 | 12,257 | 3,06 | 0,867 | 0,34 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 327,25 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 790,2 | 28,3 | 26,2 | 105,8 | 288,4 | 5,6 | 815,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 32% | 30% | 26% | 59% | 54% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | | | | | | | | |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | | | | | | | | |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 45 | 36 | 80 | 57 | 0,324 | 0,108 | 13,464 | 5,76 | 0,108 | 5,04 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 45 | 30,6 | 68 | 51 | 0,3672 | 0,0612 | 12,0258 | 2,448 | 0,1224 | 7,956 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 25 | 17 | 68 | 28 | 3,604 | 1,496 | 0 | 1,02 | 0,459 | 11,22 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | ARROZ BLANCO | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| | | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,09 | 3,34 | 0,54 | 1,4 | 0,02 | 71,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 778,0 | 28,0 | 25,0 | 107,5 | 57,8 | 4,5 | 555,5 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | | | 31% | 32% | 30% | 31% | 5% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | TOTAL MENÚ | | | | | | | | | | |
| | | | | RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | | | |
| | | | | % ADECUACIÓN | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 18 | 0,144 | 0,016 | 4,208 | 3,36 | 0,144 | 0,16 |
| | | | G001 | Crema de leche | 5 | 5 | 100 | 17 | 0,105 | 1,75 | 0,085 | 3,4 | 0 | 2,3 |
| | | | B047 | Guascas, crudas | 10 | 3,5 | 35 | 2 | 0,112 | 0,0175 | 0,2905 | 8,575 | 0,2485 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 35 | 35 | 100 | 34 | 0,7 | 0,035 | 7,315 | 2,1 | 0,105 | 2,1 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 35 | 32,2 | 92 | 34 | 0,644 | 0,1288 | 7,5026 | 1,932 | 0,1288 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | DEDITOS DE QUESO Y HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maiz blanco, precocida | 35 | 35 | 100 | 133 | 3,185 | 1,295 | 25,865 | 1,4 | 0,945 | 0,35 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 327,25 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | GUACAMOLE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 12 | 9,24 | 77 | 17 | 0,14784 | 1,22892 | 0,924 | 0,924 | 0,03696 | 0,5544 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 808,8 | 30,8 | 26,1 | 108,6 | 266,0 | 3,3 | 786,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 35% | 31% | 31% | 24% | 35% | 52% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B035 | Cilantro, crudo | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,5175 | 0,135 | 1,3275 | 18,45 | 0,405 | 10,35 |
| | | | B084 | Plátano colí o guíneo, verde, crudo | 35 | 21 | 60 | 27 | 0,273 | 0,021 | 6,363 | 0,84 | 0,147 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 55 | 55 | 100 | 53 | 1,1 | 0,055 | 11,495 | 3,3 | 0,165 | 3,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 70 | 56 | 80 | 89 | 0,504 | 0,168 | 20,944 | 8,96 | 0,168 | 7,84 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 15 | 0,392 | 0,028 | 2,884 | 4,48 | 0,224 | 19,88 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 16 | 16 | 100 | 80 | 4,208 | 4,256 | 6,144 | 150,4 | 0,08 | 59,04 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 794,7 | 28,6 | 24,8 | 111,2 | 221,9 | 4,4 | 628,1 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 33% | 30% | 32% | 20% | 47% | 42% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 25 | 25 | 100 | 94 | 5,975 | 0,275 | 15,05 | 15 | 1,15 | 3,75 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 70 | 63 | 90 | 61 | 1,26 | 0,126 | 13,167 | 5,04 | 0,504 | 6,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PURÉ DE PAPA CON LECHE Y QUESO | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 4,2 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 5 | 5 | 100 | 37 | 0,03 | 4,05 | 0 | 0,15 | 0,005 | 34,25 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 327,25 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G010 | Leche de vaca, entera, líquida, cruda | 35 | 35 | 100 | 23 | 1,155 | 1,295 | 1,61 | 42 | 0,07 | 17,15 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 795,0 | 27,4 | 25,5 | 110,0 | 328,1 | 4,1 | 866,2 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 31% | 31% | 32% | 30% | 43% | 58% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 36 | 0,288 | 0,032 | 8,416 | 6,72 | 0,288 | 0,32 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 92 | 20 | 0,368 | 0,0736 | 4,2872 | 1,104 | 0,0736 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 45 | 45 | 100 | 167 | 5,85 | 0,675 | 33,615 | 11,25 | 1,755 | 2,7 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | B052 | Habichuela, cruda | 35 | 31,5 | 90 | 14 | 0,6615 | 0 | 2,268 | 12,6 | 0,315 | 1,89 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 17 | 13,6 | 80 | 3 | 0,1224 | 0,0136 | 0,5576 | 1,224 | 0,068 | 0,816 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 17 | 17 | 100 | 55 | 0,153 | 5,678 | 0,918 | 2,38 | 0,034 | 120,87 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 803,5 | 25,5 | 24,6 | 116,6 | 68,5 | 4,0 | 574,1 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 29% | 30% | 33% | 6% | 42% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** ULY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | MIXTO DE RES Y CERDO | F099 | Res, carne magra, cruda | 38 | 38 | 100 | 53 | 8,284 | 2,166 | 0 | 2,28 | 1,026 | 19,38 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 38 | 38 | 100 | 53 | 8,132 | 2,28 | 0,076 | 6,46 | 0,304 | 19,76 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 25 | 25 | 100 | 97 | 5,7 | 0,375 | 15,1 | 29,75 | 1,325 | 2,5 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 80 | 54,4 | 68 | 90 | 0,6528 | 0,1088 | 21,3792 | 4,352 | 0,2176 | 14,144 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 80 | 57,6 | 72 | 76 | 0,6336 | 0,1152 | 17,4528 | 1,728 | 0,288 | 2,304 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 20 | 20 | 100 | 180 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 807,7 | 27,8 | 25,4 | 112,5 | 64,5 | 4,1 | 452,6 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 32% | 31% | 32% | 6% | 43% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SANCOCHO | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 50 | 40 | 80 | 64 | 0,36 | 0,12 | 14,96 | 6,4 | 0,12 | 5,6 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 90 | 81 | 90 | 79 | 1,62 | 0,162 | 16,929 | 6,48 | 0,648 | 8,1 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 30 | 20,4 | 68 | 33 | 4,3248 | 1,7952 | 0 | 1,224 | 0,5508 | 13,464 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 35 | 28 | 80 | 6 | 0,252 | 0,028 | 1,148 | 2,52 | 0,14 | 1,68 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 20 | 15,4 | 77 | 28 | 0,2464 | 2,0482 | 1,54 | 1,54 | 0,0616 | 0,924 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,207 | 0,054 | 0,531 | 7,38 | 0,162 | 4,14 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K009 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 856,8 | 33,1 | 28,1 | 114,9 | 70,5 | 5,6 | 492,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 33% | 29% | 28% | 6% | 47% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 40 | 40 | 100 | 150 | 9,56 | 0,44 | 24,08 | 24 | 1,84 | 6 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 90 | 81 | 90 | 79 | 1,62 | 0,162 | 16,929 | 6,48 | 0,648 | 8,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TORTICAS DE QUESO Y HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 10 | 10 | 100 | 36 | 1,32 | 0,19 | 7,21 | 1,8 | 0,51 | 0,2 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 45 | 45 | 100 | 135 | 7,875 | 11,475 | 0,135 | 263,7 | 0,18 | 420,75 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| | | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 914,6 | 34,0 | 29,1 | 123,2 | 370,0 | 5,7 | 972,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 33% | 30% | 30% | 34% | 48% | 65% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**GOBERNACIÓN DEL META**

**ENTIDAD TERRITORIAL:**

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 43,9425 |
| | | | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 3 | 0,204 | 0,017 | 0,4505 | 4,165 | 0,153 | 18,02 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE VERDURAS | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 55 | 55 | 100 | 53 | 1,1 | 0,055 | 11,495 | 3,3 | 0,165 | 3,3 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 40 | 36,8 | 92 | 39 | 0,736 | 0,1472 | 8,5744 | 2,208 | 0,1472 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 30 | 12 | 40 | 4 | 0,144 | 0,012 | 0,816 | 6,84 | 0,06 | 1,8 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO I | PATACÓN DE PLATANO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | GRUPO II | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 125 | 85 | 68 | 141 | 1,02 | 0,17 | 33,405 | 6,8 | 0,34 | 22,1 |
| | | HABICHUELAS GUISADAS CON QUESO Y HUEVO | B052 | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 90 | 12 | 0,567 | 0 | 1,944 | 10,8 | 0,27 | 1,62 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 45 | 45 | 100 | 135 | 7,875 | 11,475 | 0,135 | 263,7 | 0,18 | 420,75 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 6 | 5,7 | 95 | 2 | 0,0798 | 0,0057 | 0,4389 | 1,368 | 0,0171 | 0,228 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 15 | 11,25 | 75 | 8 | 0,10125 | 0,03375 | 1,5075 | 1,4625 | 0,03375 | 0,3375 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 889,2 | 32,2 | 29,6 | 120,4 | 335,2 | 2,9 | 923,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 31% | 30% | 30% | 24% | 62% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 40 | 40 | 100 | 154 | 9,12 | 0,6 | 24,16 | 47,6 | 2,12 | 4 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 90 | 76,5 | 85 | 23 | 0,612 | 0,153 | 4,437 | 15,3 | 0,612 | 0,765 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 225 | 162 | 72 | 214 | 1,782 | 0,324 | 49,086 | 4,86 | 0,81 | 6,48 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 22 | 22 | 100 | 198 | 0 | 22 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 993,3 | 36,5 | 28,7 | 140,2 | 88,9 | 6,8 | 450,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 36% | 30% | 35% | 8% | 58% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Medio y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 43,9425 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 0,24 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 6 | 6 | 100 | 44 | 0,036 | 4,86 | 0 | 0,18 | 0,006 | 41,1 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 25 | 25 | 100 | 93 | 3,25 | 0,375 | 18,675 | 6,25 | 0,975 | 1,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, | GRUPO I | CASCOS DE PAPA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, | 100 | 100 | 100 | 96 | 2 | 0,1 | 20,9 | 6 | 0,3 | 6 |
| | | | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 13 | 0,336 | 0,024 | 2,472 | 3,84 | 0,192 | 17,04 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 6 | 3 | 50 | 1 | 0,009 | 0,009 | 0,279 | 0,57 | 0,015 | 0,12 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 15 | 10,5 | 70 | 11 | 0,1575 | 0,0105 | 2,3415 | 0,84 | 0,0945 | 0,315 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 905,8 | 31,2 | 29,3 | 126,0 | 195,6 | 3,7 | 569,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 31% | 30% | 31% | 18% | 31% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO ACARAMELADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 132 | 20,116 | 5,64 | 0,188 | 15,98 | 0,752 | 48,88 |
| | | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 3,9 |
| | | | | Tomillo y Laurel | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE MAÍZ | A053 | Maíz tierno, crudo | 25 | 25 | 100 | 38 | 0,85 | 0,3 | 7,625 | 1,25 | 0,2 | 0,75 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 10 | 10 | 100 | 36 | 1,32 | 0,19 | 7,21 | 1,8 | 0,51 | 0,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | CROQUETA DE YUCA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 50 | 40 | 80 | 64 | 0,36 | 0,12 | 14,96 | 6,4 | 0,12 | 5,6 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 25 | 25 | 100 | 95 | 2,275 | 0,925 | 18,475 | 1 | 0,675 | 0,25 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, QUESO Y PIÑA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 45 | 38,25 | 85 | 18 | 0,26775 | 0,03825 | 3,63375 | 10,3275 | 0,153 | 13,3875 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 45 | 45 | 100 | 135 | 7,875 | 11,475 | 0,135 | 263,7 | 0,18 | 420,75 |
| | | | C072 | Piña, cruda | 45 | 24,75 | 55 | 14 | 0,1485 | 0,02475 | 3,069 | 3,96 | 0,12375 | 0,7425 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 957,6 | 38,8 | 29,1 | 132,0 | 328,3 | 4,2 | 894,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 38% | 30% | 33% | 30% | 36% | 60% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 40 | 40 | 100 | 156 | 10,12 | 0,44 | 23,8 | 24 | 2,76 | 2,4 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 90 | 81 | 90 | 79 | 1,62 | 0,162 | 16,929 | 6,48 | 0,648 | 8,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 65 | 55,25 | 85 | 26 | 0,38675 | 0,05525 | 5,24875 | 14,9175 | 0,221 | 19,3375 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 40 | 40 | 100 | 120 | 7 | 10,2 | 0,12 | 234,4 | 0,16 | 374 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 918,2 | 33,0 | 29,6 | 122,8 | 332,8 | 6,3 | 883,3 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 33% | 31% | 30% | 30% | 54% | 59% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 43,9425 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 12 | 4,8 | 40 | 2 | 0,0576 | 0,0048 | 0,3264 | 2,736 | 0,024 | 0,72 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 25 | 25 | 100 | 103 | 4,225 | 1,875 | 16,025 | 13,5 | 1,125 | 0,75 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | PAPA CHORRIADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, | 100 | 100 | 100 | 96 | 2 | 0,1 | 20,9 | 6 | 0,3 | 6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 13 | 0,336 | 0,024 | 2,472 | 3,84 | 0,192 | 17,04 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 6 | 6 | 100 | 20 | 0,054 | 2,004 | 0,324 | 0,84 | 0,012 | 42,66 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 15 | 7,5 | 50 | 3 | 0,045 | 0,0075 | 0,6375 | 0,525 | 0,075 | 6,375 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 14 | 14 | 100 | 126 | 0 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 864,8 | 30,6 | 28,7 | 117,0 | 205,8 | 3,3 | 578,1 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 30% | 30% | 30% | 29% | 19% | 28% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 40 | 40 | 100 | 157 | 7,96 | 2,2 | 23,52 | 48 | 2,56 | 12 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 90 | 90 | 100 | 86 | 1,8 | 0,09 | 18,81 | 5,4 | 0,27 | 5,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 115 | 78,2 | 68 | 130 | 0,9384 | 0,1564 | 30,7326 | 6,256 | 0,3128 | 20,332 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 15 | 8,25 | 55 | 1 | 0,066 | 0,00825 | 0,2145 | 1,7325 | 0,07425 | 0,495 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 40 | 38 | 95 | 15 | 0,532 | 0,038 | 2,926 | 9,12 | 0,114 | 1,52 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 8 | 4 | 50 | 2 | 0,012 | 0,012 | 0,372 | 0,76 | 0,02 | 0,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 21 | 21 | 100 | 189 | 0 | 21 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 975,8 | 36,2 | 29,2 | 136,8 | 93,6 | 7,0 | 481,8 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 34% | 36% | 30% | 34% | 9% | 59% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 81 | 75,33 | 93 | 125 | 15,59331 | 6,93036 | 0,07533 | 8,2863 | 0,52731 | 47,4579 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 12 | 4,8 | 40 | 2 | 0,0576 | 0,0048 | 0,3264 | 2,736 | 0,024 | 0,72 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 45 | 45 | 100 | 43 | 0,9 | 0,045 | 9,405 | 2,7 | 0,135 | 2,7 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 40 | 36,8 | 92 | 39 | 0,736 | 0,1472 | 8,5744 | 2,208 | 0,1472 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 64 | 64 | 100 | 237 | 8,32 | 0,96 | 47,808 | 16 | 2,496 | 3,84 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 115 | 82,8 | 72 | 109 | 0,9108 | 0,1656 | 25,0884 | 2,484 | 0,414 | 3,312 |
| | | | K033 | Panela | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,042 | 0,007 | 6,314 | 2,94 | 0,343 | 2,73 |
| | | | | Canela | cs | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 2,484 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 19 | 19 | 100 | 171 | 0 | 19 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 860,8 | 28,3 | 27,5 | 120,3 | 71,1 | 4,8 | 462,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 28% | 28% | 30% | 6% | 41% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 81 | 75,33 | 93 | 125 | 15,59331 | 6,93036 | 0,07533 | 8,2863 | 0,52731 | 47,4579 |
| | | | G001 | Crema de leche | 8 | 8 | 100 | 26 | 0,168 | 2,8 | 0,136 | 5,44 | 0 | 3,68 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | #VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 50 | 50 | 100 | 48 | 1 | 0,05 | 10,45 | 3 | 0,15 | 3 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 20 | 20 | 100 | 74 | 2,6 | 0,3 | 14,94 | 5 | 0,78 | 1,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA DORADA) | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 5 | 4,75 | 95 | 2 | 0,0665 | 0,00475 | 0,36575 | 1,14 | 0,01425 | 0,19 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 115 | 78,2 | 68 | 130 | 0,9384 | 0,1564 | 30,7326 | 6,256 | 0,3128 | 20,332 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA CON HUEVO Y QUESO | B044 | Espinaca, cruda | 30 | 18 | 60 | 6 | 0,522 | 0,036 | 0,684 | 22,14 | 0,432 | 11,88 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 45 | 45 | 100 | 135 | 7,875 | 11,475 | 0,135 | 263,7 | 0,18 | 420,75 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 15 | 9 | 60 | 4 | 0,063 | 0,027 | 0,792 | 2,97 | 0,117 | 0,18 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 908,6 | 34,8 | 31,0 | 120,0 | 345,5 | 3,5 | 919,8 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 34% | 32% | 30% | 31% | 30% | 61% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 2,484 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 40 | 40 | 100 | 154 | 9,12 | 0,6 | 24,16 | 47,6 | 2,12 | 4 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 115 | 78,2 | 68 | 130 | 0,9384 | 0,1564 | 30,7326 | 6,256 | 0,3128 | 20,332 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 115 | 82,8 | 72 | 109 | 0,9108 | 0,1656 | 25,0884 | 2,484 | 0,414 | 3,312 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 15 | 0,392 | 0,028 | 2,884 | 4,48 | 0,224 | 19,88 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 22 | 22 | 100 | 198 | 0 | 22 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 1019,9 | 36,7 | 28,7 | 146,8 | 91,0 | 6,7 | 499,9 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 35% | 36% | 30% | 36% | 8% | 57% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 79 | 73,47 | 93 | 122 | 15,20829 | 6,75924 | 0,07347 | 8,0817 | 0,51429 | 46,2861 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 9 | 0,7938 | 0,6804 | 0,0189 | 3,339 | 0,1071 | 8,757 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,924 | 0,133 | 5,047 | 1,26 | 0,357 | 0,14 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 25 | 25 | 100 | 96 | 3,125 | 0,45 | 18,025 | 9 | 0,675 | 1,75 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 0,65 | 0,075 | 3,735 | 1,25 | 0,195 | 0,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | PAPA SALADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, | 90 | 90 | 100 | 86 | 1,8 | 0,09 | 18,81 | 5,4 | 0,27 | 5,4 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 9 | 9 | 100 | 29 | 0,081 | 3,006 | 0,486 | 1,26 | 0,018 | 63,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 936,6 | 33,0 | 28,6 | 131,8 | 208,9 | 3,7 | 590,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 33% | 30% | 32% | 19% | 31% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 40 | 40 | 100 | 156 | 10,12 | 0,44 | 23,8 | 24 | 2,76 | 2,4 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 90 | 81 | 90 | 79 | 1,62 | 0,162 | 16,929 | 6,48 | 0,648 | 8,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS | GRUPO I | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 65 | 55,25 | 85 | 17 | 0,442 | 0,1105 | 3,2045 | 11,05 | 0,442 | 0,5525 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, | 18 | 18 | 100 | 65 | 2,376 | 0,342 | 12,978 | 3,24 | 0,918 | 0,36 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 40 | 40 | 100 | 120 | 7 | 10,2 | 0,12 | 234,4 | 0,16 | 374 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 910,8 | 33,7 | 29,7 | 121,0 | 327,8 | 6,8 | 863,2 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 33% | 31% | 30% | 30% | 58% | 58% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 50 | 40 | 80 | 64 | 0,36 | 0,12 | 14,96 | 6,4 | 0,12 | 5,6 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 9 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 30 | 20,4 | 68 | 33 | 4,3248 | 1,7952 | 0 | 1,224 | 0,5508 | 13,464 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | ARROZ BLANCO | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 35 | 28 | 80 | 6 | 0,252 | 0,028 | 1,148 | 2,52 | 0,14 | 1,68 |
| | | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,09 | 3,34 | 0,54 | 1,4 | 0,02 | 71,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 888,7 | 33,1 | 29,3 | 120,1 | 62,5 | 5,3 | 569,6 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 33% | 30% | 30% | 6% | 45% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 80 | 74,4 | 93 | 124 | 15,4008 | 6,8448 | 0,0744 | 8,184 | 0,5208 | 46,872 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 36 | 0,288 | 0,032 | 8,416 | 6,72 | 0,288 | 0,32 |
| | | | G001 | Crema de leche | 6 | 6 | 100 | 20 | 0,126 | 2,1 | 0,102 | 4,08 | 0 | 2,76 |
| | | | B047 | Guascas, crudas | 6 | 2,1 | 35 | 1 | 0,0672 | 0,0105 | 0,1743 | 5,145 | 0,1491 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 40 | 36,8 | 92 | 39 | 0,736 | 0,1472 | 8,5744 | 2,208 | 0,1472 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | DEDITOS DE QUESO Y HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0,4 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | GUACAMOLE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 12 | 9,24 | 77 | 17 | 0,14784 | 1,22892 | 0,924 | 0,924 | 0,03696 | 0,5544 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 2,484 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 6 | 3 | 50 | 1 | 0,009 | 0,009 | 0,279 | 0,57 | 0,015 | 0,12 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 15 | 11,25 | 75 | 8 | 0,10125 | 0,03375 | 1,5075 | 1,4625 | 0,03375 | 0,3375 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 908,2 | 33,1 | 31,4 | 120,0 | 236,5 | 3,5 | 747,4 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 31% | 33% | 32% | 30% | 22% | 30% | 50% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B035 | Cilantro, crudo | 40 | 36 | 90 | 16 | 0,828 | 0,216 | 2,124 | 29,52 | 0,648 | 16,56 |
| | | | B084 | Plátano coli o guineo, verde, crudo | 45 | 27 | 60 | 35 | 0,351 | 0,027 | 8,181 | 1,08 | 0,189 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 45 | 45 | 100 | 43 | 0,9 | 0,045 | 9,405 | 2,7 | 0,135 | 2,7 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 90 | 72 | 80 | 114 | 0,648 | 0,216 | 26,928 | 11,52 | 0,216 | 10,08 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 15 | 0,392 | 0,028 | 2,884 | 4,48 | 0,224 | 19,88 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 8 | 8 | 100 | 26 | 0,072 | 2,672 | 0,432 | 1,12 | 0,016 | 56,88 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 16 | 16 | 100 | 80 | 4,208 | 4,256 | 6,144 | 150,4 | 0,08 | 59,04 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 898,2 | 32,8 | 29,2 | 122,7 | 237,1 | 5,2 | 651,5 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 30% | 22% | 44% | 43% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 40 | 40 | 100 | 150 | 9,56 | 0,44 | 24,08 | 24 | 1,84 | 6 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 85 | 76,5 | 90 | 74 | 1,53 | 0,153 | 15,9885 | 6,12 | 0,612 | 7,65 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PURÉ DE PAPA CON LECHE Y QUESO | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 85 | 85 | 100 | 82 | 1,7 | 0,085 | 17,765 | 5,1 | 0,255 | 5,1 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 7 | 7 | 100 | 51 | 0,042 | 5,67 | 0 | 0,21 | 0,007 | 47,95 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 40 | 40 | 100 | 120 | 7 | 10,2 | 0,12 | 234,4 | 0,16 | 374 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G010 | Leche de vaca, entera, líquida, cruda | 40 | 40 | 100 | 26 | 1,32 | 1,48 | 1,84 | 48 | 0,08 | 19,6 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 926,7 | 32,9 | 28,7 | 128,8 | 371,5 | 4,9 | 929,3 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 32% | 30% | 32% | 34% | 42% | 62% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CÓDIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 81 | 75,33 | 93 | 125 | 15,59331 | 6,93036 | 0,07533 | 8,2863 | 0,52731 | 47,4579 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 12 | 4,8 | 40 | 2 | 0,0576 | 0,0048 | 0,3264 | 2,736 | 0,024 | 0,72 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 50 | 40 | 80 | 44 | 0,36 | 0,04 | 10,52 | 8,4 | 0,36 | 0,4 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 25 | 23 | 92 | 24 | 0,46 | 0,092 | 5,359 | 1,38 | 0,092 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, | GRUPO I | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 50 | 50 | 100 | 186 | 6,5 | 0,75 | 37,35 | 12,5 | 1,95 | 3 |
| ENSALADA O VERDURAS | GRUPO II | | B052 | Habichuela, cruda | 40 | 36 | 90 | 15 | 0,756 | 0 | 2,592 | 14,4 | 0,36 | 2,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 85 | 16 | 0,238 | 0,034 | 3,23 | 9,18 | 0,136 | 11,9 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 20 | 20 | 100 | 65 | 0,18 | 6,68 | 1,08 | 2,8 | 0,04 | 142,2 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 14 | 14 | 100 | 126 | 0 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 920,6 | 29,5 | 28,9 | 131,8 | 79,6 | 4,5 | 607,5 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 29% | 30% | 32% | 7% | 38% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Complemento JM/JT

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | MIXTO DE RES Y CERDO | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 66 | 10,058 | 2,82 | 0,094 | 7,99 | 0,376 | 24,44 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 40 | 40 | 100 | 154 | 9,12 | 0,6 | 24,16 | 47,6 | 2,12 | 4 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 115 | 78,2 | 68 | 130 | 0,9384 | 0,1564 | 30,7326 | 6,256 | 0,3128 | 20,332 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 115 | 82,8 | 72 | 109 | 0,9108 | 0,1656 | 25,0884 | 2,484 | 0,414 | 3,312 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K009 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 22 | 22 | 100 | 198 | 0 | 22 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 1003,0 | 36,1 | 28,8 | 143,5 | 87,9 | 5,5 | 470,8 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 35% | 36% | 30% | 35% | 8% | 46% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

# 5.Ciclo de menú Residencia Escolar RPS

**REPORTE CICLOS DE MENÚS MODALIDAD RESIDENCIAS ESCOLARES**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **DEPARTAMENTO DEL META** |
| **MUNICIPIO** | **28 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS** |
| **SEDE EDUCATIVA** | **LAS ATENDIDAS POR EL DEPARTAMENTO** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Residencia escolar |

**SEMANA No. 1**

| COMPONENTES | MENÚ 1 | MENÚ 2 | MENÚ 3 | MENÚ 4 | MENÚ 5 | MENÚ 6 | MENÚ 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **DESAYUNO** | | | | | | | |
| Bebida con leche | CHOCOLATE CON LECHE | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | COCOA CON LECHE | AGUAPANELA CON LECHE | CHOCOLATE CON LECHE | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | REFRESCO DE AVENA CON LECHE |
| Alimento proteico | CALDO DE HUEVO CON PAPA | SUDADO DE CARNE CON PAPA | CALDO DE CARNE CON PAPA | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA DESMECHADA | HUEVOS COCIDOS | CARNE A LA PLANCHA | SUDADO DE POLLO CON PAPA |
| Cereal o acompañante | AREPA BLANCA | PAN ROLLITO | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | PORCIÓN DE PAN | AREPA CON MANTEQUILLA | PAN DE SAL | AREPA BLANCA |
| Fruta | REBANADA DE PIÑA | - | CUBITOS DE PAPAYA | - | POCIÓN DE SANDÍA | - | NARANJA |
| Azucares | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| Grasa | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| **REFRIGERIO DE LA MAÑANA** | | | | | | | |
| **PRODUCTOS LACTEOS** | TORTICAS DE TRIGO CON QUESO | TROZO DE QUESO | AREPA CON QUESO | SANDWICH DE QUESO | PORCIÓN DE QUESO | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | ABORRAJADO DE PLATANO MADURO CON QUESO |
| **DERIVADOS DE CEREAL** | | GALLETAS DE SAL | | | PAN LECHE | | |
| **FRUTA** | CUBOS DE SANDIA | MANDARINA | PORCIÓN DE PIÑA | NARANJA | TROZO DE PAPAYA | BANANO | MANZANA |
| **ALMUERZO** | | | | | | | |
| **ALIMENTO PROTEICO** | CARNE SUDADA | HUEVO PERICO | PECHUGA DORADA | CARNE DESMECHADA | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | CERDO FRITO | CARNE EN CUBITOS |
| **SOPA O LEGUMINOSAS** | SANCOCHO | ARVEJA VERDE-SECA | CREMA DE VERDURAS | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | SOPA DE CONCHITAS | GARBANZOS GUISADOS | SOPA DE CEBADA |
| **CEREALES** | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO |
| **TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREAL** | (EN EL SANCOCHO) | TORTICAS DE HARINA DE TRIGO | PATACÓN DE PLATANO VERDE | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | CASCOS DE PAPA DORADA | CROQUETAS DE ZANAHORIA | YUCA FRITA |
| **ENSALADA O VERDURA CALIENTE** | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | HABICHUELAS GUISADAS | (CON EL FRIJOL) | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | | ENSALADA FRIA DE VERDURAS CON MAYONESA |
| **BEBIDA** | NARANJADA | JUGO DE LULO CON LECHE | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | JUGO DE PIÑA | JUGO DE BANANO CON LECHE | JUGO DE LULO | JUGO DE TOMATE DE ARBOL |
| **LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS** | | | | - | | - | - |
| **REFRIGERIO DE LA TARDE** | | | | | | | |
| **PRODUCTOS LACTEOS** | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | ARROZ DE LECHE | VASO DE LECHE | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | MAZAMORRA CON LECHE | DULCE DE CEBADA CON LECHE | VASO DE LECHE |
| **DERIVADOS DE CEREAL** | | | MANTECADA | | | | GALLETA DULCE |
| **CENA** | | | | | | | |
| **ALIMENTO PROTÉICO** | CARNE ASADA | PECHUGA KRISPY | HUEVOS REVUELTOS | HUEVO FRITO | ALBONDIGAS EN SALSA CRIOLLA (SERVIR SOBRE LA PASTA) | HUEVOS PERICOS | PECHUGA DESHILADA |
| **CEREAL O ACOMPAÑANTE** | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ESPAGUETTI SUDADO | ARROZ | ARROZ |
| **ENSALADA O VERDURA CALIENTE** | LECHUGA Y TOMATE | PEPINO GUISADO | CROQUETAS DE ZANAHORIA | ENSALADA ROJA | ENSALADA DE ESPINACA Y MANGO | POTECA DE AHUYAMA | ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA |
| **BEBIDA** | | | NARANJADA | JUGO DE LULO | LIMONADA | NARANJADA | - |
| **LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS** | SORBETE DE CURUBA | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | - | - | - | - | SORBETE DE BANANO |
| **AZUCARES** | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| **GRASAS** | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |

**SEMANA No. 2**

| COMPONENTES | MENÚ 8 | MENÚ 9 | MENÚ 10 | MENÚ 11 | MENÚ 12 | MENÚ 13 | MENÚ 14 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **DESAYUNO** | | | | | | | |
| Bebida con leche | AGUAPANELA CON LECHE | CHOCOLATE CON LECHE | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | AGUAPANELA NEGRA (LECHE EN EL CALDO) | CHOCOLATE CON LECHE | AGUAPANELA CON LECHE |
| Alimento proteico | TORTICAS DE HARINA DE TRIGO CON CARNE | PECHUGA A LA PLANCHA | MIXTO DE CERDO Y RES | CALDO DE POLLO CON PAPA | CHANGUA DE HUEVO CON LECHE Y TOSTADAS | CARNE ENCEBOLLADA | TORTILLA DE HUEVO CON PAPA |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Cereal o acompañante | DESMECHADA | PAN BLANCO | PATACÓN | AREPA BLANCA | AREPA FRITA | TAJADAS DE MADURO | PORCION DE PAN |
| Fruta | LUNAS DE PATILLA | CUBITOS DE PIÑA | MANDARINA | - | - | - | PORCIÓN DE PAPAYA |
| Azucares | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| Grasa | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| | **REFRIGERIO DE LA MAÑANA** | | | | | | |
| PRODUCTOS LACTEOS | TROZO DE QUESO | AREPA ASADA CON QUESO | SANDWICH DE QUESO | PORCIÓN DE QUESO | ABORRAJADO DE PLATANO MADURO CON QUESO | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | QUESO |
| DERIVADOS DE CEREAL | PATACÓN | | | PAN DE SAL | | | PAN BLANDITO |
| FRUTA | NARANJA | CUBOS DE PAPAYA | PORCIÓN DE SANDÍA | REBANADA DE PIÑA | MANDARINA | JULIANAS DE MANGO | BANANO |
| | **ALMUERZO** | | | | | | |
| ALIMENTO PROTEICO | CERDO ACARAMELADO | HUEVOS REVUELTOS | POLLO EN SALSA CRIOLLA | CARNE FRITA | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | CARNE GUISADA | PALITOS DE PECHUGA APANADOS |
| LEGUMINOSAS | CREMA DE ZANAHORIA | LENTEJAS | SOPA DE AVENA | CREMA DE GARBANZOS | SOPA DE VERDURAS | SOPA DE FRIJOL CON PLATANO VERDE | SOPA DE ARRACACHA |
| CEREALES | ARROZ BLANCO | ARROZ AL AJO | ARROZ BLANCO | ARROZ AL PIMENTÓN | ESPAGUETTI GUISADO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO |
| TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREAL | CROQUETA DE YUCA | TORTICAS DE ZANAHORIA Y HARINA DE TRIGO | PAPA CHORRIADA | CASCABELES DE PLATANO VERDE | MADURO MELADO | PLATANO VERDE (EN LOS FRIJOLES) | MONEDITAS DE PLATANO MADURO |
| ENSALADA O VERDURA CALIENTE | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, APIO Y PIÑA | | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | ENSALADA PICO DE GALLO | ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y ZANAHORIA | VERDURAS EN GOULASH |
| BEBIDA | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | JUGO DE MANGO | JUGO DE CURUBA CON LECHE | LIMONADA | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | JUGO DE PIÑA | JUGO DE MARACUYÁ |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | | - | | | | - | - |
| | **REFRIGERIO DE LA TARDE** | | | | | | |
| PRODUCTOS LACTEOS | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | REFRESCO DE HOJUELAS DE AVENA CON LECHE | DULCE DE ARROZ CON LECHE | VASO DE LECHE | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CANELA Y LECHE | MAZAMORRA CON LECHE | DULCE DE GRANO DE CEBADA CON LECHE |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | | PONQUÉ | | | |
| | **CENA** | | | | | | |
| ALIMENTO PROTÉICO | HUEVO EN TORTILLA | CARNE DE RES SUDADA | HUEVOS PERICOS | HUEVOS BATIDOS | CARNE FRITA | POLLO DORADO | PEHUGA DESMECHADA |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ESPAGUETTI GUISADO |
| ENSALADA O VERDURA CALIENTE | GUISADO DE CALABAZÍN CON ZANAHORIA | ENSALADA PICO DE GALLO | CROQUETAS DE AHUYAMA | GOULASH DE HABICHUELA Y ZANAHORIA | ENSALADA DE CABEZONA, TOMATE, ZANAHORIA Y LIMÓN | ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO | ANILLOS DE CABEZONA CON TOMATE, LIMÓN Y SAL |
| BEBIDA | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | NARANJADA | JUGO DE MARACUYÁ | SORBETE DE MANGO | JUGO DE LULO | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON | LIMONADA |
| LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS | | - | | | | | |
| AZÚCARES | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| GRASAS | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| | **SEMANA No. 3** | | | | | | |
| COMPONENTES | MENÚ 15 | MENÚ 16 | MENÚ 17 | MENÚ 18 | MENÚ 19 | MENÚ 20 | MENÚ 21 |
| | **DESAYUNO** | | | | | | |
| Bebida con leche | COCOA CON LECHE | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | CHOCOLATE CON LECHE | AGUAPANELA CON LECHE | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | CHOCOLATE CON LECHE |
| Alimento proteico | ARROZ CON HUEVO | PORCIÓN DE CERDO A LA PLANCHA | HUEVOS PERICOS | SUDADO DE POLLO CON PAPA | TORTICAS DE CARNE MOLIDA | PECHUGA APANADA | CALDO DE CARNE CON PAPA |
| Cereal o acompañante | | CHIPS DE PLATANO VERDE | AREPA FRITA | | CASCOS DE PARA DORADA | PAN DE SAL | AREPA BLANCA |
| | PAN MANTEQUILLA | GALLETAS TIPO DUCAL | GALLETAS DE SODA CON MARGARINA | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | | | |
| Fruta | NARANJA | - | - | REBANADA DE PIÑA | - | PORCION DE PAPAYA | MANDARINA |
| Azucares | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| Grasa | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| | **REFRIGERIO DE LA MAÑANA** | | | | | | |
| PRODUCTOS LACTEOS | AREPA ASADA CON QUESO | SANDWICH DE QUESO | PORCIÓN DE QUESO | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | TORREJAS DE TRIGO CON QUESO | QUESO MADURO COCIDO | AREPA FRITA CON QUESO |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | PATACÓN | | | | |
| FRUTA | BANANO | MANDARINA | MANGO | NARANJA | LUNA DE SANDÍA | CUBOS DE PIÑA | MANZANA |
| | **ALMUERZO** | | | | | | |
| ALIMENTO PROTEICO | POLLO A LAS HIERBAS | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | POLLO CRISPY | HUEVOS EN TORTILLA | CARNE GUISADA | ARVEJAS GUISADAS CON CARNE EN CUBITOS | PEHUGA EN SALSA BLANCA |
| LEGUMINOSAS | SOPA DE FIDEOS | FRIJOLES | SOPA DE CEBADA | SOPA DE LENTEJAS | SANCOCHO | | SOPA DE AVENA |
| CEREALES | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA DORADA) | ARROZ BLANCO | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ BLANCO | ARROZ AL AJO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO |
| TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREAL | PATACÓN | TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | PAPA SALADA | | (EN EL SANCOCHO) | MADURO PÍCARO | PAPA FRANCESA |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ENSALADA O VERDURA CALIENTE | TORTA DE ESPINACA | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, TOMATE, CABEZONA Y CILANTRO | CUBITOS DE PEPINO COHOMBTO CON CILANTRO, LIMON Y SAL | ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA |
| BEBIDA | JUGO DE CURUBA CON LECHE | JUGO DE MARACUYÁ | JUGO DE BANANO CON LECHE | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | JUGO DE PIÑA | NARANJADA | JUGO DE MANGO CON LECHE |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | | | | | | | |
| | REFRIGERIO DE LA TARDE | | | | | | |
| PRODUCTOS LACTEOS | VASO DE LECHE | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | MAZAMORRA CON LECHE | VASO DE LECHE | VASO DE LECHE | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | REFRESCO DE AVENA CON LECHE |
| DERIVADOS DE CEREAL | MANTECADA | | | BROWNIE | GALLETAS | | |
| | CENA | | | | | | |
| ALIMENTO PROTÉICO | CARNE A LA PLANCHA | HUEVOS REVUELTOS | CERDO DORADO | CARNE DESMECHADA | HUEVOS PERICOS | CARNE EN CUBITOS | CERDO ASADO |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | ESPAGUETTI CON GUISO | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ |
| ENSALADA O VERDURA CALIENTE | REBANADAS DE TOMATE | HABICHUELAS GUISADAS | ENSALADA FRESCA DE REPOLLO Y PIÑA | ENSALADA PICO DE GALLO | ENSALADA DE VERDURAS Y MAYONESA | ENSALADA DE CABEZONA Y PEPINO | LECHUGA Y TOMATE |
| BEBIDA | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | LIMONADA | NARANJADA | JUGO DE MARACUYÁ | SORBETE DE BANANO | JUGO DE MANGO | SORBETE DE MARACUYÁ |
| LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS | | | | | | | |
| AZÚCARES | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |
| GRASAS | EN LAS PREPARACIONES | | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | SEMANA No. 4 | | | | |
| | MENÚ 22 | MENÚ 23 | MENÚ 24 | MENÚ 25 | MENÚ 26 |
| COMPONENTES | DESAYUNO | | | | |
| Bebida con leche | CHOCOLATE CON LECHE | COLADA DE AVENA CON LECHE Y CANELA | COCOA CON LECHE Y CANELA | AGUAPANELA CON LECHE | CHOCOLATE CON LECHE |
| Alimento proteico | SUDADO DE CARNE CON PAPA | CALDO DE HUEVO CON PAPA | PECHUGA DE POLLO CRISPY | CARNE FRITA | CERDO A LA PLANCHA |
| Cereal o acompañante | PATACÓN | AREPA BLANCA | MOGOLLA INTEGRAL | PAN BLANDITO | PAPAS DORADAS |
| Fruta | - | - | CUBITOS DE PIÑA | MIXTO DE PAPAYA Y MELÓN | PORCIÓN DE MANGO |
| Azucares | EN LAS PREPARACIONES | | | | |
| Grasa | EN LAS PREPARACIONES | | | | |
| | REFRIGERIO DE LA MAÑANA | | | | |
| PRODUCTOS LACTEOS | SANDWICH DE QUESO | PORCIÓN DE QUESO | AREPA CON QUESO RALLADO | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | QUESO |
| DERIVADOS DE CEREAL | | PAN DE SAL | | | TAJADAS DE PLATANO MADURO |
| FRUTA | TROZO DE SANDÍA | MANGO | NARANJA | MANDARINA | REBANADA DE PIÑA |
| | ALMUERZO | | | | |
| ALIMENTO PROTEICO | PECHUGA DESMECHADA | CARNE GUISADA | HUEVOS BATIDOS | CERDO DESMECHADO | POLLO EN SALSA CRIOLLA |
| LEGUMINOSAS | AJIACO | SOPA DE COLÍ | ARVEJAS SECAS GUISADAS | FRIJOLES SUDADOS | SOPA DE ARRACACHA |
| CEREALES | ARROZ BLANCO | ARROZ AL CILANTRO | ARROZ BLANCO | ARRROZ BLANCO | ARROZ ROJO |
| TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREAL | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | ASTILLAS DE YUCA FRITA | PURÉ DE PAPA CON MAYONESA | MADURO COCIDO | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA |
| ENSALADA O VERDURA CALIENTE | ENSALADA DE ZANAHORIA, CABEZONA Y TOMATE | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | PICO DE GALLO | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | |
| BEBIDA | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | JUGO DE CURUBA CON LECHE | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | LIMONADA | SORBETE DE LULO CON LECHE |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | | | | | |
| | REFRIGERIO DE LA TARDE | | | | |
| PRODUCTOS LACTEOS | DULCE DE ARROZ CON LECHE | VASO DE LECHE | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | VASO DE LECHE | GRANITOS DE CEBADA CON LECHE |
| DERIVADOS DE CEREAL | | PONQUÉ | | GALLETAS DE CHOCOLATE | |
| | CENA | | | | |
| ALIMENTO PROTÉICO | HUEVOS PERICOS | PECHUGA HILADA | CUBITOS DE CARNE DE RES CON HOGAO | HUEVO EN TORTILLA | POLLO APANADO |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | ARROZ | ESPAGUETTI CON SALSA CAMPESINA | ARROZ | ARROZ | ARROZ |
| ENSALADA O VERDURA CALIENTE | POTECA DE AHUYAMA | ENSALADA VERDE | REBANADITAS DE TOMATE CON LIMÓN Y SAL | GUISADO DE VERDURAS MIXTAS | ENSALADA DE ESPINACA CON FRESA, MANGO Y CREMA DE LECHE |
| BEBIDA | JUGO DE LULO | SORBETE DE CURUBA | LIMONADA | NARANJADA | SORBETE DE BANANO |
| LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS | - | | - | - | |
| AZÚCARES | EN LAS PREPARACIONES | | | | |
| GRASAS | EN LAS PREPARACIONES | | | | |
| NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL CICLO DE MENÚS | | | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ | | MND. 02097 |
| FIRMA | | | | | |

# 6.Menús Desayuno

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Preescolar** |
| **MENÚ No.** | **1** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 0 |
| | | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 30 | 30 | 100 | 114 | 2,73 | 1,11 | 22,17 | 1,2 | 0,81 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 55 | 45 | 0,4818 | 0,0803 | 9,9572 | 12,848 | 0,4015 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 426,7 | 14,8 | 13,3 | 59,7 | 176,7 | 2,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 32% | 31% | 33% | 25% | 53% | 23% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 100 | 37 | 0,03 | 0,01 | 9,14 | 0,2 | 0,05 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 0 |
| | | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 30 | 30 | 100 | 83 | 2,67 | 0,48 | 17,04 | 7,5 | 0,57 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | | 0 | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 351,0 | 17,1 | 10,7 | 45,9 | 137,1 | 2,3 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 38% | 25% | 25% | 20% | 41% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Preescolar |
| **MENÚ No.** | 3 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maiz blanco, precocida | 30 | 30 | 100 | 114 | 2,73 | 1,11 | 22,17 | 1,2 | 0,81 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 146 | 102,2 | 70 | 41 | 0,511 | 0,1022 | 8,3804 | 24,528 | 0,3066 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 408,3 | 19,7 | 9,5 | 56,4 | 172,9 | 4,2 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 43% | 22% | 31% | 25% | 74% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertanencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 12 | 12 | 100 | 46 | 1,092 | 0,444 | 8,868 | 0,48 | 0,324 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 146 | 102,2 | 70 | 41 | 0,511 | 0,1022 | 8,3804 | 24,528 | 0,3066 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 347,7 | 14,2 | 10,7 | 47,0 | 158,9 | 2,1 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 31% | 25% | 26% | 23% | 37% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| BEBIDA CON LECHE | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo | 15 | 15 | 100 | 45 | 2,625 | 3,825 | 0,045 | 87,9 | 0,06 | 116 |
| | GRUPO I | | D019 | Margarina, esparcible | 2 | 2 | 100 | 15 | 0,012 | 1,62 | 0 | 0,06 | 0,002 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | AREPA CON QUESO | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 35 | 35 | 100 | 133 | 3,185 | 1,295 | 25,865 | 1,4 | 0,945 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | POCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 150 | 60 | 40 | 10 | 0,24 | 0 | 2,22 | 2,4 | 0,18 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 0 | - | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 342,2 | 9,8 | 11,9 | 47,6 | 217,6 | 1,6 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 22% | 27% | 26% | 31% | 29% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | C031 | Guayaba, madura, cruda | 80 | 60 | 75 | 43 | 0,54 | 0,18 | 8,04 | 7,8 | 0,18 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 83,5 |
| | GRUPO I | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 50 | 50 | 100 | 139 | 4,45 | 0,8 | 28,4 | 12,5 | 0,95 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | | 0 | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 377,3 | 18,7 | 11,1 | 48,7 | 146,9 | 2,5 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 29% | 41% | 26% | 27% | 21% | 45% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Preescolar |
| **MENÚ No.** | 7 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 10 | 10 | 100 | 41 | 1,47 | 0,86 | 6,62 | 5,4 | 0,4 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA BLANCA | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 30 | 30 | 100 | 114 | 2,73 | 1,11 | 22,17 | 1,2 | 0,81 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 150 | 90 | 60 | 37 | 0,63 | 0,27 | 7,92 | 29,7 | 1,17 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 416,2 | 16,3 | 13,0 | 56,5 | 166,8 | 3,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 36% | 30% | 31% | 24% | 54% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTICAS DE TRIGO CON CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNAS DE PATILLA | C079 | Sandía, cruda | 146 | 58,4 | 40 | 10 | 0,2336 | 0 | 2,1608 | 2,336 | 0,1752 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 295,9 | 15,8 | 11,6 | 31,8 | 135,2 | 2,7 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 23% | 35% | 27% | 17% | 19% | 47% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertanencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | NUGGETS DE PECHUGA DE POLLO | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 8 | 8 | 100 | 29 | 1,056 | 0,152 | 5,768 | 1,44 | 0,408 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 83,5 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN BLANCO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 100 | 56 | 1,78 | 0,32 | 11,36 | 5 | 0,38 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 55 | 45 | 0,4818 | 0,0803 | 9,9572 | 12,848 | 0,4015 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 351,0 | 14,7 | 11,1 | 47,2 | 150,7 | 1,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 32% | 26% | 26% | 22% | 34% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | MIXTO DE CERDO Y RES | F099 | Res, carne magra, cruda | 27 | 27 | 100 | 38 | 5,886 | 1,539 | 0 | 1,62 | 0,729 | 116 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 27 | 27 | 100 | 38 | 5,778 | 1,62 | 0,054 | 4,59 | 0,216 | 13,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PATACÓN | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 99 | 67,32 | 68 | 112 | 0,80784 | 0,13464 | 26,45676 | 5,3856 | 0,26928 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | C050 | Mandarina, cruda | 115 | 80,5 | 70 | 43 | 0,7245 | 0,0805 | 9,177 | 28,175 | 0,2415 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 392,7 | 18,6 | 10,9 | 51,9 | 177,9 | 2,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 41% | 25% | 29% | 25% | 52% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Preescolar |
| **MENÚ No.** | 11 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 100 | 37 | 0,03 | 0,01 | 9,14 | 0,2 | 0,05 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 30 | 30 | 100 | 114 | 2,73 | 1,11 | 22,17 | 1,2 | 0,81 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 4 | 4 | 100 | 16 | 0 | 0 | 3,972 | 0 | 0,004 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 355,1 | 14,3 | 10,9 | 48,2 | 135,2 | 1,6 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 32% | 25% | 27% | 19% | 28% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertanencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA | GRUPO VI | AGUAPANELA NEGRA (LECHE EN EL CALDO) | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CHANGUA DE HUEVO CON LECHE | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO III<br>GRUPO I | AREPA FRITA | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 35 | 35 | 100 | 133 | 3,185 | 1,295 | 25,865 | 1,4 | 0,945 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 345,7 | 13,5 | 11,5 | 45,8 | 159,6 | 2,5 | 216,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 30% | 26% | 25% | 23% | 44% | 19% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE ENCEBOLLADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 5 | 4,75 | 95 | 2 | 0,0665 | 0,00475 | 0,36575 | 1,14 | 0,01425 | 13,7 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | TAJADAS DE MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 99 | 71,28 | 72 | 94 | 0,78408 | 0,14256 | 21,59784 | 2,1384 | 0,3564 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 334,4 | 15,1 | 11,0 | 42,8 | 133,8 | 2,1 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 26% | 33% | 25% | 24% | 19% | 38% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 100 | 37 | 0,03 | 0,01 | 9,14 | 0,2 | 0,05 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTILLA DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PORCION DE PAN | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PAPAYA | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 25 | 25 | 100 | 70 | 2,225 | 0,4 | 14,2 | 6,25 | 0,475 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | C065 | Papaya, madura, cruda | 116 | 81,2 | 70 | 32 | 0,406 | 0,0812 | 6,6584 | 19,488 | 0,2436 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 371,4 | 13,2 | 13,5 | 47,9 | 179,3 | 2,0 | 264,0 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 29% | 29% | 31% | 26% | 26% | 36% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Preescolar** |
| **MENÚ No.** | **15** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ARROZ CON HUEVO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN MANTEQUILLA | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 11 | 11 | 100 | 39 | 0,737 | 0,044 | 8,811 | 0,99 | 0,088 | 0 |
| | | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 25 | 25 | 100 | 70 | 2,225 | 0,4 | 14,2 | 6,25 | 0,475 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 143 | 85,8 | 60 | 35 | 0,6006 | 0,2574 | 7,5504 | 28,314 | 1,1154 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 362,8 | 15,3 | 11,7 | 46,9 | 200,4 | 4,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 34% | 27% | 26% | 29% | 71% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 10 | 10 | 100 | 41 | 1,47 | 0,86 | 6,62 | 5,4 | 0,4 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PORCIÓN DE CERDO A LA PLANCHA | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 66 | 10,058 | 2,82 | 0,094 | 7,99 | 0,376 | 116 |
| | GRUPO I | CHIPS DE PLATANO VERDE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 75 | 51 | 68 | 85 | 0,612 | 0,102 | 20,043 | 4,08 | 0,204 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO II | GALLETAS TIPO DUCAL | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 7 | 7 | 100 | 33 | 0,448 | 1,372 | 4,697 | 2,66 | 0,14 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 336,6 | 16,0 | 11,6 | 41,4 | 142,4 | 1,2 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 35% | 27% | 23% | 20% | 21% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA FRITA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 30 | 30 | 100 | 114 | 2,73 | 1,11 | 22,17 | 1,2 | 0,81 | 0 |
| | GRUPO I | GALLETAS DE SODA CON | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 7 | 7 | 100 | 30 | 0,672 | 0,679 | 5,103 | 2,66 | 0,392 | 0 |
| | | MARGARINA | D019 | Margarina, esparcible | 1 | 1 | 100 | 7 | 0,006 | 0,81 | 0 | 0,03 | 0,001 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 0 | - | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 359,1 | 13,6 | 13,2 | 45,2 | 158,0 | 2,5 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 30% | 30% | 25% | 23% | 45% | 23% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Preescolar |
| **MENÚ No.** | 18 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 35 | 31,5 | 90 | 31 | 0,63 | 0,063 | 6,5835 | 2,52 | 0,252 | 0 |
| | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 25 | 25 | 100 | 95 | 2,275 | 0,925 | 18,475 | 1 | 0,675 | 0 |
| FRUTA | | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 150 | 82,5 | 55 | 46 | 0,495 | 0,0825 | 10,23 | 13,2 | 0,4125 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 0 | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 369,3 | 14,3 | 11,8 | 49,6 | 148,6 | 2,2 | 264,0 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 28% | 31% | 27% | 27% | 21% | 39% | 23% |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | | | | | | | | |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | | | | | | | | |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| BEBIDA CON LECHE | | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | TORTICAS DE CARNE MOLIDA | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 13,7 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | PAPA DORADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 394,6 | 19,9 | 12,9 | 47,0 | 148,7 | 3,9 | 264,0 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 30% | 44% | 30% | 26% | 21% | 70% | 23% |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | | | | | | | | |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | | | | | | | |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Preescolar |
| **MENÚ No.** | 20 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 100 | 37 | 0,03 | 0,01 | 9,14 | 0,2 | 0,05 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE POLLO APANADO | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 8 | 8 | 100 | 29 | 1,056 | 0,152 | 5,768 | 1,44 | 0,408 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN BLANCO | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0 |
| | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 100 | 56 | 1,78 | 0,32 | 11,36 | 5 | 0,38 | 0 |
| FRUTA | | PORCION DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 33 | 0,4095 | 0,0819 | 6,7158 | 19,656 | 0,2457 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 329,1 | 14,3 | 9,5 | 45,5 | 154,1 | 1,5 | 264,0 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 25% | 31% | 22% | 25% | 22% | 26% | 23% |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | | | | | | | | |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | | | | | | | |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | | | | | | | | |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 44 | 0,7371 | 0,0819 | 9,3366 | 28,665 | 0,2457 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 391,7 | 19,0 | 11,1 | 50,0 | 176,6 | 3,8 | 264,0 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 30% | 42% | 26% | 27% | 25% | 69% | 23% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | | | | | | | | |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | | | | | | | |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 0 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 65 | 44,2 | 68 | 73 | 0,5304 | 0,0884 | 17,3706 | 3,536 | 0,1768 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 350,5 | 15,3 | 12,0 | 44,7 | 136,6 | 2,2 | 264,0 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 27% | 34% | 28% | 25% | 20% | 39% | 23% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | | | | | | | | |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | | | | | | | |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE AVENA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 10 | 10 | 100 | 41 | 1,47 | 0,86 | 6,62 | 5,4 | 0,4 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 15 | 15 | 100 | 57 | 1,365 | 0,555 | 11,085 | 0,6 | 0,405 | 0 |
| FRUTA | | | C072 | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 55 | 45 | 0,4818 | 0,0803 | 9,9572 | 12,848 | 0,4015 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 364,5 | 14,5 | 12,0 | 47,7 | 177,9 | 2,6 | 264,0 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 28% | 32% | 28% | 26% | 25% | 46% | 23% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | | | | | | | | |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | | | | | | | |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | NUGGETS DE PECHUGA DE POLLO | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 8 | 8 | 100 | 29 | 1,056 | 0,152 | 5,768 | 1,44 | 0,408 | 13,7 |
| | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | MOGOLLA INTEGRAL | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | A069 | Pan integral, regular, horneado | 24 | 24 | 100 | 67 | 2,256 | 0,744 | 12,096 | 12 | 0,648 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | C072 | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 55 | 45 | 0,4818 | 0,0803 | 9,9572 | 12,848 | 0,4015 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 364,5 | 16,8 | 11,0 | 46,3 | 168,5 | 3,2 | 264,0 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 28% | 37% | 25% | 25% | 24% | 56% | 23% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| **TOTAL MENÚ** | | | | | | | | | | | | | | |
| **RECOMENDACIÓN PREESCOLAR** | | | | | | | | | | | | | | |
| **% ADECUACIÓN** | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Preescolar |
| **MENÚ No.** | 25 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 13,7 |
| | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 83,5 |
| | | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 50 | 50 | 100 | 139 | 4,45 | 0,8 | 28,4 | 12,5 | 0,95 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MIXTO DE PAPAYA Y MELÓN | C065 | Papaya, madura, cruda | 40 | 28 | 70 | 11 | 0,14 | 0,028 | 2,296 | 6,72 | 0,084 | 116 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | C060 | Melón, crudo | 40 | 20 | 50 | 5 | 0,14 | 0 | 1 | 2,2 | 0,08 | 13,7 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 0 | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,95 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 359,5 | 18,5 | 11,0 | 46,0 | 152,2 | 3,0 | 393,7 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 28% | 41% | 25% | 25% | 22% | 53% | 35% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | | | | | | | | |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | | | | | | | |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | | | | | | | | |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO A LA PLANCHA | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 66 | 10,058 | 2,82 | 0,094 | 7,99 | 0,376 | 116 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO III | PAPAS DORADAS | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 63 | 63 | 100 | 60 | 1,26 | 0,063 | 13,167 | 3,78 | 0,189 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 140 | 70 | 50 | 55 | 0,42 | 0 | 11,97 | 10,5 | 0,35 | 0 |
| | GRUPO IV | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 347,8 | 15,5 | 11,0 | 44,7 | 148,1 | 1,3 | 166,8 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 27% | 34% | 25% | 25% | 21% | 24% | 15% |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL MENÚ | | | | | | | | | | | | | | |
| RECOMENDACIÓN PREESCOLAR | | | | | | | | | | | | | | |
| % ADECUACIÓN | | | | | | | | | | | | | | |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | ,004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA BLANCA | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 494,0 | 16,0 | 14,8 | 71,5 | 182,0 | 3,4 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 28% | 27% | 31% | 23% | 55% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 100 | 37 | 0,03 | 0,01 | 9,14 | 0,2 | 0,05 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 0 |
| | | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 40 | 40 | 100 | 111 | 3,56 | 0,64 | 22,72 | 10 | 0,76 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | 0 | 0 | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 428,9 | 20,0 | 13,3 | 56,5 | 141,1 | 2,8 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 26% | 35% | 25% | 25% | 18% | 45% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 3 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 182 | 127,4 | 70 | 51 | 0,637 | 0,1274 | 10,4468 | 30,576 | 0,3822 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 485,8 | 22,7 | 11,4 | 67,8 | 181,5 | 4,8 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 40% | 21% | 30% | 23% | 78% | 22% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 17 | 17 | 100 | 62 | 2,244 | 0,323 | 12,257 | 3,06 | 0,867 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 17 | 17 | 100 | 65 | 1,547 | 0,629 | 12,563 | 0,68 | 0,459 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 182 | 127,4 | 70 | 51 | 0,637 | 0,1274 | 10,4468 | 30,576 | 0,3822 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 423,7 | 16,7 | 13,6 | 56,4 | 167,4 | 2,6 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 29% | 25% | 25% | 21% | 42% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 5 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| BEBIDA CON LECHE | | CHOCOLATE CON LECHE | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 116 |
| | GRUPO I | | D019 | Margarina, esparcible | 3 | 3 | 100 | 22 | 0,018 | 2,43 | 0 | 0,09 | 0,003 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | AREPA CON QUESO | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 50 | 50 | 100 | 190 | 4,55 | 1,85 | 36,95 | 2 | 1,35 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | POCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 150 | 60 | 40 | 10 | 0,24 | 0 | 2,22 | 2,4 | 0,18 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 0 | - | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 421,6 | 12,1 | 14,5 | 58,7 | 247,5 | 2,0 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 21% | 27% | 26% | 31% | 33% | 14% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | C031 | Guayaba, madura, cruda | 80 | 60 | 75 | 43 | 0,54 | 0,18 | 8,04 | 7,8 | 0,18 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 83,5 |
| | GRUPO I | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | 0 | 0 | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 446,4 | 21,4 | 13,7 | 57,4 | 150,1 | 2,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 37% | 25% | 25% | 19% | 47% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 10 | 10 | 100 | 41 | 1,47 | 0,86 | 6,62 | 5,4 | 0,4 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 0 |
| | | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 150 | 90 | 60 | 37 | 0,63 | 0,27 | 7,92 | 29,7 | 1,17 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 502,4 | 18,6 | 15,9 | 68,8 | 168,8 | 3,4 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 33% | 29% | 30% | 21% | 55% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTICAS DE TRIGO CON CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 17 | 17 | 100 | 62 | 2,244 | 0,323 | 12,257 | 3,06 | 0,867 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNAS DE PATILLA | C079 | Sandia, cruda | 182 | 72,8 | 40 | 12 | 0,2912 | 0 | 2,6936 | 2,912 | 0,2184 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 347,1 | 18,4 | 14,2 | 36,0 | 137,8 | 3,2 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 21% | 32% | 26% | 16% | 17% | 51% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **9** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 83,5 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN BLANCO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 30 | 30 | 100 | 83 | 2,67 | 0,48 | 17,04 | 7,5 | 0,57 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 434,3 | 17,6 | 14,0 | 58,5 | 158,6 | 2,5 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 31% | 26% | 26% | 20% | 40% | 22% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 10 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 23 | 23 | 100 | 32 | 5,014 | 1,311 | 0 | 1,38 | 0,621 | 116 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 23 | 23 | 100 | 32 | 4,922 | 1,38 | 0,046 | 3,91 | 0,184 | 13,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0 |
| | | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 148 | 100,64 | 68 | 167 | 1,20768 | 0,20128 | 39,55152 | 8,0512 | 0,40256 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 115 | 80,5 | 70 | 43 | 0,7245 | 0,0805 | 9,177 | 28,175 | 0,2415 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 464,2 | 17,3 | 13,5 | 65,1 | 180,0 | 2,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 30% | 25% | 29% | 22% | 47% | 22% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 11 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| BEBIDA CON LECHE | | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | A001 | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 100 | 37 | 0,03 | 0,01 | 9,14 | 0,2 | 0,05 | 0,9 |
| | GRUPO IV | | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| ALIMENTO PROTEICO | | CALDO DE POLLO CON PAPA | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 433,6 | 16,6 | 13,8 | 58,6 | 137,9 | 2,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 29% | 25% | 26% | 17% | 32% | 22% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA | GRUPO VI | AGUAPANELA NEGRA (LECHE EN EL CALDO) | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CHANGUA DE HUEVO CON LECHE | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 70 | 63 | 90 | 94 | 7,938 | 6,804 | 0,189 | 33,39 | 1,071 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 83,5 |
| | GRUPO III | | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA FRITA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 50 | 50 | 100 | 190 | 4,55 | 1,85 | 36,95 | 2 | 1,35 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 424,3 | 15,9 | 13,9 | 57,0 | 165,4 | 3,0 | 216,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 28% | 26% | 25% | 21% | 49% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE ENCEBOLLADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 116 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 6 | 5,7 | 95 | 2 | 0,0798 | 0,0057 | 0,4389 | 1,368 | 0,0171 | 13,7 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 6 | 5,7 | 95 | 8 | 0,2679 | 0,0171 | 1,6701 | 2,28 | 0,0741 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | TAJADAS DE MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 148 | 106,56 | 72 | 141 | 1,17216 | 0,21312 | 32,28768 | 3,1968 | 0,5328 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 423,8 | 17,3 | 13,5 | 56,9 | 136,0 | 2,5 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 30% | 25% | 25% | 17% | 41% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 14 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 100 | 37 | 0,03 | 0,01 | 9,14 | 0,2 | 0,05 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTILLA DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PORCION DE PAN | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PAPAYA | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 30 | 30 | 100 | 83 | 2,67 | 0,48 | 17,04 | 7,5 | 0,57 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | C065 | Papaya, madura, cruda | 116 | 81,2 | 70 | 32 | 0,406 | 0,0812 | 6,6584 | 19,488 | 0,2436 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 432,2 | 13,8 | 15,6 | 57,7 | 181,5 | 2,2 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 24% | 29% | 25% | 23% | 35% | 22% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ARROZ CON HUEVO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 83,5 |
| | | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 15 | 15 | 100 | 53 | 1,005 | 0,06 | 12,015 | 1,35 | 0,12 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN MANTEQUILLA | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 30 | 30 | 100 | 83 | 2,67 | 0,48 | 17,04 | 7,5 | 0,57 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 143 | 85,8 | 60 | 35 | 0,6006 | 0,2574 | 7,5504 | 28,314 | 1,1154 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 429,0 | 16,1 | 13,8 | 58,0 | 202,3 | 4,1 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 26% | 28% | 25% | 25% | 25% | 66% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 10 | 10 | 100 | 41 | 1,47 | 0,86 | 6,62 | 5,4 | 0,4 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PORCIÓN DE CERDO A LA PLANCHA | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 77 | 11,77 | 3,3 | 0,11 | 9,35 | 0,44 | 116 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | CHIPS DE PLATANO VERDE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 105 | 71,4 | 68 | 119 | 0,8568 | 0,1428 | 28,0602 | 5,712 | 0,2856 | 0 |
| | GRUPO II | GALLETAS TIPO DUCAL | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 7 | 7 | 100 | 33 | 0,448 | 1,372 | 4,697 | 2,66 | 0,14 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 399,7 | 18,0 | 14,1 | 49,4 | 145,4 | 1,3 | 166,8 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 25% | 32% | 26% | 22% | 18% | 22% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA FRITA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| | GRUPO I | GALLETAS DE SODA CON MARGARINA | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 7 | 7 | 100 | 30 | 0,672 | 0,679 | 5,103 | 2,66 | 0,392 | 0 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 3 | 3 | 100 | 22 | 0,018 | 2,43 | 0 | 0,09 | 0,003 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 0 | - | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 431,9 | 14,5 | 15,2 | 57,6 | 158,7 | 2,8 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 25% | 28% | 25% | 20% | 45% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | GRUPO IV | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 45 | 40,5 | 90 | 39 | 0,81 | 0,081 | 8,4645 | 3,24 | 0,324 | 0 |
| FRUTA | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 35 | 35 | 100 | 133 | 3,185 | 1,295 | 25,865 | 1,4 | 0,945 | 0 |
| | | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 150 | 82,5 | 55 | 46 | 0,495 | 0,0825 | 10,23 | 13,2 | 0,4125 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 1,95 |
| **Total** | | | | | | | | 443,7 | 16,5 | 14,7 | 59,0 | 150,6 | 2,6 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 29% | 27% | 26% | 19% | 41% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTICAS DE TRIGO CON CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 30 | 30 | 100 | 109 | 3,96 | 0,57 | 21,63 | 5,4 | 1,53 | 13,7 |
| | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAPA DORADA | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 90 | 90 | 100 | 86 | 1,8 | 0,09 | 18,81 | 5,4 | 0,27 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 480,7 | 23,5 | 15,6 | 58,4 | 152,9 | 4,7 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 41% | 29% | 26% | 19% | 76% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 20 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maiz, crudo | 10 | 10 | 100 | 37 | 0,03 | 0,01 | 9,14 | 0,2 | 0,05 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0 |
| | GRUPO I | PAN BLANCO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 30 | 30 | 100 | 83 | 2,67 | 0,48 | 17,04 | 7,5 | 0,57 | 0 |
| FRUTA | | PORCION DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 33 | 0,4095 | 0,0819 | 6,7158 | 19,656 | 0,2457 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 401,4 | 17,1 | 12,3 | 54,4 | 158,8 | 1,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 30% | 23% | 24% | 20% | 31% | 22% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 21 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 25 | 25 | 100 | 95 | 2,275 | 0,925 | 18,475 | 1 | 0,675 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 44 | 0,7371 | 0,0819 | 9,3366 | 28,665 | 0,2457 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 453,0 | 21,4 | 13,8 | 56,6 | 179,0 | 4,3 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 38% | 25% | 25% | 22% | 69% | 22% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **22** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 0 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 90 | 61,2 | 68 | 102 | 0,7344 | 0,1224 | 24,0516 | 4,896 | 0,2448 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 428,9 | 17,5 | 14,5 | 56,3 | 139,4 | 2,6 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 31% | 27% | 25% | 17% | 41% | 22% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE AVENA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 10 | 10 | 100 | 41 | 1,47 | 0,86 | 6,62 | 5,4 | 0,4 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 432,8 | 16,5 | 13,9 | 58,2 | 167,7 | 3,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 29% | 26% | 26% | 21% | 48% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 100 | 49 | 1,95 | 1,08 | 5,97 | 14,4 | 1,33 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 13,7 |
| | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | MOGOLLA INTEGRAL | A069 | Pan integral, regular, horneado | 35 | 35 | 100 | 98 | 3,29 | 1,085 | 17,64 | 17,5 | 0,945 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 450,8 | 19,8 | 14,0 | 57,5 | 179,4 | 3,8 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 35% | 26% | 25% | 22% | 62% | 22% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 116 |
| | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 83,5 |
| | | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MIXTO DE PAPAYA Y MELÓN | C065 | Papaya, madura, cruda | 40 | 28 | 70 | 11 | 0,14 | 0,028 | 2,296 | 6,72 | 0,084 | 116 |
| | | | C060 | Melón, crudo | 40 | 20 | 50 | 5 | 0,14 | 0 | 1 | 2,2 | 0,08 | 13,7 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 448,5 | 21,2 | 13,6 | 59,7 | 155,5 | 3,4 | 393,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 37% | 25% | 26% | 19% | 55% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 100 | 47 | 0,36 | 1,66 | 7,55 | 3,6 | 0,35 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO A LA PLANCHA | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 77 | 11,77 | 3,3 | 0,11 | 9,35 | 0,44 | 116 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO III | PAPAS DORADAS | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 105 | 105 | 100 | 101 | 2,1 | 0,105 | 21,945 | 6,3 | 0,315 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 140 | 70 | 50 | 55 | 0,42 | 0 | 11,97 | 10,5 | 0,35 | 0 |
| | GRUPO IV | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 429,3 | 18,1 | 13,5 | 56,5 | 152,0 | 1,5 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 32% | 25% | 25% | 19% | 25% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA BLANCA | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 546,5 | 16,6 | 17,1 | 78,5 | 182,9 | 3,7 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 24% | 26% | 28% | 17% | 42% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maiz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 0 |
| | | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 40 | 40 | 100 | 111 | 3,56 | 0,64 | 22,72 | 10 | 0,76 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | 0 | 0 | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 490,9 | 22,2 | 15,8 | 63,9 | 143,2 | 3,2 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 32% | 24% | 23% | 13% | 37% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 0 |
| | | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 182 | 127,4 | 70 | 51 | 0,637 | 0,1274 | 10,4468 | 30,576 | 0,3822 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Total | | | | | | 549,8 | 25,3 | 14,1 | 74,5 | 185,1 | 5,5 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 28% | 36% | 21% | 27% | 17% | 63% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 5 | 0,4536 | 0,3888 | 0,0108 | 1,908 | 0,0612 | 83,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 25 | 25 | 100 | 95 | 2,275 | 0,925 | 18,475 | 1 | 0,675 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 182 | 127,4 | 70 | 51 | 0,637 | 0,1274 | 10,4468 | 30,576 | 0,3822 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 519,2 | 19,8 | 16,7 | 69,9 | 171,3 | 3,4 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 28% | 25% | 25% | 16% | 39% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 116 |
| | GRUPO I | | D019 | Margarina, esparcible | 4 | 4 | 100 | 29 | 0,024 | 3,24 | 0 | 0,12 | 0,004 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | AREPA CON QUESO | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 65 | 65 | 100 | 247 | 5,915 | 2,405 | 48,035 | 2,6 | 1,755 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | POCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 200 | 80 | 40 | 14 | 0,32 | 0 | 2,96 | 3,2 | 0,24 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 0 | - | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 528,7 | 15,4 | 18,7 | 72,1 | 308,3 | 2,6 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 22% | 28% | 26% | 28% | 30% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Cuarto y Quinto |
| **MENÚ No.** | 6 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | C031 | Guayaba, madura, cruda | 80 | 60 | 75 | 43 | 0,54 | 0,18 | 8,04 | 7,8 | 0,18 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 83,5 |
| | GRUPO I | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 70 | 70 | 100 | 195 | 6,23 | 1,12 | 39,76 | 17,5 | 1,33 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | 0 | 0 | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 502,7 | 24,0 | 16,4 | 63,0 | 152,5 | 3,3 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 34% | 25% | 23% | 14% | 38% | 18% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 12 | 12 | 100 | 50 | 1,764 | 1,032 | 7,944 | 6,48 | 0,48 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 0 |
| | | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 150 | 90 | 60 | 37 | 0,63 | 0,27 | 7,92 | 29,7 | 1,17 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 563,5 | 20,6 | 18,7 | 75,7 | 172,1 | 3,7 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 29% | 28% | 27% | 16% | 43% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTICAS DE TRIGO CON CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 5 | 0,4536 | 0,3888 | 0,0108 | 1,908 | 0,0612 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNAS DE PATILLA | C079 | Sandía, cruda | 182 | 72,8 | 40 | 12 | 0,2912 | 0 | 2,6936 | 2,912 | 0,2184 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 414,0 | 21,3 | 16,9 | 43,6 | 141,3 | 3,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 21% | 31% | 25% | 16% | 13% | 45% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 5 | 0,4536 | 0,3888 | 0,0108 | 1,908 | 0,0612 | 83,5 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN BLANCO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 40 | 40 | 100 | 111 | 3,56 | 0,64 | 22,72 | 10 | 0,76 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 525,3 | 20,2 | 18,2 | 69,1 | 163,8 | 3,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 29% | 27% | 25% | 15% | 34% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 32 | 32 | 100 | 44 | 6,976 | 1,824 | 0 | 1,92 | 0,864 | 116 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 32 | 32 | 100 | 45 | 6,848 | 1,92 | 0,064 | 5,44 | 0,256 | 13,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0 |
| | | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 243 | 165,24 | 68 | 274 | 1,98288 | 0,33048 | 64,93932 | 13,2192 | 0,66096 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 115 | 80,5 | 70 | 43 | 0,7245 | 0,0805 | 9,177 | 28,175 | 0,2415 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 624,7 | 22,4 | 16,9 | 91,7 | 190,4 | 3,7 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 25% | 33% | 17% | 43% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 522,2 | 18,3 | 17,4 | 70,9 | 138,8 | 2,2 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 26% | 26% | 25% | 13% | 25% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA | GRUPO VI | AGUAPANELA NEGRA (LECHE EN EL CALDO) | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CHANGUA DE HUEVO CON LECHE | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 94 | 84,6 | 90 | 126 | 10,6596 | 9,1368 | 0,2538 | 44,838 | 1,4382 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO III | | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA FRITA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 512,6 | 19,5 | 16,6 | 69,1 | 176,2 | 3,7 | 216,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 28% | 25% | 25% | 16% | 43% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE ENCEBOLLADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 4 | 3,8 | 95 | 2 | 0,0532 | 0,0038 | 0,2926 | 0,912 | 0,0114 | 13,7 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | TAJADAS DE MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 243 | 174,96 | 72 | 231 | 1,92456 | 0,34992 | 53,01288 | 5,2488 | 0,8748 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Total | | | | | | 549,0 | 19,7 | 16,4 | 78,4 | 138,0 | 3,1 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecusción | | | | | | | | 28% | 28% | 25% | 28% | 13% | 36% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Cuarto y Quinto |
| **MENÚ No.** | 14 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTILLA DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PORCION DE PAN | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 0 |
| | | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 40 | 40 | 100 | 111 | 3,56 | 0,64 | 22,72 | 10 | 0,76 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 116 | 81,2 | 70 | 32 | 0,406 | 0,0812 | 6,6584 | 19,488 | 0,2436 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 510,9 | 15,3 | 17,8 | 70,7 | 185,6 | 2,6 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 22% | 27% | 25% | 17% | 30% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ARROZ CON HUEVO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 83,5 |
| | | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 27 | 27 | 100 | 95 | 1,809 | 0,108 | 21,627 | 2,43 | 0,216 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN MANTEQUILLA | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 143 | 85,8 | 60 | 35 | 0,6006 | 0,2574 | 7,5504 | 28,314 | 1,1154 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 581,8 | 19,9 | 16,5 | 85,7 | 213,2 | 5,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 29% | 29% | 25% | 31% | 19% | 58% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PORCIÓN DE CERDO A LA PLANCHA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | CHIPS DE PLATANO VERDE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 185 | 125,8 | 68 | 209 | 1,5096 | 0,2516 | 49,4394 | 10,064 | 0,5032 | 0 |
| | GRUPO II | GALLETAS TIPO DUCAL | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 11 | 11 | 100 | 52 | 0,704 | 2,156 | 7,381 | 4,18 | 0,22 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 554,6 | 21,7 | 17,8 | 73,9 | 157,6 | 4,1 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 31% | 27% | 26% | 14% | 47% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA FRITA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 50 | 50 | 100 | 190 | 4,55 | 1,85 | 36,95 | 2 | 1,35 | 0 |
| | GRUPO I | GALLETAS DE SODA CON MARGARINA | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 14 | 14 | 100 | 59 | 1,344 | 1,358 | 10,206 | 5,32 | 0,784 | 0 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 4 | 4 | 100 | 29 | 0,024 | 3,24 | 0 | 0,12 | 0,004 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 0 | - | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 515,5 | 16,2 | 17,3 | 71,5 | 161,9 | 3,5 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 23% | 26% | 26% | 15% | 40% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 0 |
| | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0 |
| FRUTA | | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 150 | 82,5 | 55 | 46 | 0,495 | 0,0825 | 10,23 | 13,2 | 0,4125 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 527,1 | 18,7 | 17,5 | 70,9 | 154,2 | 3,1 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 27% | 26% | 25% | 14% | 35% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTICAS DE TRIGO CON CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 40 | 40 | 100 | 145 | 5,28 | 0,76 | 28,84 | 7,2 | 2,04 | 13,7 |
| | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 5 | 0,4536 | 0,3888 | 0,0108 | 1,908 | 0,0612 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | PAPA DORADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 100 | 100 | 100 | 96 | 2 | 0,1 | 20,9 | 6 | 0,3 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 566,9 | 27,2 | 18,6 | 69,0 | 159,3 | 5,8 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 39% | 28% | 25% | 14% | 66% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 5 | 0,4536 | 0,3888 | 0,0108 | 1,908 | 0,0612 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0 |
| | GRUPO I | PAN BLANCO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 40 | 40 | 100 | 111 | 3,56 | 0,64 | 22,72 | 10 | 0,76 | 0 |
| FRUTA | | PORCION DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 33 | 0,4095 | 0,0819 | 6,7158 | 19,656 | 0,2457 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 490,5 | 19,7 | 16,2 | 65,3 | 163,4 | 2,3 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 25% | 28% | 24% | 23% | 15% | 27% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Cuarto y Quinto |
| **MENÚ No.** | 21 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 70 | 63 | 90 | 61 | 1,26 | 0,126 | 13,167 | 5,04 | 0,504 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 35 | 35 | 100 | 133 | 3,185 | 1,295 | 25,865 | 1,4 | 0,945 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 44 | 0,7371 | 0,0819 | 9,3366 | 28,665 | 0,2457 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 546,3 | 24,8 | 16,9 | 68,8 | 182,3 | 5,1 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 35% | 25% | 25% | 17% | 59% | 18% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 0 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 110 | 74,8 | 68 | 124 | 0,8976 | 0,1496 | 29,3964 | 5,984 | 0,2992 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 515,4 | 20,0 | 17,3 | 68,7 | 143,3 | 3,1 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 29% | 26% | 25% | 13% | 36% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE AVENA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 12 | 12 | 100 | 50 | 1,764 | 1,032 | 7,944 | 6,48 | 0,48 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 45 | 45 | 100 | 171 | 4,095 | 1,665 | 33,255 | 1,8 | 1,215 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 512,2 | 17,7 | 17,3 | 68,7 | 169,2 | 3,3 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 23% | 25% | 24% | 17% | 41% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 13,7 |
| | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 5 | 0,4536 | 0,3888 | 0,0108 | 1,908 | 0,0612 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | MOGOLLA INTEGRAL | A069 | Pan integral, regular, horneado | 50 | 50 | 100 | 140 | 4,7 | 1,55 | 25,2 | 25 | 1,35 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 556,2 | 23,3 | 18,4 | 69,7 | 191,8 | 4,7 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 33% | 28% | 25% | 17% | 54% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **25** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 13,7 |
| | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 83,5 |
| | | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 70 | 70 | 100 | 195 | 6,23 | 1,12 | 39,76 | 17,5 | 1,33 | 0 |
| FRUTA | | | C065 | Papaya, madura, cruda | 40 | 28 | 70 | 11 | 0,14 | 0,028 | 2,296 | 6,72 | 0,084 | 116 |
| | GRUPO II | MIXTO DE PAPAYA Y MELÓN | C060 | Melón, crudo | 40 | 20 | 50 | 5 | 0,14 | 0 | 1 | 2,2 | 0,08 | 13,7 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 512,7 | 23,8 | 16,2 | 67,2 | 157,8 | 3,8 | 393,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 34% | 24% | 24% | 14% | 44% | 26% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **26** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO A LA PLANCHA | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,482 | 3,78 | 0,126 | 10,71 | 0,504 | 116 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO III | PAPAS DORADAS | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 185 | 185 | 100 | 178 | 3,7 | 0,185 | 38,665 | 11,1 | 0,555 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 140 | 70 | 50 | 55 | 0,42 | 0 | 11,97 | 10,5 | 0,35 | 0 |
| | GRUPO IV | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 544,6 | 21,5 | 16,4 | 74,7 | 158,9 | 1,9 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 31% | 25% | 27% | 14% | 22% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | **1** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 3 | 0,1449 | 0,0378 | 0,3717 | 5,166 | 0,1134 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 88 | 79,2 | 90 | 77 | 1,584 | 0,1584 | 16,5528 | 6,336 | 0,6336 | 0 |
| | | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 45 | 45 | 100 | 171 | 4,095 | 1,665 | 33,255 | 1,8 | 1,215 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 619,0 | 17,8 | 20,9 | 86,7 | 205,4 | 3,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 20% | 25% | 25% | 19% | 41% | 18% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 88 | 79,2 | 90 | 77 | 1,584 | 0,1584 | 16,5528 | 6,336 | 0,6336 | 0 |
| | | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 45 | 45 | 100 | 125 | 4,005 | 0,72 | 25,56 | 11,25 | 0,855 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 561,6 | 26,7 | 19,3 | 69,2 | 165,7 | 3,8 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 31% | 23% | 20% | 15% | 40% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 3 | 0,1449 | 0,0378 | 0,3717 | 5,166 | 0,1134 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | b076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 88 | 79,2 | 90 | 77 | 1,584 | 0,1584 | 16,5528 | 6,336 | 0,6336 | 0 |
| | | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 45 | 45 | 100 | 171 | 4,095 | 1,665 | 33,255 | 1,8 | 1,215 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 182 | 127,4 | 70 | 51 | 0,637 | 0,1274 | 10,4468 | 30,576 | 0,3822 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 643,2 | 29,8 | 18,7 | 82,7 | 208,5 | 6,1 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 34% | 23% | 24% | 19% | 65% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 35 | 35 | 100 | 127 | 4,62 | 0,665 | 25,235 | 6,3 | 1,785 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 35 | 35 | 100 | 133 | 3,185 | 1,295 | 25,865 | 1,4 | 0,945 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 182 | 127,4 | 70 | 51 | 0,637 | 0,1274 | 10,4468 | 30,576 | 0,3822 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 651,0 | 25,2 | 21,0 | 87,3 | 194,3 | 4,3 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 26% | 29% | 25% | 25% | 18% | 45% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo | 40 | 40 | 100 | 120 | 7 | 10,2 | 0,12 | 234,4 | 0,16 | 116 |
| | GRUPO I | | D019 | Margarina, esparcible | 5 | 5 | 100 | 37 | 0,03 | 4,05 | 0 | 0,15 | 0,005 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | AREPA CON QUESO | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 80 | 80 | 100 | 304 | 7,28 | 2,96 | 59,12 | 3,2 | 2,16 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | POCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 200 | 80 | 40 | 14 | 0,32 | 0 | 2,96 | 3,2 | 0,24 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 0 | - | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 641,1 | 19,0 | 23,2 | 86,0 | 386,3 | 3,1 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 22% | 28% | 25% | 35% | 32% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | C031 | Guayaba, madura, cruda | 80 | 60 | 75 | 43 | 0,54 | 0,18 | 8,04 | 7,8 | 0,18 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 83,5 |
| | GRUPO I | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 80 | 80 | 100 | 222 | 7,12 | 1,28 | 45,44 | 20 | 1,52 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 580,3 | 28,7 | 19,9 | 69,6 | 175,6 | 3,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 33% | 24% | 20% | 16% | 41% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 12 | 12 | 100 | 50 | 1,764 | 1,032 | 7,944 | 6,48 | 0,48 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 88 | 79,2 | 90 | 77 | 1,584 | 0,1584 | 16,5528 | 6,336 | 0,6336 | 0 |
| | | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 45 | 45 | 100 | 171 | 4,095 | 1,665 | 33,255 | 1,8 | 1,215 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 150 | 90 | 60 | 37 | 0,63 | 0,27 | 7,92 | 29,7 | 1,17 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 638,5 | 24,2 | 22,5 | 81,8 | 193,9 | 4,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 28% | 27% | 23% | 18% | 42% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTICAS DE TRIGO CON CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 35 | 35 | 100 | 127 | 4,62 | 0,665 | 25,235 | 6,3 | 1,785 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNAS DE PATILLA | C079 | Sandía, cruda | 182 | 72,8 | 40 | 12 | 0,2912 | 0 | 2,6936 | 2,912 | 0,2184 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 499,6 | 26,5 | 19,6 | 53,6 | 163,5 | 4,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 20% | 30% | 24% | 15% | 15% | 51% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 83,5 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN BLANCO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 50 | 50 | 100 | 139 | 4,45 | 0,8 | 28,4 | 12,5 | 0,95 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 648,1 | 25,6 | 22,2 | 85,1 | 189,1 | 3,8 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 29% | 27% | 24% | 17% | 40% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Secundaria |
| **MENÚ No.** | 10 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 37 | 37 | 100 | 51 | 8,066 | 2,109 | 0 | 2,22 | 0,999 | 116 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 37 | 37 | 100 | 52 | 7,918 | 2,22 | 0,074 | 6,29 | 0,296 | 13,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0 |
| | | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 258 | 175,44 | 68 | 291 | 2,10528 | 0,35088 | 68,94792 | 14,0352 | 0,70176 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 115 | 80,5 | 70 | 43 | 0,7245 | 0,0805 | 9,177 | 28,175 | 0,2415 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 699,4 | 25,2 | 20,1 | 100,5 | 211,1 | 4,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 29% | 24% | 29% | 19% | 42% | 18% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 3 | 0,1449 | 0,0378 | 0,3717 | 5,166 | 0,1134 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 88 | 79,2 | 90 | 77 | 1,584 | 0,1584 | 16,5528 | 6,336 | 0,6336 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 45 | 45 | 100 | 171 | 4,095 | 1,665 | 33,255 | 1,8 | 1,215 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 605,8 | 22,0 | 21,3 | 79,1 | 162,6 | 2,5 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 25% | 26% | 23% | 15% | 27% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Secundaria |
| **MENÚ No.** | 12 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA | GRUPO VI | AGUAPANELA NEGRA (LECHE EN EL CALDO) | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CHANGUA DE HUEVO CON LECHE | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 125 | 112,5 | 90 | 168 | 14,175 | 12,15 | 0,3375 | 59,625 | 1,9125 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 3 | 0,1449 | 0,0378 | 0,3717 | 5,166 | 0,1134 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO III | | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA FRITA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 80 | 80 | 100 | 304 | 7,28 | 2,96 | 59,12 | 3,2 | 2,16 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 650,8 | 25,5 | 21,0 | 86,8 | 218,7 | 4,8 | 216,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 29% | 25% | 25% | 20% | 51% | 14% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE ENCEBOLLADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 116 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 7 | 6,65 | 95 | 3 | 0,0931 | 0,00665 | 0,51205 | 1,596 | 0,01995 | 13,7 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 7 | 6,65 | 95 | 10 | 0,31255 | 0,01995 | 1,94845 | 2,66 | 0,08645 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | TAJADAS DE MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 258 | 185,76 | 72 | 245 | 2,04336 | 0,37152 | 56,28528 | 5,5728 | 0,9288 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 626,3 | 23,8 | 20,8 | 83,5 | 159,9 | 3,6 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 25% | 27% | 25% | 24% | 15% | 38% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTILLA DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PORCION DE PAN | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PAPAYA | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 50 | 50 | 100 | 139 | 4,45 | 0,8 | 28,4 | 12,5 | 0,95 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | C065 | Papaya, madura, cruda | 143 | 100,1 | 70 | 40 | 0,5005 | 0,1001 | 8,2082 | 24,024 | 0,3003 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 592,7 | 17,2 | 20,5 | 82,6 | 213,8 | 3,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 20% | 25% | 24% | 19% | 32% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Secundaria |
| **MENÚ No.** | 15 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ARROZ CON HUEVO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 83,5 |
| | | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 30 | 30 | 100 | 106 | 2,01 | 0,12 | 24,03 | 2,7 | 0,24 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN MANTEQUILLA | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 50 | 50 | 100 | 139 | 4,45 | 0,8 | 28,4 | 12,5 | 0,95 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 143 | 85,8 | 60 | 35 | 0,6006 | 0,2574 | 7,5504 | 28,314 | 1,1154 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 611,6 | 19,8 | 20,9 | 83,4 | 230,7 | 4,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 23% | 25% | 24% | 21% | 51% | 18% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 12 | 12 | 100 | 50 | 1,764 | 1,032 | 7,944 | 6,48 | 0,48 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PORCIÓN DE CERDO A LA PLANCHA | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 109 | 16,692 | 4,68 | 0,156 | 13,26 | 0,624 | 116 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | CHIPS DE PLATANO VERDE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 205 | 139,4 | 68 | 231 | 1,6728 | 0,2788 | 54,7842 | 11,152 | 0,5576 | 0 |
| | GRUPO II | GALLETAS TIPO DUCAL | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 13 | 13 | 100 | 61 | 0,832 | 2,548 | 8,723 | 4,94 | 0,26 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 643,2 | 24,9 | 21,5 | 86,3 | 176,9 | 2,0 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 29% | 26% | 25% | 16% | 21% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | **17** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA FRITA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 70 | 70 | 100 | 266 | 6,37 | 2,59 | 51,73 | 2,8 | 1,89 | 0 |
| | GRUPO I | GALLETAS DE SODA CON | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 14 | 14 | 100 | 59 | 1,344 | 1,358 | 10,206 | 5,32 | 0,784 | 0 |
| | | MARGARINA | D019 | Margarina, esparcible | 7 | 7 | 100 | 51 | 0,042 | 5,67 | 0 | 0,21 | 0,007 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 0 | - | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 624,4 | 18,6 | 21,1 | 87,3 | 182,5 | 4,1 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 21% | 25% | 25% | 17% | 43% | 18% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 15 | 15 | 100 | 55 | 0,09 | 0,015 | 13,53 | 6,3 | 0,735 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maiz blanco, precocida | 50 | 50 | 100 | 190 | 4,55 | 1,85 | 36,95 | 2 | 1,35 | 0 |
| FRUTA | | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 150 | 82,5 | 55 | 46 | 0,495 | 0,0825 | 10,23 | 13,2 | 0,4125 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 642,5 | 23,1 | 21,5 | 85,8 | 178,3 | 3,7 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 26% | 26% | 25% | 16% | 39% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTICAS DE TRIGO CON CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 50 | 50 | 100 | 182 | 6,6 | 0,95 | 36,05 | 9 | 2,55 | 13,7 |
| | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | PAPA DORADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 125 | 125 | 100 | 120 | 2,5 | 0,125 | 26,125 | 7,5 | 0,375 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 676,5 | 33,0 | 21,3 | 84,2 | 183,0 | 6,8 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 38% | 26% | 24% | 17% | 72% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0 |
| | GRUPO I | PAN BLANCO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 50 | 50 | 100 | 139 | 4,45 | 0,8 | 28,4 | 12,5 | 0,95 | 0 |
| FRUTA | | PORCION DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 33 | 0,4095 | 0,0819 | 6,7158 | 19,656 | 0,2457 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 613,3 | 25,1 | 20,2 | 81,3 | 188,7 | 3,2 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 25% | 29% | 24% | 23% | 17% | 33% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 3 | 0,1449 | 0,0378 | 0,3717 | 5,166 | 0,1134 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 90 | 81 | 90 | 79 | 1,62 | 0,162 | 16,929 | 6,48 | 0,648 | 0 |
| FRUTA | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 45 | 45 | 100 | 171 | 4,095 | 1,665 | 33,255 | 1,8 | 1,215 | 0 |
| | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 44 | 0,7371 | 0,0819 | 9,3366 | 28,665 | 0,2457 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 660,1 | 29,9 | 20,7 | 82,9 | 206,7 | 6,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 34% | 25% | 24% | 19% | 63% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 88 | 79,2 | 90 | 77 | 1,584 | 0,1584 | 16,5528 | 6,336 | 0,6336 | 0 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 165 | 112,2 | 68 | 186 | 1,3464 | 0,2244 | 44,0946 | 8,976 | 0,4488 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 634,3 | 24,4 | 20,8 | 85,8 | 167,5 | 3,7 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 28% | 25% | 25% | 15% | 39% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE AVENA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 12 | 12 | 100 | 50 | 1,764 | 1,032 | 7,944 | 6,48 | 0,48 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 3 | 0,1449 | 0,0378 | 0,3717 | 5,166 | 0,1134 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 88 | 79,2 | 90 | 77 | 1,584 | 0,1584 | 16,5528 | 6,336 | 0,6336 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 613,7 | 19,8 | 20,4 | 84,3 | 192,1 | 3,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 23% | 25% | 24% | 17% | 41% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 13,7 |
| | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | MOGOLLA INTEGRAL | A069 | Pan integral, regular, horneado | 65 | 65 | 100 | 181 | 6,11 | 2,015 | 32,76 | 32,5 | 1,755 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 693,1 | 29,2 | 22,8 | 87,5 | 222,1 | 5,8 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 28% | 34% | 27% | 25% | 20% | 61% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 13,7 |
| | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 83,5 |
| | | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 100 | 100 | 100 | 278 | 8,9 | 1,6 | 56,8 | 25 | 1,9 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MIXTO DE PAPAYA Y MELÓN | C065 | Papaya, madura, cruda | 40 | 28 | 70 | 11 | 0,14 | 0,028 | 2,296 | 6,72 | 0,084 | 116 |
| | | | C060 | Melón, crudo | 40 | 20 | 50 | 5 | 0,14 | 0 | 1 | 2,2 | 0,08 | 13,7 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 11 | 11 | 100 | 99 | 0 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 662,2 | 30,3 | 21,1 | 87,0 | 186,8 | 4,9 | 393,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 35% | 25% | 25% | 17% | 51% | 26% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO A LA PLANCHA | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 109 | 16,692 | 4,68 | 0,156 | 13,26 | 0,624 | 116 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO III | PAPAS DORADAS | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 205 | 205 | 100 | 197 | 4,1 | 0,205 | 42,845 | 12,3 | 0,615 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 140 | 70 | 50 | 55 | 0,42 | 0 | 11,97 | 10,5 | 0,35 | 0 |
| | GRUPO IV | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 15 | 15 | 100 | 60 | 0 | 0 | 14,895 | 0 | 0,015 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 641,6 | 25,6 | 20,9 | 84,7 | 181,4 | 2,1 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 29% | 25% | 24% | 16% | 22% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **1** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 3 | 0,1656 | 0,0432 | 0,4248 | 5,904 | 0,1296 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| | | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 55 | 55 | 100 | 209 | 5,005 | 2,035 | 40,645 | 2,2 | 1,485 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 681,0 | 18,9 | 22,3 | 97,4 | 207,6 | 4,3 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 19% | 23% | 24% | 19% | 36% | 18% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maiz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| | | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 55 | 55 | 100 | 153 | 4,895 | 0,88 | 31,24 | 13,75 | 1,045 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | 0,2 | #N/D | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | Y003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 630,4 | 31,3 | 20,4 | 79,2 | 170,3 | 4,5 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 31% | 21% | 20% | 15% | 38% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **3** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 3 | 0,1656 | 0,0432 | 0,4248 | 5,904 | 0,1296 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 55 | 55 | 100 | 209 | 5,005 | 2,035 | 40,645 | 2,2 | 1,485 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 182 | 127,4 | 70 | 51 | 0,637 | 0,1274 | 10,4468 | 30,576 | 0,3822 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 727,4 | 34,4 | 21,0 | 93,4 | 211,7 | 7,0 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 34% | 22% | 23% | 19% | 59% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complemantario

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 42 | 42 | 100 | 152 | 5,544 | 0,798 | 30,282 | 7,56 | 2,142 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 100 | 40 | 40 | 15 | 0,48 | 0,04 | 2,72 | 22,8 | 0,2 | 0 |
| | | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 42 | 42 | 100 | 160 | 3,822 | 1,554 | 31,038 | 1,68 | 1,134 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 182 | 127,4 | 70 | 51 | 0,637 | 0,1274 | 10,4468 | 30,576 | 0,3822 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 752,6 | 29,8 | 23,7 | 101,1 | 220,2 | 5,1 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 29% | 25% | 25% | 20% | 44% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo | 50 | 50 | 100 | 151 | 8,75 | 12,75 | 0,15 | 293 | 0,2 | 116 |
| | GRUPO I | | D019 | Margarina, esparcible | 6 | 6 | 100 | 44 | 0,036 | 4,86 | 0 | 0,18 | 0,006 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | AREPA CON QUESO | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 100 | 100 | 100 | 380 | 9,1 | 3,7 | 73,9 | 4 | 2,7 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | POCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 200 | 80 | 40 | 14 | 0,32 | 0 | 2,96 | 3,2 | 0,24 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 767,4 | 22,6 | 28,3 | 101,8 | 445,7 | 3,7 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 22% | 29% | 25% | 41% | 31% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | C031 | Guayaba, madura, cruda | 80 | 60 | 75 | 43 | 0,54 | 0,18 | 8,04 | 7,8 | 0,18 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 83,5 |
| | GRUPO I | PAN ROLLITO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 110 | 110 | 100 | 306 | 9,79 | 1,76 | 62,48 | 27,5 | 2,09 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | - | | #N/D | 0,2 | #N/D | #N/D | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 694,2 | 34,9 | 21,3 | 88,7 | 184,4 | 4,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 34% | 22% | 22% | 17% | 42% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | Media y Nivel Complementario |
| **MENÚ No.** | 7 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 12 | 12 | 100 | 50 | 1,764 | 1,032 | 7,944 | 6,48 | 0,48 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA BLANCA | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 150 | 90 | 60 | 37 | 0,63 | 0,27 | 7,92 | 29,7 | 1,17 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 732,8 | 28,1 | 24,1 | 97,2 | 196,9 | 4,6 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 28% | 25% | 24% | 18% | 39% | 18% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTICAS DE TRIGO CON CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 42 | 42 | 100 | 152 | 5,544 | 0,798 | 30,282 | 7,56 | 2,142 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 100 | 40 | 40 | 15 | 0,48 | 0,04 | 2,72 | 22,8 | 0,2 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNAS DE PATILLA | C079 | Sandia, cruda | 182 | 72,8 | 40 | 12 | 0,2912 | 0 | 2,6936 | 2,912 | 0,2184 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 587,3 | 31,7 | 23,0 | 62,2 | 188,8 | 5,9 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 20% | 31% | 24% | 15% | 17% | 50% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertanencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 30 | 30 | 100 | 109 | 3,96 | 0,57 | 21,63 | 5,4 | 1,53 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 83,5 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 8 | 7,6 | 95 | 11 | 0,3572 | 0,0228 | 2,2268 | 3,04 | 0,0988 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN BLANCO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 737,6 | 30,0 | 24,8 | 97,2 | 196,3 | 4,4 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 30% | 26% | 24% | 18% | 37% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **10** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 116 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 66 | 10,058 | 2,82 | 0,094 | 7,99 | 0,376 | 13,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 83,5 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 295 | 200,6 | 68 | 333 | 2,4072 | 0,4012 | 78,8358 | 16,048 | 0,8024 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 115 | 80,5 | 70 | 43 | 0,7245 | 0,0805 | 9,177 | 28,175 | 0,2415 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 800,4 | 29,8 | 24,3 | 111,4 | 215,8 | 4,4 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 29% | 25% | 27% | 20% | 37% | 18% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 3 | 0,1656 | 0,0432 | 0,4248 | 5,904 | 0,1296 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 14 | 14 | 100 | 56 | 0 | 0 | 13,902 | 0 | 0,014 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 718,3 | 25,9 | 24,9 | 94,5 | 166,3 | 3,1 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 26% | 26% | 23% | 15% | 26% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **12** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA | GRUPO VI | AGUAPANELA NEGRA (LECHE EN EL CALDO) | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CHANGUA DE HUEVO CON LECHE | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 156 | 140,4 | 90 | 209 | 17,6904 | 15,1632 | 0,4212 | 74,412 | 2,3868 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 3 | 0,1656 | 0,0432 | 0,4248 | 5,904 | 0,1296 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO III | | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA FRITA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 100 | 100 | 100 | 380 | 9,1 | 3,7 | 73,9 | 4 | 2,7 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 768,9 | 30,9 | 24,8 | 101,8 | 235,2 | 5,8 | 216,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 30% | 26% | 25% | 21% | 49% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE ENCEBOLLADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 116 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 8 | 7,6 | 95 | 3 | 0,1064 | 0,0076 | 0,5852 | 1,824 | 0,0228 | 13,7 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 8 | 7,6 | 95 | 11 | 0,3572 | 0,0228 | 2,2268 | 3,04 | 0,0988 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | TAJADAS DE MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 295 | 212,4 | 72 | 280 | 2,3364 | 0,4248 | 64,3572 | 6,372 | 1,062 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 711,4 | 27,7 | 23,8 | 93,9 | 162,2 | 4,2 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 27% | 25% | 23% | 15% | 36% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maiz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTILLA DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PORCION DE PAN | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 125 | 112,5 | 90 | 109 | 2,25 | 0,225 | 23,5125 | 9 | 0,9 | 0 |
| | | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 65 | 65 | 100 | 181 | 5,785 | 1,04 | 36,92 | 16,25 | 1,235 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 143 | 100,1 | 70 | 40 | 0,5005 | 0,1001 | 8,2082 | 24,024 | 0,3003 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 691,5 | 19,0 | 23,8 | 97,9 | 219,7 | 3,5 | 264,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 24% | 19% | 25% | 24% | 20% | 30% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ARROZ CON HUEVO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 83,5 |
| | | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 37 | 37 | 100 | 131 | 2,479 | 0,148 | 29,637 | 3,33 | 0,296 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | PAN MANTEQUILLA | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 65 | 65 | 100 | 181 | 5,785 | 1,04 | 36,92 | 16,25 | 1,235 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 143 | 85,8 | 60 | 35 | 0,6006 | 0,2574 | 7,5504 | 28,314 | 1,1154 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 713,3 | 21,6 | 24,2 | 99,6 | 235,3 | 5,2 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 21% | 25% | 25% | 21% | 44% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 12 | 12 | 100 | 50 | 1,764 | 1,032 | 7,944 | 6,48 | 0,48 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PORCIÓN DE CERDO A LA PLANCHA | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 132 | 20,116 | 5,64 | 0,188 | 15,98 | 0,752 | 116 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | CHIPS DE PLATANO VERDE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 240 | 163,2 | 68 | 271 | 1,9584 | 0,3264 | 64,1376 | 13,056 | 0,6528 | 0 |
| | GRUPO II | GALLETAS TIPO DUCAL | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 722,8 | 28,7 | 23,7 | 97,4 | 181,9 | 2,3 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 28% | 25% | 24% | 17% | 19% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **17** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 90 | 75 | 6,3504 | 5,4432 | 0,1512 | 26,712 | 0,8568 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | AREPA FRITA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 85 | 85 | 100 | 323 | 7,735 | 3,145 | 62,815 | 3,4 | 2,295 | 0 |
| | GRUPO I | GALLETAS DE SODA CON | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 14 | 14 | 100 | 59 | 1,344 | 1,358 | 10,206 | 5,32 | 0,784 | 0 |
| | | MARGARINA | D019 | Margarina, esparcible | 10 | 10 | 100 | 73 | 0,06 | 8,1 | 0 | 0,3 | 0,01 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 0 | - | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 711,6 | 20,0 | 24,0 | 100,4 | 183,5 | 4,5 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 20% | 25% | 25% | 17% | 38% | 18% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | AGUAPANELA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 15 | 15 | 100 | 55 | 0,09 | 0,015 | 13,53 | 6,3 | 0,735 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE POLLO CON PAPA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 120 | 108 | 90 | 105 | 2,16 | 0,216 | 22,572 | 8,64 | 0,864 | 0 |
| | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 65 | 65 | 100 | 247 | 5,915 | 2,405 | 48,035 | 2,6 | 1,755 | 0 |
| FRUTA | | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 150 | 82,5 | 55 | 46 | 0,495 | 0,0825 | 10,23 | 13,2 | 0,4125 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 735,9 | 27,1 | 23,1 | 100,7 | 181,9 | 4,4 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 27% | 24% | 25% | 17% | 37% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | REFRESCO DE COCOA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORTICAS DE TRIGO CON CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 60 | 60 | 100 | 218 | 7,92 | 1,14 | 43,26 | 10,8 | 3,06 | 13,7 |
| | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | PAPA DORADA | P075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 130 | 130 | 100 | 125 | 2,6 | 0,13 | 27,17 | 7,8 | 0,39 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 140 | 140 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 33,6 | 0,42 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 766,3 | 38,2 | 24,7 | 93,5 | 221,8 | 8,2 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 38% | 26% | 23% | 20% | 70% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE FECULA DE MAÍZ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maiz, crudo | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,036 | 0,012 | 10,968 | 0,24 | 0,06 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 30 | 30 | 100 | 109 | 3,96 | 0,57 | 21,63 | 5,4 | 1,53 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B009 | Ajo, crudo | 8 | 7,6 | 95 | 11 | 0,3572 | 0,0228 | 2,2268 | 3,04 | 0,0988 | 0 |
| | GRUPO I | PAN BLANCO | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 0 |
| FRUTA | | PORCION DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 33 | 0,4095 | 0,0819 | 6,7158 | 19,656 | 0,2457 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 702,8 | 29,4 | 22,8 | 93,4 | 195,9 | 3,8 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 29% | 24% | 23% | 18% | 32% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 3 | 0,1656 | 0,0432 | 0,4248 | 5,904 | 0,1296 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 55 | 55 | 100 | 209 | 5,005 | 2,035 | 40,645 | 2,2 | 1,485 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 117 | 81,9 | 70 | 44 | 0,7371 | 0,0819 | 9,3366 | 28,665 | 0,2457 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 720,6 | 34,5 | 21,0 | 92,3 | 209,8 | 6,8 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 34% | 22% | 23% | 19% | 58% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 12 | 12 | 100 | 56 | 0,432 | 1,992 | 9,06 | 4,32 | 0,42 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | SUDADO DE CARNE CON PAPA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 200 | 136 | 68 | 226 | 1,632 | 0,272 | 53,448 | 10,88 | 0,544 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Total | | | | | | 732,8 | 28,4 | 23,8 | 99,5 | 171,5 | 4,4 | 264,0 |
| | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | Adecuación | | | | | | 25% | 28% | 25% | 25% | 16% | 37% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COLADA DE AVENA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 12 | 12 | 100 | 50 | 1,764 | 1,032 | 7,944 | 6,48 | 0,48 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CALDO DE HUEVO CON PAPA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 90 | 82 | 6,9174 | 5,9292 | 0,1647 | 29,097 | 0,9333 | 116 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 3 | 0,1656 | 0,0432 | 0,4248 | 5,904 | 0,1296 | 83,5 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO I | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 0 |
| | GRUPO I | AREPA BLANCA | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 75 | 75 | 100 | 285 | 6,825 | 2,775 | 55,425 | 3 | 2,025 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 720,6 | 21,5 | 24,0 | 100,7 | 194,6 | 4,4 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 21% | 25% | 25% | 18% | 37% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **24** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | COCOA CON LECHE Y CANELA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | L009 | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 12 | 12 | 100 | 59 | 2,34 | 1,296 | 7,164 | 17,28 | 1,596 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 30 | 30 | 100 | 109 | 3,96 | 0,57 | 21,63 | 5,4 | 1,53 | 13,7 |
| | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 83,5 |
| | GRUPO I | | B009 | Ajo, crudo | 8 | 7,6 | 95 | 11 | 0,3572 | 0,0228 | 2,2268 | 3,04 | 0,0988 | 0 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | | MOGOLLA INTEGRAL | A069 | Pan integral, regular, horneado | 80 | 80 | 100 | 223 | 7,52 | 2,48 | 40,32 | 40 | 2,16 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBITOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 796,7 | 34,1 | 25,7 | 101,5 | 234,3 | 6,6 | 264,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 34% | 27% | 25% | 21% | 56% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K033 | Panela | 12 | 12 | 100 | 44 | 0,072 | 0,012 | 10,824 | 5,04 | 0,588 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE CARNE | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 116 |
| | | | D029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 13,7 |
| | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 83,5 |
| | | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 120 | 120 | 100 | 334 | 10,68 | 1,92 | 68,16 | 30 | 2,28 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | MIXTO DE PAPAYA Y MELÓN | C065 | Papaya, madura, cruda | 40 | 28 | 70 | 11 | 0,14 | 0,028 | 2,296 | 6,72 | 0,084 | 116 |
| | | | C060 | Melón, crudo | 40 | 20 | 50 | 5 | 0,14 | 0 | 1 | 2,2 | 0,08 | 13,7 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 12 | 12 | 100 | 48 | 0 | 0 | 11,916 | 0 | 0,012 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 766,3 | 35,6 | 24,3 | 100,4 | 193,0 | 5,7 | 393,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 26% | 35% | 25% | 25% | 18% | 48% | 26% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Desayuno - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | NOMBRE DEL ALIMENTO (ingredientes) | CÓDIGO DEL ALIMENTO | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| BEBIDA CON LECHE | GRUPO III | CHOCOLATE CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 47,97 |
| | | | K010 | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 15 | 15 | 100 | 70 | 0,54 | 2,49 | 11,325 | 5,4 | 0,525 | 0,9 |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO A LA PLANCHA | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 132 | 20,116 | 5,64 | 0,188 | 15,98 | 0,752 | 116 |
| CEREAL O ACOMPAÑANTE | GRUPO III | PAPAS DORADAS | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 260 | 260 | 100 | 250 | 5,2 | 0,26 | 54,34 | 15,6 | 0,78 | 0 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 140 | 70 | 50 | 55 | 0,42 | 0 | 11,97 | 10,5 | 0,35 | 0 |
| | GRUPO IV | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,2 | 0,2 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,048 | 0,0006 | 0 |
| AZUCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 15 | 15 | 100 | 60 | 0 | 0 | 14,895 | 0 | 0,015 | 1,95 |
| GRASAS | GRUPO VII | EN LAS PREPARACIONES | O012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 748,8 | 30,2 | 24,4 | 98,5 | 188,5 | 2,5 | 166,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 30% | 25% | 24% | 17% | 21% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

# 7.Menús Refrigerio AM

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORTICAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C079 | Sandia, cruda | 150 | 60 | 40 | 10 | 0,24 | 0 | 2,22 | 2,4 | 0,18 | 0 |
| Total | | | | | | | | 144,3 | 6,5 | 5,6 | 16,7 | 123,7 | 1,3 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 11% | 14% | 13% | 9% | 18% | 23% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CÓDIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS DE SAL | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 14 | 14 | 100 | 59 | 1,344 | 1,358 | 10,206 | 5,32 | 0,784 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 86 | 60,2 | 70 | 33 | 0,5418 | 0,0602 | 6,8628 | 21,07 | 0,1806 | 0 |
| Total | | | | | | | | 152,1 | 5,4 | 6,5 | 17,1 | 143,6 | 1,0 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 12% | 15% | 9% | 21% | 19% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 110 | 60,5 | 55 | 34 | 0,363 | 0,0605 | 7,502 | 9,68 | 0,3025 | 0 |
| Total | | | | | | | | 170,1 | 5,7 | 5,9 | 22,3 | 127,7 | 0,9 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 13% | 12% | 14% | 12% | 18% | 16% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 20 | 20 | 100 | 57 | 4,68 | 3,74 | 1,18 | 81 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 100 | 56 | 1,78 | 0,32 | 11,36 | 5 | 0,38 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 100 | 60 | 60 | 25 | 0,42 | 0,18 | 5,28 | 19,8 | 0,78 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 137,4 | 6,9 | 4,2 | 17,8 | 105,8 | 1,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 15% | 10% | 10% | 15% | 23% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN LECHE | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 20 | 20 | 100 | 54 | 1,78 | 0,68 | 9,76 | 10,8 | 0,6 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 85 | 59,5 | 70 | 24 | 0,2975 | 0,0595 | 4,879 | 14,28 | 0,1785 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 137,6 | 5,6 | 5,8 | 14,7 | 142,3 | 0,9 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 12% | 13% | 8% | 20% | 15% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maiz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C010 | Banano común, crudo | 86 | 60,2 | 70 | 61 | 0,903 | 0,0602 | 13,4246 | 4,816 | 0,5418 | 0 |
| Total | | | | | | | | 197,0 | 6,2 | 5,9 | 28,3 | 122,8 | 1,2 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 15% | 14% | 14% | 16% | 18% | 21% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | Preescolar |
| **MENÚ No.** | 7 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ABORRAJADO DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 15 | 10,8 | 72 | 14 | 0,1188 | 0,0216 | 3,2724 | 0,324 | 0,054 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,66 | 0,095 | 3,605 | 0,9 | 0,255 | 13,7 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C054 | Manzana común cruda | 71 | 60,35 | 85 | 43 | 0,18105 | 0,1207 | 9,95775 | 9,656 | 0,18105 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 137,4 | 4,6 | 5,4 | 16,9 | 128,6 | 0,6 | 191,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 10% | 13% | 9% | 18% | 10% | 17% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 30 | 20,4 | 68 | 34 | 0,2448 | 0,0408 | 8,0172 | 1,632 | 0,0816 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 100 | 60 | 60 | 25 | 0,42 | 0,18 | 5,28 | 19,8 | 0,78 | 0 |
| Total | | | | | | | | 127,7 | 4,2 | 6,3 | 13,4 | 138,6 | 0,9 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 10% | 9% | 15% | 7% | 20% | 17% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 85 | 59,5 | 70 | 24 | 0,2975 | 0,0595 | 4,879 | 14,28 | 0,1785 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 160,0 | 5,6 | 5,9 | 19,7 | 132,3 | 0,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 12% | 14% | 11% | 19% | 14% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 20 | 20 | 100 | 54 | 1,78 | 0,68 | 9,76 | 10,8 | 0,6 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 150 | 60 | 40 | 10 | 0,24 | 0 | 2,22 | 2,4 | 0,18 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 124,0 | 5,5 | 5,8 | 12,0 | 130,4 | 0,9 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 12% | 13% | 7% | 19% | 15% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 100 | 56 | 1,78 | 0,32 | 11,36 | 5 | 0,38 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 110 | 60,5 | 55 | 34 | 0,363 | 0,0605 | 7,502 | 9,68 | 0,3025 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 149,7 | 5,6 | 5,5 | 18,9 | 131,9 | 0,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 12% | 13% | 10% | 19% | 14% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TAJADAS DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 30 | 21,6 | 72 | 29 | 0,2376 | 0,0432 | 6,5448 | 0,648 | 0,108 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 85 | 59,5 | 70 | 32 | 0,5355 | 0,0595 | 6,783 | 20,825 | 0,1785 | 0 |
| Total | | | | | | | | 129,8 | 4,3 | 6,2 | 13,4 | 138,7 | 0,4 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 10% | 9% | 14% | 7% | 20% | 7% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | JULIANAS DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 120 | 60 | 50 | 47 | 0,36 | 0 | 10,26 | 9 | 0,3 | 0 |
| Total | | | | | | | | 181,5 | 6,6 | 5,6 | 24,7 | 130,3 | 1,4 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 14% | 15% | 13% | 14% | 19% | 25% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | PAN BLANDITO | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 20 | 20 | 100 | 54 | 1,78 | 0,68 | 9,76 | 10,8 | 0,6 | 116 |
| FRUTA | | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 70 | 60 | 0,8925 | 0,0595 | 13,2685 | 4,76 | 0,5355 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 173,9 | 6,2 | 5,8 | 23,1 | 132,8 | 1,2 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 14% | 13% | 13% | 19% | 22% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 70 | 60 | 0,8925 | 0,0595 | 13,2685 | 4,76 | 0,5355 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 196,3 | 6,2 | 5,9 | 28,1 | 122,8 | 1,2 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 14% | 14% | 15% | 18% | 21% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 20 | 20 | 100 | 54 | 1,78 | 0,68 | 9,76 | 10,8 | 0,6 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 85 | 59,5 | 70 | 32 | 0,5355 | 0,0595 | 6,783 | 20,825 | 0,1785 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 145,9 | 5,8 | 5,8 | 16,6 | 148,8 | 0,9 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 13% | 13% | 9% | 21% | 15% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | PATACÓN | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 30 | 21,6 | 72 | 29 | 0,2376 | 0,0432 | 6,5448 | 0,648 | 0,108 | 116 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 120 | 60 | 50 | 47 | 0,36 | 0 | 10,26 | 9 | 0,3 | 0 |
| Total | | | | | | | | 145,1 | 4,1 | 6,1 | 16,9 | 126,8 | 0,5 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 11% | 9% | 14% | 9% | 18% | 9% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 100 | 60 | 60 | 25 | 0,42 | 0,18 | 5,28 | 19,8 | 0,78 | 0 |
| Total | | | | | | | | 160,8 | 5,7 | 6,0 | 20,1 | 137,8 | 1,4 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 13% | 14% | 11% | 20% | 25% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORREJAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNA DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 150 | 60 | 40 | 10 | 0,24 | 0 | 2,22 | 2,4 | 0,18 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 144,3 | 6,5 | 5,6 | 16,7 | 123,7 | 1,3 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 14% | 13% | 9% | 18% | 23% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 30 | 21,6 | 72 | 29 | 0,2376 | 0,0432 | 6,5448 | 0,648 | 0,108 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 110 | 60,5 | 55 | 34 | 0,363 | | 0,0605 | 7,502 | 9,68 | 0,3025 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 122,6 | 4,1 | 5,2 | 14,1 | 127,5 | 0,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 9% | 9% | 12% | 8% | 18% | 9% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA FRITA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C055 | Manzana de agua, cruda | 93 | 60,45 | 65 | 32 | 1,02765 | 0,6045 | 5,5614 | 7,254 | 0,2418 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 177,2 | 6,3 | 7,4 | 20,4 | 125,3 | 0,9 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 14% | 17% | 11% | 18% | 15% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Preescolar** |
| **MENÚ No.** | **22** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 100 | 56 | 1,78 | 0,32 | 11,36 | 5 | 0,38 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE SANDÍA | C079 | Sandia, cruda | 150 | 60 | 40 | 10 | 0,24 | 0 | 2,22 | 2,4 | 0,18 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 126,0 | 5,5 | 5,4 | 13,6 | 124,6 | 0,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 12% | 13% | 7% | 18% | 11% | 14% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 100 | 56 | 1,78 | 0,32 | 11,36 | 5 | 0,38 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 120 | 60 | 50 | 47 | 0,36 | 0 | 10,26 | 9 | 0,3 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 163,2 | 5,6 | 5,4 | 21,7 | 131,2 | 0,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 12% | 13% | 12% | 19% | 14% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 100 | 60 | 60 | 25 | 0,42 | 0,18 | 5,28 | 19,8 | 0,78 | 0 |
| Total | | | | | | | | 160,8 | 5,7 | 6,0 | 20,1 | 137,8 | 1,4 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 13% | 14% | 11% | 20% | 25% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 85 | 59,5 | 70 | 32 | 0,5355 | 0,0595 | 6,783 | 20,825 | 0,1785 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 166,3 | 6,8 | 5,6 | 21,3 | 142,1 | 1,3 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 13% | 12% | 20% | 23% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 30 | 21,6 | 72 | 29 | 0,2376 | 0,0432 | 6,5448 | 0,648 | 0,108 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 110 | 60,5 | 55 | 34 | 0,363 | 0,0605 | 7,502 | 9,68 | 0,3025 | 0 |
| Total | | | | | | | | 122,6 | 4,1 | 5,2 | 14,1 | 127,5 | 0,5 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 9% | 9% | 12% | 8% | 18% | 9% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **1** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORTICAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 40 | 40 | 100 | 145 | 5,28 | 0,76 | 28,84 | 7,2 | 2,04 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C079 | Sandía, cruda | 175 | 70 | 40 | 12 | 0,28 | 0 | 2,59 | 2,8 | 0,21 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 218,6 | 9,2 | 6,0 | 31,5 | 127,7 | 2,3 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 11% | 14% | 16% | 38% | 15% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS DE SAL | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 14 | 14 | 100 | 59 | 1,344 | 1,358 | 10,206 | 5,32 | 0,784 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 100 | 70 | 70 | 38 | 0,63 | 0,07 | 7,98 | 24,5 | 0,21 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 157,4 | 5,5 | 6,5 | 18,2 | 147,0 | 1,1 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 10% | 12% | 8% | 18% | 17% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 128 | 70,4 | 55 | 39 | 0,4224 | 0,0704 | 8,7296 | 11,264 | 0,352 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 251,6 | 7,6 | 6,7 | 38,3 | 130,1 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 13% | 12% | 17% | 16% | 24% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 4 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, | 20 | 20 | 100 | 57 | 4,68 | 3,74 | 1,18 | 81 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 40 | 40 | 100 | 111 | 3,56 | 0,64 | 22,72 | 10 | 0,76 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 117 | 70,2 | 60 | 29 | 0,4914 | 0,2106 | 6,1776 | 23,166 | 0,9126 | 0 |
| Total | | | | | | | | 197,2 | 8,7 | 4,6 | 30,1 | 114,2 | 1,8 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 15% | 8% | 13% | 14% | 29% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 5 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 40 | 40 | 100 | 107 | 3,56 | 1,36 | 19,52 | 21,6 | 1,2 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 100 | 70 | 70 | 28 | 0,35 | 0,07 | 5,74 | 16,8 | 0,21 | 0 |
| Total | | | | | | | | 195,4 | 7,4 | 6,5 | 25,3 | 155,6 | 1,5 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 13% | 12% | 11% | 19% | 24% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C010 | Banano común, crudo | 100 | 70 | 70 | 71 | 1,05 | 0,07 | 15,61 | 5,6 | 0,63 | 0 |
| Total | | | | | | | | 282,9 | 8,2 | 6,7 | 45,2 | 124,4 | 1,8 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 17% | 14% | 12% | 20% | 16% | 29% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **7** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ABORRAJADO DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 30 | 21,6 | 72 | 29 | 0,2376 | 0,0432 | 6,5448 | 0,648 | 0,108 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 10 | 10 | 100 | 36 | 1,32 | 0,19 | 7,21 | 1,8 | 0,51 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C054 | Manzana común cruda | 83 | 70,55 | 85 | 51 | 0,21165 | 0,1411 | 11,64075 | 11,288 | 0,21165 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 178,5 | 5,5 | 5,7 | 25,5 | 131,9 | 0,9 | 293,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 10% | 10% | 11% | 16% | 15% | 24% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 60 | 40,8 | 68 | 68 | 0,4896 | 0,0816 | 16,0344 | 3,264 | 0,1632 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 118 | 70,8 | 60 | 29 | 0,4956 | 0,2124 | 6,2304 | 23,364 | 0,9204 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 166,0 | 4,5 | 6,4 | 22,3 | 143,8 | 1,2 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 8% | 12% | 10% | 18% | 19% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 100 | 70 | 70 | 28 | 0,35 | 0,07 | 5,74 | 16,8 | 0,21 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 240,2 | 7,5 | 6,7 | 35,4 | 135,6 | 1,4 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 13% | 12% | 16% | 17% | 22% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 10 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 40 | 40 | 100 | 107 | 3,56 | 1,36 | 19,52 | 21,6 | 1,2 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandia, cruda | 175 | 70 | 40 | 12 | 0,28 | 0 | 2,59 | 2,8 | 0,21 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 179,3 | 7,3 | 6,5 | 22,2 | 141,6 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 13% | 12% | 10% | 18% | 24% | 14% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | 11 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 40 | 40 | 100 | 111 | 3,56 | 0,64 | 22,72 | 10 | 0,76 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 128 | 70,4 | 55 | 39 | 0,4224 | 0,0704 | 8,7296 | 11,264 | 0,352 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 210,8 | 7,5 | 5,8 | 31,5 | 138,5 | 1,2 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 11% | 14% | 17% | 19% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TAJADAS DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 55 | 39,6 | 72 | 52 | 0,4356 | 0,0792 | 11,9988 | 1,188 | 0,198 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 100 | 70 | 70 | 38 | 0,63 | 0,07 | 7,98 | 24,5 | 0,21 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 159,3 | 4,6 | 6,2 | 20,0 | 142,9 | 0,5 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 8% | 12% | 9% | 18% | 8% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 40 | 40 | 100 | 145 | 5,28 | 0,76 | 28,84 | 7,2 | 2,04 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | JULIANAS DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 140 | 70 | 50 | 55 | 0,42 | 0 | 11,97 | 10,5 | 0,35 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 262,0 | 9,3 | 6,0 | 40,9 | 135,4 | 2,5 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 16% | 16% | 11% | 18% | 17% | 40% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 40 | 40 | 100 | 107 | 3,56 | 1,36 | 19,52 | 21,6 | 1,2 | 116 |
| FRUTA | | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 100 | 70 | 70 | 71 | 1,05 | 0,07 | 15,61 | 5,6 | 0,63 | 0 |
| Total | | | | | | | | 238,1 | 8,1 | 6,5 | 35,2 | 144,4 | 1,9 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 15% | 14% | 12% | 15% | 18% | 31% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **15** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 100 | 70 | 70 | 71 | 1,05 | 0,07 | 15,61 | 5,6 | 0,63 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 282,9 | 8,2 | 6,7 | 45,2 | 124,4 | 1,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 14% | 12% | 20% | 16% | 29% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **16** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 40 | 40 | 100 | 107 | 3,56 | 1,36 | 19,52 | 21,6 | 1,2 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 100 | 70 | 70 | 38 | 0,63 | 0,07 | 7,98 | 24,5 | 0,21 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 205,2 | 7,7 | 6,5 | 27,6 | 163,3 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 12% | 12% | 20% | 24% | 14% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | PATACÓN | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 56 | 40,32 | 72 | 53 | 0,44352 | 0,08064 | 12,21696 | 1,2096 | 0,2016 | 116 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 140 | 70 | 50 | 55 | 0,42 | 0 | 11,97 | 10,5 | 0,35 | 0 |
| Total | | | | | | | | 177,7 | 4,4 | 6,2 | 24,2 | 128,9 | 0,6 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 11% | 8% | 11% | 11% | 16% | 10% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 118 | 70,8 | 60 | 29 | 0,4956 | 0,2124 | 6,2304 | 23,364 | 0,9204 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 241,2 | 7,6 | 6,8 | 35,9 | 142,2 | 2,1 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 13% | 13% | 16% | 18% | 34% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORREJAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 40 | 40 | 100 | 145 | 5,28 | 0,76 | 28,84 | 7,2 | 2,04 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNA DE SANDÍA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| | | | C079 | Sandia, cruda | 175 | 70 | 40 | 12 | 0,28 | 0 | 2,59 | 2,8 | 0,21 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 218,6 | 9,2 | 6,0 | 31,5 | 127,7 | 2,3 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 11% | 14% | 16% | 38% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 56 | 40,32 | 72 | 53 | 0,44352 | 0,08064 | 12,21696 | 1,2096 | 0,2016 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 128 | 70,4 | 55 | 39 | 0,4224 | 0,0704 | 8,7296 | 11,264 | 0,352 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 152,8 | 4,4 | 5,3 | 21,0 | 129,7 | 0,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 9% | 8% | 10% | 9% | 16% | 10% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **21** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA FRITA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C055 | Manzana de agua, cruda | 108 | 70,2 | 65 | 37 | 1,1934 | 0,702 | 6,4584 | 8,424 | 0,2808 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 258,4 | 8,3 | 8,3 | 36,1 | 127,2 | 1,4 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 16% | 15% | 15% | 16% | 16% | 23% | 15% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 40 | 40 | 100 | 111 | 3,56 | 0,64 | 22,72 | 10 | 0,76 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE SANDÍA | C079 | Sandia, cruda | 175 | 70 | 40 | 12 | 0,28 | 0 | 2,59 | 2,8 | 0,21 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 183,3 | 7,3 | 5,7 | 25,4 | 130,0 | 1,1 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 13% | 11% | 11% | 16% | 17% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 40 | 40 | 100 | 111 | 3,56 | 0,64 | 22,72 | 10 | 0,76 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 140 | 70 | 50 | 55 | 0,42 | 0 | 11,97 | 10,5 | 0,35 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 226,7 | 7,5 | 5,7 | 34,8 | 137,7 | 1,2 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 13% | 11% | 15% | 17% | 19% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 24 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 118 | 70,8 | 60 | 29 | 0,4956 | 0,2124 | 6,2304 | 23,364 | 0,9204 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 241,2 | 7,6 | 6,8 | 35,9 | 142,2 | 2,1 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 13% | 13% | 16% | 18% | 34% | 14% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 25 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 40 | 40 | 100 | 145 | 5,28 | 0,76 | 28,84 | 7,2 | 2,04 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 100 | 70 | 70 | 38 | 0,63 | 0,07 | 7,98 | 24,5 | 0,21 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 244,5 | 9,5 | 6,0 | 36,9 | 149,4 | 2,3 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 17% | 11% | 16% | 19% | 38% | 15% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 20 | 20 | 100 | 60 | 3,5 | 5,1 | 0,06 | 117,2 | 0,08 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO | 8089 | plátano hartón, maduro, crudo | 56 | 40,32 | 72 | 53 | 0,44352 | 0,08064 | 12,21696 | 1,2096 | 0,2016 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 128 | 70,4 | 55 | 39 | 0,4224 | 0,0704 | 8,7296 | 11,264 | 0,352 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 152,8 | 4,4 | 5,3 | 21,0 | 129,7 | 0,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 9% | 8% | 10% | 9% | 16% | 10% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORTICAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 60 | 60 | 100 | 218 | 7,92 | 1,14 | 43,26 | 10,8 | 3,06 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C079 | Sandia, cruda | 200 | 80 | 40 | 14 | 0,32 | 0 | 2,96 | 3,2 | 0,24 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 308,0 | 12,7 | 7,6 | 46,3 | 161,0 | 3,4 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 18% | 11% | 17% | 15% | 39% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS DE SAL | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 21 | 21 | 100 | 89 | 2,016 | 2,037 | 15,309 | 7,98 | 1,176 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 115 | 80,5 | 70 | 43 | 0,7245 | 0,0805 | 9,177 | 28,175 | 0,2415 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 207,8 | 7,1 | 8,5 | 24,6 | 182,7 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 10% | 13% | 9% | 17% | 17% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 55 | 45 | 0,4818 | 0,0803 | 9,9572 | 12,848 | 0,4015 | 0 |
| Total | | | | | | | | 348,2 | 10,3 | 8,7 | 54,4 | 161,7 | 2,1 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 17% | 15% | 13% | 19% | 15% | 24% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, | 25 | 25 | 100 | 72 | 5,85 | 4,675 | 1,475 | 101,25 | 0,125 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 134 | 80,4 | 60 | 33 | 0,5628 | 0,2412 | 7,0752 | 26,532 | 1,0452 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 271,3 | 11,8 | 5,9 | 42,6 | 142,8 | 2,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 17% | 9% | 15% | 13% | 27% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 60 | 60 | 100 | 161 | 5,34 | 2,04 | 29,28 | 32,4 | 1,8 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 115 | 80,5 | 70 | 32 | 0,4025 | 0,0805 | 6,601 | 19,32 | 0,2415 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 268,3 | 10,1 | 8,5 | 36,0 | 198,2 | 2,1 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 14% | 13% | 13% | 18% | 25% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C010 | Banano común, crudo | 115 | 80,5 | 70 | 81 | 1,2075 | 0,0805 | 17,9515 | 6,44 | 0,7245 | 0 |
| Total | | | | | | | | 384,6 | 11,0 | 8,7 | 62,4 | 155,3 | 2,4 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 19% | 16% | 13% | 22% | 14% | 28% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **7** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ABORRAJADO DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 45 | 32,4 | 72 | 43 | 0,3564 | 0,0648 | 9,8172 | 0,972 | 0,162 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C054 | Manzana común cruda | 95 | 80,75 | 85 | 58 | 0,24225 | 0,1615 | 13,32375 | 12,92 | 0,24225 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 233,3 | 7,2 | 7,1 | 34,0 | 164,0 | 1,3 | 293,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 10% | 11% | 12% | 15% | 15% | 20% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 90 | 61,2 | 68 | 102 | 0,7344 | 0,1224 | 24,0516 | 4,896 | 0,2448 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 133 | 79,8 | 60 | 33 | 0,5586 | 0,2394 | 7,0224 | 26,334 | 1,0374 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 218,6 | 5,7 | 7,7 | 31,1 | 177,7 | 1,4 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 8% | 12% | 11% | 16% | 16% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 115 | 80,5 | 70 | 32 | 0,4025 | 0,0805 | 6,601 | 19,32 | 0,2415 | 0 |
| Total | | | | | | | | 335,5 | 10,2 | 8,7 | 51,0 | 168,2 | 2,0 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 17% | 15% | 13% | 18% | 15% | 23% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 60 | 60 | 100 | 161 | 5,34 | 2,04 | 29,28 | 32,4 | 1,8 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 200 | 80 | 40 | 14 | 0,32 | 0 | 2,96 | 3,2 | 0,24 | 0 |
| Total | | | | | | | | 249,7 | 10,0 | 8,4 | 32,3 | 182,1 | 2,1 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 13% | 14% | 13% | 12% | 17% | 25% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **11** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 55 | 45 | 0,4818 | 0,0803 | 9,9572 | 12,848 | 0,4015 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 287,0 | 10,2 | 7,4 | 44,1 | 174,3 | 1,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 15% | 11% | 16% | 16% | 19% | 11% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TAJADAS DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 85 | 61,2 | 72 | 81 | 0,6732 | 0,1224 | 18,5436 | 1,836 | 0,306 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 114 | 79,8 | 70 | 43 | 0,7182 | 0,0798 | 9,0972 | 27,93 | 0,2394 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 208,1 | 5,8 | 7,6 | 27,7 | 176,3 | 0,6 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 8% | 11% | 10% | 16% | 7% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | 13 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 60 | 60 | 100 | 218 | 7,92 | 1,14 | 43,26 | 10,8 | 3,06 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | JULIANAS DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 160 | 80 | 50 | 63 | 0,48 | 0 | 13,68 | 12 | 0,4 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 357,6 | 12,9 | 7,6 | 57,0 | 169,8 | 3,6 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 18% | 18% | 11% | 20% | 15% | 41% | 12% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 60 | 60 | 100 | 161 | 5,34 | 2,04 | 29,28 | 32,4 | 1,8 | 116 |
| FRUTA | | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 115 | 80,5 | 70 | 81 | 1,2075 | 0,0805 | 17,9515 | 6,44 | 0,7245 | 0 |
| Total | | | | | | | | 317,4 | 10,9 | 8,5 | 47,3 | 185,3 | 2,6 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 16% | 16% | 13% | 17% | 17% | 30% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 115 | 80,5 | 70 | 81 | 1,2075 | 0,0805 | 17,9515 | 6,44 | 0,7245 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 384,6 | 11,0 | 8,7 | 62,4 | 155,3 | 2,4 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 19% | 16% | 13% | 22% | 14% | 28% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **16** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 60 | 60 | 100 | 161 | 5,34 | 2,04 | 29,28 | 32,4 | 1,8 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 114 | 79,8 | 70 | 43 | 0,7182 | 0,0798 | 9,0972 | 27,93 | 0,2394 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 279,1 | 10,4 | 8,5 | 38,5 | 206,8 | 2,1 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 15% | 13% | 14% | 19% | 25% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | PATACÓN | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 84 | 60,48 | 72 | 80 | 0,66528 | 0,12096 | 18,32544 | 1,8144 | 0,3024 | 116 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 160 | 80 | 50 | 63 | 0,48 | 0 | 13,68 | 12 | 0,4 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 227,3 | 5,5 | 7,5 | 32,1 | 160,3 | 0,8 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 8% | 11% | 11% | 15% | 9% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 133 | 79,8 | 60 | 33 | 0,5586 | 0,2394 | 7,0224 | 26,334 | 1,0374 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 336,0 | 10,4 | 8,8 | 51,4 | 175,2 | 2,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 15% | 13% | 18% | 16% | 32% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORREJAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 60 | 60 | 100 | 218 | 7,92 | 1,14 | 43,26 | 10,8 | 3,06 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNA DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 200 | 80 | 40 | 14 | 0,32 | 0 | 2,96 | 3,2 | 0,24 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 308,0 | 12,7 | 7,6 | 46,3 | 161,0 | 3,4 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 18% | 11% | 17% | 15% | 39% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 84 | 60,48 | 72 | 80 | 0,66528 | 0,12096 | 18,32544 | 1,8144 | 0,3024 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 150 | 82,5 | 55 | 46 | 0,495 | 0,0825 | 10,23 | 13,2 | 0,4125 | 0 |
| Total | | | | | | | | 201,3 | 5,5 | 6,6 | 28,6 | 161,5 | 0,8 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 10% | 8% | 10% | 10% | 15% | 9% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA FRITA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 1 | 1 | 100 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C055 | Manzana de agua, cruda | 124 | 80,6 | 65 | 43 | 1,3702 | 0,806 | 7,4152 | 9,672 | 0,3224 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 355,0 | 11,2 | 10,4 | 51,8 | 158,6 | 2,0 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 18% | 16% | 16% | 19% | 14% | 23% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE SANDÍA | C079 | Sandia, cruda | 200 | 80 | 40 | 14 | 0,32 | 0 | 2,96 | 3,2 | 0,24 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 255,7 | 10,0 | 7,3 | 37,1 | 164,7 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 14% | 11% | 13% | 15% | 17% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **23** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 160 | 80 | 50 | 63 | 0,48 | 0 | 13,68 | 12 | 0,4 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 305,3 | 10,2 | 7,3 | 47,8 | 173,5 | 1,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 15% | 11% | 17% | 16% | 19% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 133 | 79,8 | 60 | 33 | 0,5586 | 0,2394 | 7,0224 | 26,334 | 1,0374 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 336,0 | 10,4 | 8,8 | 51,4 | 175,2 | 2,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 15% | 13% | 18% | 16% | 32% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 60 | 60 | 100 | 218 | 7,92 | 1,14 | 43,26 | 10,8 | 3,06 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 90 | 1 | 0,1134 | 0,0972 | 0,0027 | 0,477 | 0,0153 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 114 | 79,8 | 70 | 43 | 0,7182 | 0,0798 | 9,0972 | 27,93 | 0,2394 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 337,5 | 13,1 | 7,7 | 52,4 | 185,7 | 3,4 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 19% | 12% | 19% | 17% | 39% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 25 | 25 | 100 | 75 | 4,375 | 6,375 | 0,075 | 146,5 | 0,1 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 84 | 60,48 | 72 | 80 | 0,66528 | 0,12096 | 18,32544 | 1,8144 | 0,3024 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 150 | 82,5 | 55 | 46 | 0,495 | 0,0825 | 10,23 | 13,2 | 0,4125 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 201,3 | 5,5 | 6,6 | 28,6 | 161,5 | 0,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 8% | 10% | 10% | 15% | 9% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORTICAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 60 | 60 | 100 | 218 | 7,92 | 1,14 | 43,26 | 10,8 | 3,06 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C079 | Sandia, cruda | 250 | 100 | 40 | 17 | 0,4 | 0 | 3,7 | 4 | 0,3 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 327,8 | 13,8 | 9,0 | 47,1 | 191,6 | 3,5 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 11% | 13% | 17% | 37% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | 2 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS DE SAL | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 24 | 24 | 100 | 102 | 2,304 | 2,328 | 17,496 | 9,12 | 1,344 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 143 | 100,1 | 70 | 54 | 0,9009 | 0,1001 | 11,4114 | 35,035 | 0,3003 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 246,1 | 8,5 | 10,1 | 29,0 | 220,0 | 1,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 10% | 12% | 8% | 20% | 19% | 11% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| Total | | | | | | | | 374,4 | 11,3 | 10,0 | 56,8 | 194,2 | 2,2 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 15% | 13% | 12% | 16% | 18% | 24% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, | 30 | 30 | 100 | 86 | 7,02 | 5,61 | 1,77 | 121,5 | 0,15 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 167 | 100,2 | 60 | 41 | 0,7014 | 0,3006 | 8,8176 | 33,066 | 1,3026 | 0 |
| Total | | | | | | | | 293,7 | 13,1 | 6,9 | 44,7 | 169,6 | 2,6 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 15% | 8% | 13% | 15% | 27% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 60 | 60 | 100 | 161 | 5,34 | 2,04 | 29,28 | 32,4 | 1,8 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 143 | 100,1 | 70 | 40 | 0,5005 | 0,1001 | 8,2082 | 24,024 | 0,3003 | 0 |
| Total | | | | | | | | 291,1 | 11,1 | 9,8 | 37,6 | 232,2 | 2,2 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 13% | 12% | 11% | 21% | 23% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C010 | Banano común, crudo | 142 | 99,4 | 70 | 100 | 1,491 | 0,0994 | 22,1662 | 7,952 | 0,8946 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 418,7 | 12,2 | 10,0 | 66,6 | 186,2 | 2,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 14% | 12% | 19% | 17% | 28% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ABORRAJADO DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 45 | 32,4 | 72 | 43 | 0,3564 | 0,0648 | 9,8172 | 0,972 | 0,162 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C054 | Manzana común cruda | 118 | 100,3 | 85 | 72 | 0,3009 | 0,2006 | 16,5495 | 16,048 | 0,3009 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 263,8 | 8,2 | 8,5 | 37,3 | 197,0 | 1,4 | 293,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 9% | 10% | 11% | 18% | 15% | 20% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 90 | 61,2 | 68 | 102 | 0,7344 | 0,1224 | 24,0516 | 4,896 | 0,2448 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 167 | 100,2 | 60 | 41 | 0,7014 | 0,3006 | 8,8176 | 33,066 | 1,3026 | 0 |
| Total | | | | | | | | 251,0 | 6,7 | 10,1 | 33,0 | 213,8 | 1,7 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 10% | 8% | 12% | 9% | 19% | 18% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 145 | 101,5 | 70 | 41 | 0,5075 | 0,1015 | 8,323 | 24,36 | 0,3045 | 0 |
| Total | | | | | | | | 358,9 | 11,2 | 10,0 | 52,8 | 202,6 | 2,0 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 14% | 13% | 12% | 15% | 18% | 22% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 60 | 60 | 100 | 161 | 5,34 | 2,04 | 29,28 | 32,4 | 1,8 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandia, cruda | 250 | 100 | 40 | 17 | 0,4 | 0 | 3,7 | 4 | 0,3 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 268,1 | 11,0 | 9,7 | 33,1 | 212,2 | 2,2 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 13% | 12% | 9% | 19% | 23% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | Secundaria |
| **MENÚ No.** | 11 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 313,2 | 11,2 | 8,7 | 46,6 | 206,8 | 1,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 10% | 13% | 19% | 19% | 11% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TAJADAS DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 85 | 61,2 | 72 | 81 | 0,6732 | 0,1224 | 18,5436 | 1,836 | 0,306 | 116 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 142 | 99,4 | 70 | 54 | 0,8946 | 0,0994 | 11,3316 | 34,79 | 0,2982 | 0 |
| Total | | | | | | | | 242,8 | 6,8 | 9,9 | 30,0 | 212,4 | 0,7 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 10% | 8% | 12% | 9% | 19% | 8% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 60 | 60 | 100 | 218 | 7,92 | 1,14 | 43,26 | 10,8 | 3,06 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | JULIANAS DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 200 | 100 | 50 | 79 | 0,6 | 0 | 17,1 | 15 | 0,5 | 0 |
| Total | | | | | | | | 389,8 | 14,0 | 9,0 | 60,5 | 202,6 | 3,7 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 16% | 16% | 11% | 17% | 18% | 39% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 60 | 60 | 100 | 161 | 5,34 | 2,04 | 29,28 | 32,4 | 1,8 | 116 |
| FRUTA | | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 143 | 100,1 | 70 | 101 | 1,5015 | 0,1001 | 22,3223 | 8,008 | 0,9009 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 352,2 | 12,1 | 9,8 | 51,7 | 216,2 | 2,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 14% | 12% | 15% | 20% | 30% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 143 | 100,1 | 70 | 101 | 1,5015 | 0,1001 | 22,3223 | 8,008 | 0,9009 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 419,4 | 12,2 | 10,0 | 66,8 | 186,2 | 2,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 14% | 12% | 19% | 17% | 28% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 60 | 60 | 100 | 161 | 5,34 | 2,04 | 29,28 | 32,4 | 1,8 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 142 | 99,4 | 70 | 54 | 0,8946 | 0,0994 | 11,3316 | 34,79 | 0,2982 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 304,8 | 11,5 | 9,8 | 40,7 | 243,0 | 2,2 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 13% | 12% | 12% | 22% | 23% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | PATACÓN | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 84 | 60,48 | 72 | 80 | 0,66528 | 0,12096 | 18,32544 | 1,8144 | 0,3024 | 116 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 200 | 100 | 50 | 79 | 0,6 | 0 | 17,1 | 15 | 0,5 | 0 |
| Total | | | | | | | | 267,1 | 6,5 | 9,8 | 35,5 | 192,6 | 0,9 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 11% | 7% | 12% | 10% | 18% | 10% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL AUMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maiz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 165 | 99 | 60 | 41 | 0,693 | 0,297 | 8,712 | 32,67 | 1,287 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 358,9 | 11,4 | 10,2 | 53,1 | 210,9 | 3,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 13% | 12% | 15% | 19% | 32% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORREJAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 60 | 60 | 100 | 218 | 7,92 | 1,14 | 43,26 | 10,8 | 3,06 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNA DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 250 | 100 | 40 | 17 | 0,4 | 0 | 3,7 | 4 | 0,3 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 327,8 | 13,8 | 9,0 | 47,1 | 191,6 | 3,5 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 11% | 13% | 17% | 37% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 84 | 60,48 | 72 | 80 | 0,66528 | 0,12096 | 18,32544 | 1,8144 | 0,3024 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 226,2 | 6,5 | 7,9 | 30,8 | 193,6 | 0,9 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 9% | 7% | 9% | 9% | 18% | 10% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA FRITA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C055 | Manzana de agua, cruda | 154 | 100,1 | 65 | 53 | 1,7017 | 1,001 | 9,2092 | 12,012 | 0,4004 | 0 |
| Total | | | | | | | | 389,4 | 12,4 | 12,9 | 53,6 | 190,2 | 2,1 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 16% | 14% | 16% | 15% | 17% | 23% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE SANDÍA | C079 | Sandia, cruda | 250 | 100 | 40 | 17 | 0,4 | 0 | 3,7 | 4 | 0,3 | 0 |
| Total | | | | | | | | 274,1 | 11,0 | 8,6 | 37,9 | 194,8 | 1,6 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuacion | | | | | | | | 11% | 13% | 10% | 11% | 18% | 16% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 200 | 100 | 50 | 79 | 0,6 | 0 | 17,1 | 15 | 0,5 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 336,1 | 11,2 | 8,6 | 51,3 | 205,8 | 1,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 10% | 15% | 19% | 19% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 60 | 60 | 100 | 228 | 5,46 | 2,22 | 44,34 | 2,4 | 1,62 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 165 | 99 | 60 | 41 | 0,693 | 0,297 | 8,712 | 32,67 | 1,287 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 358,9 | 11,4 | 10,2 | 53,1 | 210,9 | 3,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 13% | 12% | 15% | 19% | 32% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 60 | 60 | 100 | 218 | 7,92 | 1,14 | 43,26 | 10,8 | 3,06 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 142 | 99,4 | 70 | 54 | 0,8946 | 0,0994 | 11,3316 | 34,79 | 0,2982 | 0 |
| Total | | | | | | | | 364,5 | 14,3 | 9,1 | 54,7 | 222,3 | 3,5 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 15% | 16% | 11% | 16% | 20% | 37% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 84 | 60,48 | 72 | 80 | 0,66528 | 0,12096 | 18,32544 | 1,8144 | 0,3024 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 182 | 100,1 | 55 | 56 | 0,6006 | 0,1001 | 12,4124 | 16,016 | 0,5005 | 0 |
| Total | | | | | | | | 226,2 | 6,5 | 7,9 | 30,8 | 193,6 | 0,9 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 9% | 7% | 9% | 9% | 18% | 10% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORTICAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 70 | 70 | 100 | 254 | 9,24 | 1,33 | 50,47 | 12,6 | 3,57 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C079 | Sandia, cruda | 275 | 110 | 40 | 19 | 0,44 | 0 | 4,07 | 4,4 | 0,33 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 380,8 | 16,0 | 10,4 | 54,7 | 223,1 | 4,1 | 261,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 11% | 13% | 20% | 34% | 17% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS DE SAL | A027 | Galletas saladas, tipo soda | 24 | 24 | 100 | 102 | 2,304 | 2,328 | 17,496 | 9,12 | 1,344 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 157 | 109,9 | 70 | 59 | 0,9891 | 0,1099 | 12,5286 | 38,465 | 0,3297 | 83,5 |
| | | | Total | | | | | 266,5 | 9,4 | 11,4 | 30,1 | 252,7 | 1,8 | 247,5 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 9% | 9% | 12% | 7% | 23% | 15% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maiz blanco, precocida | 70 | 70 | 100 | 266 | 6,37 | 2,59 | 51,73 | 2,8 | 1,89 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 200 | 110 | 55 | 62 | 0,66 | 0,11 | 13,64 | 17,6 | 0,55 | 83,5 |
| Total | | | | | | | | 433,0 | 13,2 | 11,6 | 65,5 | 225,5 | 2,6 | 247,5 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 15% | 13% | 12% | 16% | 21% | 22% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **4** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, | 35 | 35 | 100 | 100 | 8,19 | 6,545 | 2,065 | 141,75 | 0,175 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 70 | 70 | 100 | 195 | 6,23 | 1,12 | 39,76 | 17,5 | 1,33 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 184 | 110,4 | 60 | 45 | 0,7728 | 0,3312 | 9,7152 | 36,432 | 1,4352 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 340,0 | 15,2 | 8,0 | 51,5 | 195,7 | 2,9 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 15% | 8% | 13% | 18% | 25% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 70 | 70 | 100 | 188 | 6,23 | 2,38 | 34,16 | 37,8 | 2,1 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 157 | 109,9 | 70 | 44 | 0,5495 | 0,1099 | 9,0118 | 26,376 | 0,3297 | 83,5 |
| Total | | | | | | | | 336,9 | 12,9 | 11,4 | 43,3 | 269,3 | 2,6 | 247,5 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 13% | 12% | 11% | 24% | 22% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 70 | 70 | 100 | 266 | 6,37 | 2,59 | 51,73 | 2,8 | 1,89 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE SANDIA | C010 | Banano común, crudo | 157 | 109,9 | 70 | 111 | 1,6485 | 0,1099 | 24,5077 | 8,792 | 0,9891 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 482,3 | 14,1 | 11,6 | 76,3 | 216,7 | 3,0 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 14% | 12% | 19% | 20% | 26% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ABORRAJADO DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 116 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C054 | Manzana común cruda | 130 | 110,5 | 85 | 80 | 0,3315 | 0,221 | 18,2325 | 17,68 | 0,3315 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 307,7 | 9,7 | 9,8 | 43,7 | 228,4 | 1,7 | 377,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 10% | 10% | 11% | 21% | 14% | 25% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TROZO DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 105 | 71,4 | 68 | 119 | 0,8568 | 0,1428 | 28,0602 | 5,712 | 0,2856 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 184 | 110,4 | 60 | 45 | 0,7728 | 0,3312 | 9,7152 | 36,432 | 1,4352 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 287,1 | 7,8 | 11,4 | 37,9 | 247,2 | 1,9 | 261,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 8% | 12% | 9% | 22% | 16% | 17% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 70 | 70 | 100 | 266 | 6,37 | 2,59 | 51,73 | 2,8 | 1,89 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PAPAYA | C065 | Papaya, madura, cruda | 158 | 110,6 | 70 | 44 | 0,553 | 0,1106 | 9,0692 | 26,544 | 0,3318 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 415,6 | 13,0 | 11,6 | 60,9 | 234,4 | 2,4 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 13% | 12% | 15% | 21% | 20% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 70 | 70 | 100 | 188 | 6,23 | 2,38 | 34,16 | 37,8 | 2,1 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | PORCIÓN DE SANDÍA | C079 | Sandia, cruda | 275 | 110 | 40 | 19 | 0,44 | 0 | 4,07 | 4,4 | 0,33 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 311,7 | 12,8 | 11,3 | 38,3 | 247,3 | 2,6 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 13% | 12% | 9% | 22% | 22% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **11** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 70 | 70 | 100 | 195 | 6,23 | 1,12 | 39,76 | 17,5 | 1,33 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 200 | 110 | 55 | 62 | 0,66 | 0,11 | 13,64 | 17,6 | 0,55 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 361,6 | 13,0 | 10,2 | 53,5 | 240,2 | 2,0 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 13% | 11% | 13% | 22% | 17% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TAJADAS DE PLATANO MADURO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| | GRUPO I | | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 98 | 70,56 | 72 | 93 | 0,77616 | 0,14112 | 21,37968 | 2,1168 | 0,3528 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 158 | 110,6 | 70 | 60 | 0,9954 | 0,1106 | 12,6084 | 38,71 | 0,3318 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 276,2 | 7,9 | 11,2 | 34,1 | 245,9 | 0,8 | 261,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 8% | 12% | 8% | 22% | 7% | 17% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 70 | 70 | 100 | 254 | 9,24 | 1,33 | 50,47 | 12,6 | 3,57 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | JULIANAS DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 220 | 110 | 50 | 87 | 0,66 | 0 | 18,81 | 16,5 | 0,55 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 449,0 | 16,3 | 10,4 | 69,4 | 235,2 | 4,3 | 261,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 16% | 11% | 17% | 21% | 36% | 17% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 70 | 70 | 100 | 188 | 6,23 | 2,38 | 34,16 | 37,8 | 2,1 | 116 |
| FRUTA | | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 158 | 110,6 | 70 | 112 | 1,659 | 0,1106 | 24,6638 | 8,848 | 0,9954 | 83,5 |
| | | | Total | | | | | 404,7 | 14,0 | 11,4 | 58,9 | 251,7 | 3,2 | 247,5 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 14% | 14% | 12% | 15% | 23% | 27% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA ASADA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 70 | 70 | 100 | 266 | 6,37 | 2,59 | 51,73 | 2,8 | 1,89 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | BANANO | C010 | Banano común, crudo | 158 | 110,6 | 70 | 112 | 1,659 | 0,1106 | 24,6638 | 8,848 | 0,9954 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 483,1 | 14,2 | 11,6 | 76,5 | 216,7 | 3,0 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 14% | 12% | 19% | 20% | 26% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A060 | Pan blanco, regular, horneado | 70 | 70 | 100 | 188 | 6,23 | 2,38 | 34,16 | 37,8 | 2,1 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 158 | 110,6 | 70 | 60 | 0,9954 | 0,1106 | 12,6084 | 38,71 | 0,3318 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 352,7 | 13,4 | 11,4 | 46,9 | 281,6 | 2,6 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 13% | 12% | 12% | 26% | 22% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | PATACÓN | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 99 | 71,28 | 72 | 94 | 0,78408 | 0,14256 | 21,59784 | 2,1384 | 0,3564 | 116 |
| | | | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 220 | 110 | 50 | 87 | 0,66 | 0 | 18,81 | 16,5 | 0,55 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 304,3 | 7,6 | 11,1 | 40,5 | 223,7 | 1,0 | 261,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 7% | 11% | 10% | 20% | 9% | 17% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 70 | 70 | 100 | 266 | 6,37 | 2,59 | 51,73 | 2,8 | 1,89 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 184 | 110,4 | 60 | 45 | 0,7728 | 0,3312 | 9,7152 | 36,432 | 1,4352 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 416,6 | 13,3 | 11,8 | 61,6 | 244,3 | 3,5 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 13% | 12% | 15% | 22% | 29% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | TORREJAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 70 | 70 | 100 | 254 | 9,24 | 1,33 | 50,47 | 12,6 | 3,57 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | LUNA DE SANDÍA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| | | | C079 | Sandía, cruda | 275 | 110 | 40 | 19 | 0,44 | 0 | 4,07 | 4,4 | 0,33 | 83,5 |
| | | | Total | | | | | 380,8 | 16,0 | 10,4 | 54,7 | 223,1 | 4,1 | 261,2 |
| | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | Adecuación | | | | | | 13% | 16% | 11% | 13% | 20% | 34% | 17% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 98 | 70,56 | 72 | 93 | 0,77616 | 0,14112 | 21,37968 | 2,1168 | 0,3528 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | CUBOS DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 200 | 110 | 55 | 62 | 0,66 | 0,11 | 13,64 | 17,6 | 0,55 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 260,1 | 7,6 | 9,2 | 35,1 | 224,8 | 1,0 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 9% | 7% | 9% | 9% | 20% | 9% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA FRITA CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 70 | 70 | 100 | 266 | 6,37 | 2,59 | 51,73 | 2,8 | 1,89 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | D012 | Aceite de soya | 2 | 2 | 100 | 18 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANZANA | C055 | Manzana de agua, cruda | 170 | 110,5 | 65 | 59 | 1,8785 | 1,105 | 10,166 | 13,26 | 0,442 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 447,9 | 14,4 | 14,6 | 62,0 | 221,2 | 2,5 | 261,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 14% | 15% | 15% | 20% | 21% | 17% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | SANDWICH DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 70 | 70 | 100 | 195 | 6,23 | 1,12 | 39,76 | 17,5 | 1,33 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | TROZO DE SANDÍA | C079 | Sandía, cruda | 275 | 110 | 40 | 19 | 0,44 | 0 | 4,07 | 4,4 | 0,33 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 318,7 | 12,8 | 10,0 | 43,9 | 227,0 | 1,8 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 13% | 10% | 11% | 21% | 15% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | PORCIÓN DE QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAN DE SAL | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 70 | 70 | 100 | 195 | 6,23 | 1,12 | 39,76 | 17,5 | 1,33 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | MANGO | C051 | Mango común, crudo | 220 | 110 | 50 | 87 | 0,66 | 0 | 18,81 | 16,5 | 0,55 | 83,5 |
| | | | | Total | | | | 386,9 | 13,0 | 10,0 | 58,7 | 239,1 | 2,0 | 247,5 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | | Adecuación | | | | 13% | 13% | 10% | 14% | 22% | 17% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio AM - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **24** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPA CON QUESO RALLADO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 70 | 70 | 100 | 266 | 6,37 | 2,59 | 51,73 | 2,8 | 1,89 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | NARANJA | C062 | Naranja, cruda | 184 | 110,4 | 60 | 45 | 0,7728 | 0,3312 | 9,7152 | 36,432 | 1,4352 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 416,6 | 13,3 | 11,8 | 61,6 | 244,3 | 3,5 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 13% | 12% | 15% | 22% | 29% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 70 | 70 | 100 | 254 | 9,24 | 1,33 | 50,47 | 12,6 | 3,57 | 116 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 13,7 |
| FRUTA | GRUPO II | MANDARINA | C050 | Mandarina, cruda | 157 | 109,9 | 70 | 59 | 0,9891 | 0,1099 | 12,5286 | 38,465 | 0,3297 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 421,5 | 16,6 | 10,6 | 63,1 | 257,1 | 4,1 | 261,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 16% | 11% | 16% | 23% | 34% | 17% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio AM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | QUESO | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 98 | 70,56 | 72 | 93 | 0,77616 | 0,14112 | 21,37968 | 2,1168 | 0,3528 | 116 |
| FRUTA | GRUPO II | REBANADA DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 200 | 110 | 55 | 62 | 0,66 | 0,11 | 13,64 | 17,6 | 0,55 | 83,5 |
| **Total** | | | | | | | | 260,1 | 7,6 | 9,2 | 35,1 | 224,8 | 1,0 | 247,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 9% | 7% | 9% | 9% | 20% | 9% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

# 8.Menús Almuerzo

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SANCOCHO | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 32 | 0,18 | 0,06 | 7,48 | 3,2 | 0,06 | 2,8 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 25 | 17 | 68 | 28 | 0,204 | 0,034 | 6,681 | 1,36 | 0,068 | 4,42 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 10 | 6,8 | 68 | 11 | 1,4416 | 0,5984 | 0 | 0,408 | 0,1836 | 4,488 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 95 | 6 | 0,1995 | 0,01425 | 1,09725 | 3,42 | 0,04275 | 0,57 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 10 | 7,7 | 77 | 14 | 0,1232 | 1,0241 | 0,77 | 0,77 | 0,0308 | 0,462 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 400,2 | 15,3 | 12,7 | 54,5 | 39,9 | 2,8 | 322,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 34% | 29% | 30% | 6% | 51% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,195 | 0,055 | 3,01 | 3 | 0,23 | 0,75 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 30 | 27 | 90 | 26 | 0,54 | 0,054 | 5,643 | 2,16 | 0,216 | 2,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | TORTICAS DE HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 6,255 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 95 | 4 | 0,133 | 0,0095 | 0,7315 | 2,28 | 0,0285 | 0,38 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| | | JUGO DE LULO CON LECHE | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Total | | | | | | 459,1 | 16,3 | 15,5 | 61,3 | 178,4 | 3,0 | 425,1 |
| | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | Adecuación | | | | | | 35% | 36% | 36% | 34% | 25% | 54% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | CREMA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 5 | 4,25 | 85 | 2 | 0,102 | 0,0085 | 0,22525 | 2,0825 | 0,0765 | 9,01 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 92 | 20 | 0,368 | 0,0736 | 4,2872 | 1,104 | 0,0736 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PATACÓN DE PLATANO VERDE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 95 | 1 | 0,0266 | 0,0019 | 0,1463 | 0,456 | 0,0057 | 0,076 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 454,3 | 16,4 | 14,6 | 61,9 | 163,6 | 1,5 | 389,1 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 35% | 36% | 34% | 34% | 23% | 27% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,14 | 0,075 | 3,02 | 5,95 | 0,265 | 0,5 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 50 | 42,5 | 85 | 13 | 0,34 | 0,085 | 2,465 | 8,5 | 0,34 | 0,425 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 95 | 68,4 | 72 | 90 | 0,7524 | 0,1368 | 20,7252 | 2,052 | 0,342 | 2,736 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 406,3 | 14,3 | 13,1 | 55,8 | 28,6 | 2,6 | 301,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 31% | 4% | 47% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,66 | 0,095 | 3,605 | 0,9 | 0,255 | 0,1 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 2 | 2 | 100 | 15 | 0,012 | 1,62 | 0 | 0,06 | 0,002 | 13,7 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 0,65 | 0,075 | 3,735 | 1,25 | 0,195 | 0,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CASCOS DE PAPA DORADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 100 | 8 | 0 | 0 | 1,986 | 0 | 0,002 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 414,6 | 15,6 | 13,7 | 55,4 | 148,7 | 1,7 | 376,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 34% | 32% | 30% | 21% | 31% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO FRITO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 66 | 10,058 | 2,82 | 0,094 | 7,99 | 0,376 | 24,44 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | GARBANZOS GUISADOS | T019 | Garbanzo, crudo | 5 | 5 | 100 | 20 | 0,995 | 0,275 | 2,94 | 6 | 0,32 | 1,5 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 85 | 16 | 0,238 | 0,034 | 3,23 | 9,18 | 0,136 | 11,9 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 10 | 10 | 100 | 36 | 1,32 | 0,19 | 7,21 | 1,8 | 0,51 | 0,2 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,042 | 0,007 | 6,314 | 2,94 | 0,343 | 2,73 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 397,3 | 15,6 | 13,7 | 50,8 | 38,2 | 2,3 | 318,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 34% | 32% | 28% | 5% | 40% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0,361 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 0,65 | 0,075 | 3,735 | 1,25 | 0,195 | 0,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 45 | 0,252 | 0,084 | 10,472 | 4,48 | 0,084 | 3,92 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRIA DE VERDURAS CON MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 13 | 7,8 | 60 | 5 | 0,1326 | 0,0078 | 0,975 | 0,78 | 0,0624 | 0,078 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 343,0 | 14,1 | 9,7 | 48,4 | 34,8 | 2,4 | 328,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 31% | 22% | 27% | 5% | 42% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO ACARAMELADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 66 | 10,058 | 2,82 | 0,094 | 7,99 | 0,376 | 24,44 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | | | Tomillo y Laurel | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE ZANAHORIA | A053 | Maíz tierno, crudo | 10 | 10 | 100 | 15 | 0,34 | 0,12 | 3,05 | 0,5 | 0,08 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,66 | 0,095 | 3,605 | 0,9 | 0,255 | 0,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CROQUETA DE YUCA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 19 | 0,108 | 0,036 | 4,488 | 1,92 | 0,036 | 1,68 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 10 | 10 | 100 | 38 | 0,91 | 0,37 | 7,39 | 0,4 | 0,27 | 0,1 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, APIO Y PIÑA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B014 | Apio, crudo | 10 | 5 | 50 | 1 | 0,035 | 0,01 | 0,23 | 2,1 | 0,02 | 4 |
| | | | C072 | Piña, cruda | 15 | 8,25 | 55 | 5 | 0,0495 | 0,00825 | 1,023 | 1,32 | 0,04125 | 0,2475 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 100 | 8 | 0 | 0 | 1,986 | 0 | 0,002 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Total | | | | | | 442,7 | 18,2 | 14,1 | 59,4 | 154,1 | 2,0 | 362,2 |
| | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | Adecuación | | | | | | 34% | 40% | 33% | 33% | 22% | 36% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

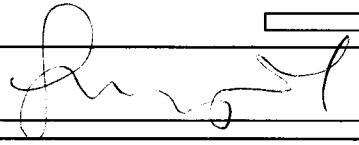
**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 5 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0,361 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 85 | 16 | 0,238 | 0,034 | 3,23 | 9,18 | 0,136 | 11,9 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 10 | 10 | 100 | 36 | 1,32 | 0,19 | 7,21 | 1,8 | 0,51 | 0,2 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 403,8 | 12,5 | 14,1 | 54,1 | 62,1 | 2,7 | 365,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 28% | 32% | 30% | 9% | 47% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**



**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 10 | 10 | 100 | 41 | 1,69 | 0,75 | 6,41 | 5,4 | 0,45 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAPA CHORRIADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 417,2 | 15,9 | 14,4 | 54,3 | 154,4 | 1,8 | 403,0 |
| | | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | | Adecuación | | | | 32% | 35% | 33% | 30% | 22% | 31% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 5 | 5 | 100 | 20 | 0,995 | 0,275 | 2,94 | 6 | 0,32 | 1,5 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 85 | 1 | 0,017 | 0,0051 | 0,1071 | 0,119 | 0,0068 | 0,034 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 10 | 5,5 | 55 | 1 | 0,044 | 0,0055 | 0,143 | 1,155 | 0,0495 | 0,33 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 95 | 4 | 0,133 | 0,0095 | 0,7315 | 2,28 | 0,0285 | 0,38 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,042 | 0,007 | 6,314 | 2,94 | 0,343 | 2,73 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 399,7 | 14,4 | 13,3 | 54,2 | 29,3 | 2,6 | 313,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 31% | 30% | 4% | 47% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 92 | 20 | 0,368 | 0,0736 | 4,2872 | 1,104 | 0,0736 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 26 | 26 | 100 | 96 | 3,38 | 0,39 | 19,422 | 6,5 | 1,014 | 1,56 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| | | | K033 | Panela | 3 | 3 | 100 | 11 | 0,018 | 0,003 | 2,706 | 1,26 | 0,147 | 1,17 |
| | | | | Canela | cs | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 95 | 6 | 0,1995 | 0,01425 | 1,09725 | 3,42 | 0,04275 | 0,57 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 491,0 | 17,1 | 17,7 | 62,7 | 162,2 | 2,4 | 358,3 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 38% | 38% | 41% | 34% | 23% | 42% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON PLATANO VERDE | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 10 | 10 | 100 | 39 | 2,28 | 0,15 | 6,04 | 11,9 | 0,53 | 1 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 92 | 62,56 | 68 | 104 | 0,75072 | 0,12512 | 24,58608 | 5,0048 | 0,25024 | 16,2656 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 22 | 22 | 100 | 78 | 1,474 | 0,088 | 17,622 | 1,98 | 0,176 | 0,44 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y ZANAHORIA | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 15 | 11,25 | 75 | 2 | 0,05625 | 0,01125 | 0,25875 | 2,025 | 0,03375 | 0,225 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | B077 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 110 | 60,5 | 55 | 34 | 0,363 | 0,0605 | B110 | 9,68 | 0,3025 | 1,815 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 442,0 | 15,5 | 13,1 | 54,4 | 40,1 | 2,7 | 321,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 34% | 30% | 30% | 6% | 49% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PALITOS DE PECHUGA APANADOS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 18 | 0,144 | 0,016 | 4,208 | 3,36 | 0,144 | 0,16 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 12 | 11,04 | 92 | 12 | 0,2208 | 0,04416 | 2,57232 | 0,6624 | 0,04416 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 22 | 22 | 100 | 78 | 1,474 | 0,088 | 17,622 | 1,98 | 0,176 | 0,44 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 65 | 46,8 | 72 | 62 | 0,5148 | 0,0936 | 14,1804 | 1,404 | 0,234 | 1,872 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | VERDURAS EN GOULASH | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 20 | 18 | 90 | 27 | 2,268 | 1,944 | 0,054 | 9,54 | 0,306 | 25,02 |
| | | | B048 | Guatila, sin cáscara, cruda | 20 | 13 | 65 | 4 | 0,104 | 0 | 0,676 | 1,95 | 0,052 | 0,26 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 95 | 1 | 0,0266 | 0,0019 | 0,1463 | 0,456 | 0,0057 | 0,076 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 165 | 52,8 | 32 | 32 | 0,792 | 0,264 | 6,5472 | 4,752 | 0,8976 | 3,168 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 423,4 | 14,3 | 14,0 | 58,4 | 45,7 | 2,5 | 336,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 32% | 32% | 32% | 7% | 45% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| | | | G001 | Crema de leche | 5 | 5 | 100 | 17 | 0,105 | 1,75 | 0,085 | 3,4 | 0 | 2,3 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 10 | 10 | 100 | 37 | 1,3 | 0,15 | 7,47 | 2,5 | 0,39 | 0,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 95 | 1 | 0,0266 | 0,0019 | 0,1463 | 0,456 | 0,0057 | 0,076 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 45 | 30,6 | 68 | 51 | 0,3672 | 0,0612 | 12,0258 | 2,448 | 0,1224 | 7,956 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA | B044 | Espinaca, cruda | 20 | 12 | 60 | 4 | 0,348 | 0,024 | 0,456 | 14,76 | 0,288 | 7,92 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 10 | 10 | 100 | 30 | 1,75 | 2,55 | 0,03 | 58,6 | 0,04 | 93,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 462,7 | 17,8 | 16,9 | 58,8 | 222,1 | 1,9 | 489,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 36% | 39% | 39% | 32% | 32% | 34% | 43% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,14 | 0,075 | 3,02 | 5,95 | 0,265 | 0,5 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 413,5 | 14,4 | 13,1 | 57,7 | 25,2 | 2,6 | 322,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 30% | 32% | 4% | 46% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,264 | 0,038 | 1,442 | 0,36 | 0,102 | 0,04 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 10 | 10 | 100 | 39 | 1,25 | 0,18 | 7,21 | 3,6 | 0,27 | 0,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,26 | 0,03 | 1,494 | 0,5 | 0,078 | 0,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAPA SALADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 95 | 4 | 0,133 | 0,0095 | 0,7315 | 2,28 | 0,0285 | 0,38 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 1 | 1 | 100 | 4 | 0 | 0 | 0,993 | 0 | 0,001 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 432,7 | 17,1 | 13,3 | 58,8 | 152,9 | 1,8 | 373,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 38% | 31% | 32% | 22% | 32% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 5 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 40 | 34 | 85 | 10 | 0,272 | 0,068 | 1,972 | 6,8 | 0,272 | 0,34 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 383,9 | 13,6 | 11,2 | 55,3 | 59,4 | 3,2 | 353,4 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 30% | 30% | 26% | 30% | 8% | 57% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | CARNE GUISADA | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 32 | 0,18 | 0,06 | 7,48 | 3,2 | 0,06 | 2,8 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 25 | 17 | 68 | 28 | 0,204 | 0,034 | 6,681 | 1,36 | 0,068 | 4,42 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 10 | 6,8 | 68 | 11 | 1,4416 | 0,5984 | 0 | 0,408 | 0,1836 | 4,488 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | ARROZ AL AJO | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0,361 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | ZANAHORIA RALLADA, | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | TOMATE, CABEZONA Y | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 95 | 4 | 0,133 | 0,0095 | 0,7315 | 2,28 | 0,0285 | 0,38 |
| | | CILANTRO | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 411,0 | 15,2 | 13,3 | 56,0 | 32,2 | 2,5 | 360,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 33% | 31% | 31% | 5% | 44% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 5 | 5 | 100 | 20 | 0,995 | 0,275 | 2,94 | 6 | 0,32 | 1,5 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 85 | 1 | 0,017 | 0,0051 | 0,1071 | 0,119 | 0,0068 | 0,034 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 10 | 5,5 | 55 | 1 | 0,044 | 0,0055 | 0,143 | 1,155 | 0,0495 | 0,33 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 95 | 4 | 0,133 | 0,0095 | 0,7315 | 2,28 | 0,0285 | 0,38 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,042 | 0,007 | 6,314 | 2,94 | 0,343 | 2,73 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 399,7 | 14,4 | 13,3 | 54,2 | 29,3 | 2,6 | 313,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 31% | 30% | 4% | 47% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,66 | 0,095 | 3,605 | 0,9 | 0,255 | 0,1 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 2 | 2 | 100 | 15 | 0,012 | 1,62 | 0 | 0,06 | 0,002 | 13,7 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 100 | 10 | 0,2 | 0,01 | 2,09 | 0,6 | 0,03 | 0,6 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 5 | 5 | 100 | 21 | 0,735 | 0,43 | 3,31 | 2,7 | 0,2 | 0,95 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAPA FRANCESA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO CON LECHE | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 100 | 8 | 0 | 0 | 1,986 | 0 | 0,002 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 398,0 | 15,3 | 14,0 | 50,7 | 151,3 | 1,5 | 377,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 34% | 32% | 28% | 22% | 27% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 13 | 0,108 | 0,012 | 3,156 | 2,52 | 0,108 | 0,12 |
| | | | G001 | Crema de leche | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,063 | 1,05 | 0,051 | 2,04 | 0 | 1,38 |
| | | | B047 | Guascas, crudas | 3 | 1,05 | 35 | 1 | 0,0336 | 0,00525 | 0,08715 | 2,5725 | 0,07455 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 15 | 13,8 | 92 | 15 | 0,276 | 0,0552 | 3,2154 | 0,828 | 0,0552 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 15 | 15 | 100 | 57 | 1,365 | 0,555 | 11,085 | 0,6 | 0,405 | 0,15 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA, CABEZONA Y TOMATE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 10 | 7,7 | 77 | 14 | 0,1232 | 1,0241 | 0,77 | 0,77 | 0,0308 | 0,462 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 455,7 | 17,7 | 14,5 | 61,0 | 177,0 | 1,7 | 371,0 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 35% | 39% | 33% | 33% | 25% | 31% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| | | | B084 | Plátano colí o guineo, verde, crudo | 35 | 21 | 60 | 27 | 0,273 | 0,021 | 6,363 | 0,84 | 0,147 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 35 | 35 | 100 | 34 | 0,7 | 0,035 | 7,315 | 2,1 | 0,105 | 2,1 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 45 | 0,252 | 0,084 | 10,472 | 4,48 | 0,084 | 3,92 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 8 | 0,224 | 0,016 | 1,648 | 2,56 | 0,128 | 11,36 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 439,9 | 17,3 | 13,2 | 61,6 | 152,8 | 2,5 | 413,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 38% | 30% | 34% | 22% | 45% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,195 | 0,055 | 3,01 | 3 | 0,23 | 0,75 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 90 | 35 | 0,72 | 0,072 | 7,524 | 2,88 | 0,288 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PURÉ DE PAPA CON MAYONESA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 3 | 3 | 100 | 27 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 352,5 | 11,8 | 9,4 | 53,5 | 54,8 | 2,2 | 370,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 26% | 22% | 29% | 8% | 40% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DESMECHADO | F099 | Res, carne magra, cruda | 24 | 24 | 100 | 33 | 5,232 | 1,368 | 0 | 1,44 | 0,648 | 12,24 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 24 | 24 | 100 | 34 | 5,136 | 1,44 | 0,048 | 4,08 | 0,192 | 12,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 100 | 19 | 1,14 | 0,075 | 3,02 | 5,95 | 0,265 | 0,5 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 415,7 | 14,5 | 13,3 | 57,8 | 29,7 | 2,1 | 312,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 31% | 32% | 4% | 37% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertanencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 93 | 63 | 7,89291 | 3,50796 | 0,03813 | 4,1943 | 0,26691 | 24,0219 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 18 | 0,144 | 0,016 | 4,208 | 3,36 | 0,144 | 0,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 10 | 9,2 | 92 | 10 | 0,184 | 0,0368 | 2,1436 | 0,552 | 0,0368 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 100 | 85 | 1,608 | 0,096 | 19,224 | 2,16 | 0,192 | 0,48 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 85 | 1 | 0,017 | 0,0051 | 0,1071 | 0,119 | 0,0068 | 0,034 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 20 | 20 | 100 | 74 | 2,6 | 0,3 | 14,94 | 5 | 0,78 | 1,2 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 6 | 6 | 100 | 20 | 0,054 | 2,004 | 0,324 | 0,84 | 0,012 | 42,66 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE LULO CON LECHE | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 495,5 | 17,9 | 17,1 | 65,5 | 179,0 | 2,2 | 407,7 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 38% | 39% | 39% | 36% | 26% | 38% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 38 | 0,216 | 0,072 | 8,976 | 3,84 | 0,072 | 3,36 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 30 | 20,4 | 68 | 34 | 0,2448 | 0,0408 | 8,0172 | 1,632 | 0,0816 | 5,304 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 4,5 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 15 | 10,2 | 68 | 17 | 2,1624 | 0,8976 | 0 | 0,612 | 0,2754 | 6,732 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 0,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | ARROZ BLANCO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | MOJADAS CON CREMA | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | DE AGUACATE Y | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 15 | 11,55 | 77 | 21 | 0,1848 | 1,53615 | 1,155 | 1,155 | 0,0462 | 0,693 |
| | | CILANTRO | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 492,7 | 18,8 | 16,1 | 66,3 | 46,7 | 3,4 | 372,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 33% | 30% | 29% | 6% | 54% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 8 | 8 | 100 | 30 | 1,912 | 0,088 | 4,816 | 4,8 | 0,368 | 1,2 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 4,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | TORTICAS DE HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 0,4 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| | | JUGO DE LULO CON LECHE | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 551,9 | 19,4 | 16,6 | 78,4 | 192,5 | 3,8 | 485,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 34% | 31% | 34% | 24% | 62% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | CREMA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,189 | 0 | 0,648 | 3,6 | 0,09 | 0,54 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 3 | 0,204 | 0,017 | 0,4505 | 4,165 | 0,153 | 18,02 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 25 | 23 | 92 | 24 | 0,46 | 0,092 | 5,359 | 1,38 | 0,092 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 25 | 10 | 40 | 4 | 0,12 | 0,01 | 0,68 | 5,7 | 0,05 | 1,5 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PATACÓN DE PLATANO | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 55 | 37,4 | 68 | 62 | 0,4488 | 0,0748 | 14,6982 | 2,992 | 0,1496 | 9,724 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 3 | 2,85 | 95 | 1 | 0,0399 | 0,00285 | 0,21945 | 0,684 | 0,00855 | 0,114 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 529,2 | 18,6 | 17,2 | 72,3 | 175,4 | 1,9 | 443,5 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 32% | 33% | 32% | 32% | 22% | 30% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 60 | 65 | 85 | 20 | 0,52 | 0,13 | 3,77 | 13 | 0,52 | 0,65 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 108 | 77,76 | 72 | 103 | 0,85536 | 0,15552 | 23,56128 | 2,3328 | 0,3888 | 3,1104 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 500,6 | 17,6 | 16,7 | 67,5 | 38,9 | 3,3 | 345,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 31% | 31% | 30% | 5% | 53% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,924 | 0,133 | 5,047 | 1,26 | 0,357 | 0,14 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 3 | 3 | 100 | 22 | 0,018 | 2,43 | 0 | 0,09 | 0,003 | 20,55 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 12 | 10,8 | 90 | 5 | 0,2268 | 0 | 0,7776 | 4,32 | 0,108 | 0,648 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,78 | 0,09 | 4,482 | 1,5 | 0,234 | 0,36 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCOS DE PAPA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 35 | 35 | 100 | 34 | 0,7 | 0,035 | 7,315 | 2,1 | 0,105 | 2,1 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 496,6 | 17,8 | 16,1 | 68,0 | 152,8 | 2,0 | 427,4 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 30% | 31% | 30% | 30% | 19% | 33% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO FRITO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 65 | 65 | 100 | 91 | 13,91 | 3,9 | 0,13 | 11,05 | 0,52 | 33,8 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | GARBANZOS GUISADOS | T019 | Garbanzo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,592 | 0,44 | 4,704 | 9,6 | 0,512 | 2,4 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 45 | 65 | 100 | 62 | 1,3 | 0,065 | 13,585 | 3,9 | 0,195 | 3,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 45 | 38,25 | 85 | 18 | 0,26775 | 0,03825 | 3,63375 | 10,3275 | 0,153 | 13,3875 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 535,9 | 22,7 | 17,9 | 68,4 | 53,9 | 3,2 | 380,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 40% | 33% | 30% | 7% | 51% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0,5415 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 8 | 7,2 | 90 | 3 | 0,1512 | 0 | 0,5184 | 2,88 | 0,072 | 0,432 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 65 | 85 | 31 | 0,455 | 0,065 | 6,175 | 17,55 | 0,26 | 22,75 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 3 | 3 | 100 | 3 | 0,06 | 0,003 | 0,627 | 0,18 | 0,009 | 0,18 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 100 | 56 | 1,95 | 0,225 | 11,205 | 3,75 | 0,585 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 40 | 16 | 40 | 6 | 0,192 | 0,016 | 1,088 | 9,12 | 0,08 | 2,4 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 51 | 0,288 | 0,096 | 11,968 | 5,12 | 0,096 | 4,48 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRIA DE VERDURAS CON MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 65 | 90 | 28 | 1,365 | 0 | 4,68 | 26 | 0,65 | 3,9 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 13 | 7,8 | 60 | 5 | 0,1326 | 0,0078 | 0,975 | 0,78 | 0,0624 | 0,078 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 490,3 | 19,2 | 12,7 | 71,5 | 82,2 | 3,8 | 404,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 34% | 23% | 31% | 10% | 61% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO ACARAMELADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 77 | 11,77 | 3,3 | 0,11 | 9,35 | 0,44 | 28,6 |
| | | | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| | | | | Tomillo y Laurel | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE ZANAHORIA | A053 | Maíz tierno, crudo | 12 | 12 | 100 | 18 | 0,408 | 0,144 | 3,66 | 0,6 | 0,096 | 0,36 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,792 | 0,114 | 4,326 | 1,08 | 0,306 | 0,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CROQUETA DE YUCA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 25 | 0,144 | 0,048 | 5,984 | 2,56 | 0,048 | 2,24 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 15 | 15 | 100 | 57 | 1,365 | 0,555 | 11,085 | 0,6 | 0,405 | 0,15 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, APIO Y PIÑA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B014 | Apio, crudo | 12 | 6 | 50 | 2 | 0,042 | 0,012 | 0,276 | 2,52 | 0,024 | 4,8 |
| | | | C072 | Piña, cruda | 15 | 8,25 | 55 | 5 | 0,0495 | 0,00825 | 1,023 | 1,32 | 0,04125 | 0,2475 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 547,9 | 21,2 | 16,9 | 76,2 | 159,8 | 2,5 | 408,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 37% | 31% | 33% | 20% | 40% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 44 | 39,6 | 90 | 38 | 0,792 | 0,0792 | 8,2764 | 3,168 | 0,3168 | 3,96 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0,5415 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 45 | 38,25 | 85 | 18 | 0,26775 | 0,03825 | 3,63375 | 10,3275 | 0,153 | 13,3875 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 467,3 | 14,8 | 14,0 | 67,6 | 71,8 | 3,2 | 420,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 29% | 26% | 26% | 30% | 9% | 51% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 12 | 10,8 | 90 | 5 | 0,2268 | 0 | 0,7776 | 4,32 | 0,108 | 0,648 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 12 | 12 | 100 | 49 | 2,028 | 0,9 | 7,692 | 6,48 | 0,54 | 0,36 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PAPA CHORRIADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 50 | 50 | 100 | 48 | 1 | 0,05 | 10,45 | 3 | 0,15 | 3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,036 | 1,336 | 0,216 | 0,56 | 0,008 | 28,44 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 509,2 | 18,2 | 17,7 | 67,2 | 159,3 | 2,0 | 461,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 33% | 29% | 20% | 32% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 65 | 65 | 100 | 90 | 14,17 | 3,705 | 0 | 3,9 | 1,755 | 33,15 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,592 | 0,44 | 4,704 | 9,6 | 0,512 | 2,4 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 45 | 65 | 100 | 62 | 1,3 | 0,065 | 13,585 | 3,9 | 0,195 | 3,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 3 | 2,55 | 85 | 1 | 0,0255 | 0,00765 | 0,16065 | 0,1785 | 0,0102 | 0,051 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 55 | 37,4 | 68 | 62 | 0,4488 | 0,0748 | 14,6982 | 2,992 | 0,1496 | 9,724 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 12 | 6,6 | 55 | 1 | 0,0528 | 0,0066 | 0,1716 | 1,386 | 0,0594 | 0,396 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 12 | 11,4 | 95 | 5 | 0,1596 | 0,0114 | 0,8778 | 2,736 | 0,0342 | 0,456 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 514,3 | 20,0 | 16,5 | 69,4 | 37,9 | 3,5 | 365,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 35% | 30% | 30% | 5% | 57% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 60 | 55,8 | 93 | 93 | 11,5506 | 5,1336 | 0,0558 | 6,138 | 0,3906 | 35,154 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 17 | 15,3 | 90 | 7 | 0,3213 | 0 | 1,1016 | 6,12 | 0,153 | 0,918 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 25 | 23 | 92 | 24 | 0,46 | 0,092 | 5,359 | 1,38 | 0,092 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 37 | 37 | 100 | 137 | 4,81 | 0,555 | 27,639 | 9,25 | 1,443 | 2,22 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | | | Canela | cs | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 17 | 16,15 | 95 | 6 | 0,2261 | 0,01615 | 1,24355 | 3,876 | 0,04845 | 0,646 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 17 | 13,6 | 80 | 3 | 0,1224 | 0,0136 | 0,5576 | 1,224 | 0,068 | 0,816 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 11 | 11 | 100 | 99 | 0 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 602,0 | 22,5 | 20,6 | 78,4 | 170,6 | 3,1 | 411,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 37% | 40% | 38% | 34% | 21% | 50% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON PLATANO VERDE | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 60 | 65 | 68 | 108 | 0,78 | 0,13 | 25,545 | 5,2 | 0,26 | 16,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y ZANAHORIA | B103 | Tomate, crudo | 108 | 86,4 | 80 | 20 | 0,7776 | 0,0864 | 3,5424 | 7,776 | 0,432 | 5,184 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 3 | 2,25 | 75 | 0 | 0,01125 | 0,00225 | 0,05175 | 0,405 | 0,00675 | 0,045 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 3 | 2,55 | 85 | 1 | 0,01785 | 0,00255 | 0,24225 | 0,6885 | 0,0102 | 0,8925 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 507,8 | 17,8 | 16,6 | 69,5 | 37,6 | 3,1 | 364,6 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 31% | 31% | 30% | 5% | 50% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PALITOS DE PECHUGA APANADOS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 48 | 44,64 | 93 | 74 | 9,24048 | 4,10688 | 0,04464 | 4,9104 | 0,31248 | 28,1232 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 22 | 0,18 | 0,02 | 5,26 | 4,2 | 0,18 | 0,2 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 15 | 13,8 | 92 | 15 | 0,276 | 0,0552 | 3,2154 | 0,828 | 0,0552 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 33 | 33 | 100 | 116 | 2,211 | 0,132 | 26,433 | 2,97 | 0,264 | 0,66 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | MONEDITAS DE | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 65 | 46,8 | 72 | 62 | 0,5148 | 0,0936 | 14,1804 | 1,404 | 0,234 | 1,872 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | VERDURAS EN GOULASH | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 20 | 18 | 90 | 27 | 2,268 | 1,944 | 0,054 | 9,54 | 0,306 | 25,02 |
| | | | B048 | Guatila, sin cáscara, cruda | 12 | 7,8 | 65 | 2 | 0,0624 | 0 | 0,4056 | 1,17 | 0,0312 | 0,156 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 3 | 2,85 | 95 | 1 | 0,0399 | 0,00285 | 0,21945 | 0,684 | 0,00855 | 0,114 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 165 | 52,8 | 32 | 32 | 0,792 | 0,264 | 6,5472 | 4,752 | 0,8976 | 3,168 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 495,4 | 16,8 | 15,7 | 70,1 | 51,9 | 2,8 | 380,4 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 30% | 29% | 29% | 31% | 6% | 45% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | G001 | Crema de leche | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,147 | 2,45 | 0,119 | 4,76 | 0 | 3,22 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 12 | 10,8 | 90 | 5 | 0,2268 | 0 | 0,7776 | 4,32 | 0,108 | 0,648 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 12 | 12 | 100 | 45 | 1,56 | 0,18 | 8,964 | 3 | 0,468 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 3 | 2,85 | 95 | 1 | 0,0399 | 0,00285 | 0,21945 | 0,684 | 0,00855 | 0,114 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 55 | 37,4 | 68 | 62 | 0,4488 | 0,0748 | 14,6982 | 2,992 | 0,1496 | 9,724 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA | B044 | Espinaca, cruda | 25 | 15 | 60 | 5 | 0,435 | 0,03 | 0,57 | 18,45 | 0,36 | 9,9 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 12 | 12 | 100 | 36 | 2,1 | 3,06 | 0,036 | 70,32 | 0,048 | 112,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 559,6 | 20,9 | 20,2 | 72,2 | 246,7 | 2,3 | 564,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 37% | 37% | 32% | 31% | 38% | 47% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 65 | 68 | 108 | 0,78 | 0,13 | 25,545 | 5,2 | 0,26 | 16,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 20 | 65 | 80 | 34 | 0,91 | 0,065 | 6,695 | 10,4 | 0,52 | 46,15 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 567,2 | 18,5 | 16,8 | 82,5 | 43,8 | 3,6 | 413,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 35% | 32% | 31% | 36% | 5% | 58% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 48 | 44,64 | 93 | 74 | 9,24048 | 4,10688 | 0,04464 | 4,9104 | 0,31248 | 28,1232 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 3,753 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 3 | 3 | 100 | 11 | 0,396 | 0,057 | 2,163 | 0,54 | 0,153 | 0,06 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 12 | 10,8 | 90 | 5 | 0,2268 | 0 | 0,7776 | 4,32 | 0,108 | 0,648 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 12 | 12 | 100 | 46 | 1,5 | 0,216 | 8,652 | 4,32 | 0,324 | 0,84 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 3 | 3 | 100 | 11 | 0,39 | 0,045 | 2,241 | 0,75 | 0,117 | 0,18 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PAPA SALADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 50 | 50 | 100 | 48 | 1 | 0,05 | 10,45 | 3 | 0,15 | 3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 12 | 9,6 | 80 | 2 | 0,0864 | 0,0096 | 0,3936 | 0,864 | 0,048 | 0,576 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 12 | 11,4 | 95 | 5 | 0,1596 | 0,0114 | 0,8778 | 2,736 | 0,0342 | 0,456 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 537,1 | 19,9 | 16,4 | 74,5 | 159,4 | 2,1 | 427,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 35% | 30% | 33% | 20% | 34% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 44 | 39,6 | 90 | 38 | 0,792 | 0,0792 | 8,2764 | 3,168 | 0,3168 | 3,96 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 45 | 38,25 | 85 | 11 | 0,306 | 0,0765 | 2,2185 | 7,65 | 0,306 | 0,3825 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 0,4 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 472,5 | 15,8 | 14,2 | 68,4 | 68,6 | 3,7 | 405,9 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 29% | 28% | 26% | 30% | 9% | 60% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 38 | 0,216 | 0,072 | 8,976 | 3,84 | 0,072 | 3,36 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 30 | 20,4 | 68 | 34 | 0,2448 | 0,0408 | 8,0172 | 1,632 | 0,0816 | 5,304 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 4,5 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 15 | 10,2 | 68 | 17 | 2,1624 | 0,8976 | 0 | 0,612 | 0,2754 | 6,732 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | ARROZ BLANCO | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0,5415 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | MOJADAS CON CREMA | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | DE AGUACATE Y | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 95 | 6 | 0,1995 | 0,01425 | 1,09725 | 3,42 | 0,04275 | 0,57 |
| | | CILANTRO | D020 | Mayonesa, con sal | 6 | 6 | 100 | 20 | 0,054 | 2,004 | 0,324 | 0,84 | 0,012 | 42,66 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 503,0 | 18,6 | 16,5 | 68,1 | 40,0 | 3,0 | 418,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 33% | 30% | 30% | 5% | 49% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 65 | 65 | 100 | 90 | 14,17 | 3,705 | 0 | 3,9 | 1,755 | 33,15 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,592 | 0,44 | 4,704 | 9,6 | 0,512 | 2,4 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 45 | 65 | 100 | 62 | 1,3 | 0,065 | 13,585 | 3,9 | 0,195 | 3,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 3 | 2,55 | 85 | 1 | 0,0255 | 0,00765 | 0,16065 | 0,1785 | 0,0102 | 0,051 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 55 | 37,4 | 68 | 62 | 0,4488 | 0,0748 | 14,6982 | 2,992 | 0,1496 | 9,724 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 12 | 6,6 | 55 | 1 | 0,0528 | 0,0066 | 0,1716 | 1,386 | 0,0594 | 0,396 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 12 | 11,4 | 95 | 5 | 0,1596 | 0,0114 | 0,8778 | 2,736 | 0,0342 | 0,456 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 514,3 | 20,0 | 16,5 | 69,4 | 37,9 | 3,5 | 365,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 35% | 30% | 30% | 5% | 57% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,924 | 0,133 | 5,047 | 1,26 | 0,357 | 0,14 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 3 | 3 | 100 | 22 | 0,018 | 2,43 | 0 | 0,09 | 0,003 | 20,55 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 12 | 10,8 | 90 | 5 | 0,2268 | 0 | 0,7776 | 4,32 | 0,108 | 0,648 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 6 | 6 | 100 | 25 | 0,882 | 0,516 | 3,972 | 3,24 | 0,24 | 1,14 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PAPA FRANCESA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 35 | 35 | 100 | 34 | 0,7 | 0,035 | 7,315 | 2,1 | 0,105 | 2,1 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO CON LECHE | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 480,4 | 17,5 | 16,5 | 63,3 | 155,7 | 1,8 | 428,1 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 29% | 31% | 30% | 28% | 19% | 29% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 48 | 44,64 | 93 | 74 | 9,24048 | 4,10688 | 0,04464 | 4,9104 | 0,31248 | 28,1232 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 18 | 0,144 | 0,016 | 4,208 | 3,36 | 0,144 | 0,16 |
| | | | G001 | Crema de leche | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,084 | 1,4 | 0,068 | 2,72 | 0 | 1,84 |
| | | | B047 | Guascas, crudas | 4 | 1,4 | 35 | 1 | 0,0448 | 0,007 | 0,1162 | 3,43 | 0,0994 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 92 | 20 | 0,368 | 0,0736 | 4,2872 | 1,104 | 0,0736 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 0,2 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA, CABEZONA Y TOMATE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 10 | 7,7 | 77 | 14 | 0,1232 | 1,0241 | 0,77 | 0,77 | 0,0308 | 0,462 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| | | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 541,5 | 19,8 | 17,3 | 73,7 | 181,1 | 2,0 | 410,5 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 33% | 35% | 32% | 32% | 23% | 33% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B035 | Cilantro, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 3 | 0,1656 | 0,0432 | 0,4248 | 5,904 | 0,1296 | 3,312 |
| | | | B084 | Plátano colí o guíneo, verde, crudo | 40 | 65 | 60 | 83 | 0,845 | 0,065 | 19,695 | 2,6 | 0,455 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 51 | 0,288 | 0,096 | 11,968 | 5,12 | 0,096 | 4,48 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 20 | 65 | 80 | 34 | 0,91 | 0,065 | 6,695 | 10,4 | 0,52 | 46,15 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 594,5 | 21,0 | 16,1 | 88,9 | 169,3 | 3,6 | 502,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 36% | 37% | 30% | 39% | 21% | 58% | 42% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 50 | 45 | 90 | 44 | 0,9 | 0,09 | 9,405 | 3,6 | 0,36 | 4,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PURÉ DE PAPA CON MAYONESA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 50 | 50 | 100 | 48 | 1 | 0,05 | 10,45 | 3 | 0,15 | 3 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 442,7 | 13,4 | 11,5 | 68,9 | 66,4 | 2,6 | 435,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 23% | 21% | 30% | 8% | 43% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DESMECHADO | F099 | Res, carne magra, cruda | 26 | 26 | 100 | 36 | 5,668 | 1,482 | 0 | 1,56 | 0,702 | 13,26 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 26 | 26 | 100 | 36 | 5,564 | 1,56 | 0,052 | 4,42 | 0,208 | 13,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 8 | 8 | 100 | 31 | 1,824 | 0,12 | 4,832 | 9,52 | 0,424 | 0,8 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 65 | 68 | 108 | 0,78 | 0,13 | 25,545 | 5,2 | 0,26 | 16,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 72 | 48 | 0,396 | 0,072 | 10,908 | 1,08 | 0,18 | 1,44 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 65 | 80 | 15 | 0,585 | 0,065 | 2,665 | 5,85 | 0,325 | 3,9 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | **536,8** | **17,1** | **16,7** | **77,3** | **39,3** | **2,6** | **362,8** |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | **1629** | **57** | **54,3** | **228,1** | **800** | **6,2** | **1200** |
| **Adecuación** | | | | | | | | **33%** | **30%** | **31%** | **34%** | **5%** | **41%** | **30%** |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 48 | 44,64 | 93 | 74 | 9,24048 | 4,10688 | 0,04464 | 4,9104 | 0,31248 | 28,1232 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 24 | 19,2 | 80 | 21 | 0,1728 | 0,0192 | 5,0496 | 4,032 | 0,1728 | 0,192 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 12 | 10,2 | 85 | 5 | 0,0714 | 0,0102 | 0,969 | 2,754 | 0,0408 | 3,57 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 100 | 12 | 0,24 | 0,012 | 2,508 | 0,72 | 0,036 | 0,72 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 12 | 11,04 | 92 | 12 | 0,2208 | 0,04416 | 2,57232 | 0,6624 | 0,04416 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 3 | 2,55 | 85 | 1 | 0,0255 | 0,00765 | 0,16065 | 0,1785 | 0,0102 | 0,051 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 25 | 25 | 100 | 93 | 3,25 | 0,375 | 18,675 | 6,25 | 0,975 | 1,5 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,09 | 3,34 | 0,54 | 1,4 | 0,02 | 71,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE LULO CON LECHE | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 600,6 | 20,4 | 22,1 | 77,6 | 186,1 | 2,5 | 481,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 37% | 36% | 41% | 34% | 23% | 41% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 51 | 0,288 | 0,096 | 11,968 | 5,12 | 0,096 | 4,48 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 40 | 27,2 | 68 | 45 | 0,3264 | 0,0544 | 10,6896 | 2,176 | 0,1088 | 7,072 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 20 | 13,6 | 68 | 22 | 2,8832 | 1,1968 | 0 | 0,816 | 0,3672 | 8,976 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | ARROZ BLANCO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | MOJADAS CON CREMA | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | DE AGUACATE Y | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 25 | 19,25 | 77 | 34 | 0,308 | 2,56025 | 1,925 | 1,925 | 0,077 | 1,155 |
| | | CILANTRO | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 615,5 | 22,5 | 20,0 | 83,8 | 55,3 | 4,0 | 463,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 30% | 5% | 46% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 17 | 17 | 100 | 64 | 4,063 | 0,187 | 10,234 | 10,2 | 0,782 | 2,55 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | TORTICAS DE HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVA | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| | | JUGO DE LULO CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 630,7 | 22,5 | 17,2 | 92,6 | 222,7 | 4,3 | 576,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 26% | 33% | 20% | 49% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | CREMA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 90 | 12 | 0,567 | 0 | 1,944 | 10,8 | 0,27 | 1,62 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 5 | 0,306 | 0,0255 | 0,67575 | 6,2475 | 0,2295 | 27,03 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 35 | 35 | 100 | 34 | 0,7 | 0,035 | 7,315 | 2,1 | 0,105 | 2,1 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 30 | 27,6 | 92 | 29 | 0,552 | 0,1104 | 6,4308 | 1,656 | 0,1104 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 30 | 12 | 40 | 4 | 0,144 | 0,012 | 0,816 | 6,84 | 0,06 | 1,8 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVA | GRUPO I | PATACON DE PLATANO VERDE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 4 | 3,8 | 95 | 2 | 0,0532 | 0,0038 | 0,2926 | 0,912 | 0,0114 | 0,152 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 619,8 | 21,3 | 17,8 | 90,0 | 208,2 | 2,3 | 542,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 30% | 27% | 32% | 19% | 26% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 17 | 17 | 100 | 66 | 3,876 | 0,255 | 10,268 | 20,23 | 0,901 | 1,7 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 65 | 55,25 | 85 | 17 | 0,442 | 0,1105 | 3,2045 | 11,05 | 0,442 | 0,5525 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 142 | 102,24 | 72 | 135 | 1,12464 | 0,20448 | 30,97872 | 3,0672 | 0,5112 | 4,0896 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 635,5 | 22,2 | 20,4 | 87,1 | 50,6 | 4,1 | 429,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 31% | 31% | 5% | 47% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 9 | 9 | 100 | 33 | 1,188 | 0,171 | 6,489 | 1,62 | 0,459 | 0,18 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 4 | 4 | 100 | 29 | 0,024 | 3,24 | 0 | 0,12 | 0,004 | 27,4 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 100 | 56 | 1,95 | 0,225 | 11,205 | 3,75 | 0,585 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CASCOS DE PAPA DORADA | B075 | cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 17 | 13,6 | 80 | 7 | 0,1904 | 0,0136 | 1,4008 | 2,176 | 0,1088 | 9,656 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 17 | 14,45 | 85 | 7 | 0,10115 | 0,01445 | 1,37275 | 3,9015 | 0,0578 | 5,0575 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 4 | 2 | 50 | 1 | 0,006 | 0,006 | 0,186 | 0,38 | 0,01 | 0,08 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 615,8 | 21,3 | 19,7 | 86,0 | 160,4 | 2,7 | 519,5 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 31% | 31% | 30% | 31% | 15% | 31% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO FRITO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,482 | 3,78 | 0,126 | 10,71 | 0,504 | 32,76 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | GARBANZOS GUISADOS | T019 | Garbanzo, crudo | 17 | 17 | 100 | 67 | 3,383 | 0,935 | 9,996 | 20,4 | 1,088 | 5,1 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 55 | 46,75 | 85 | 22 | 0,32725 | 0,04675 | 4,44125 | 12,6225 | 0,187 | 16,3625 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 0,24 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| | | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 9 | 9 | 100 | 33 | 0,054 | 0,009 | 8,118 | 3,78 | 0,441 | 3,51 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 704,6 | 29,0 | 28,5 | 79,6 | 241,5 | 3,8 | 738,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 35% | 42% | 43% | 29% | 22% | 44% | 49% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Cuarto y Quinto |
| **MENÚ No.** | 7 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0,722 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 17 | 15,3 | 90 | 7 | 0,3213 | 0 | 1,1016 | 6,12 | 0,153 | 0,918 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 4 | 4 | 100 | 4 | 0,08 | 0,004 | 0,836 | 0,24 | 0,012 | 0,24 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 20 | 20 | 100 | 74 | 2,6 | 0,3 | 14,94 | 5 | 0,78 | 1,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 30 | 12 | 40 | 4 | 0,144 | 0,012 | 0,816 | 6,84 | 0,06 | 1,8 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 65 | 52 | 80 | 83 | 0,468 | 0,156 | 19,448 | 8,32 | 0,156 | 7,28 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRIA DE VERDURAS CON MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 13 | 7,8 | 60 | 5 | 0,1326 | 0,0078 | 0,975 | 0,78 | 0,0624 | 0,078 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 584,6 | 21,4 | 16,7 | 84,6 | 64,3 | 3,9 | 503,3 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 29% | 31% | 25% | 30% | 6% | 45% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **8** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO ACARAMELADO | Cerdo, carne magra, cruda | F011 | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,482 | 3,78 | 0,126 | 10,71 | 0,504 | 32,76 |
| | | | Panela | K033 | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| | | | Tomillo y Laurel | | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE ZANAHORIA | Maíz tierno, crudo | A053 | 15 | 15 | 100 | 23 | 0,51 | 0,18 | 4,575 | 0,75 | 0,12 | 0,45 |
| | | | Zanahoria, sin cáscara, cruda | B110 | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | B075 | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | A038 | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,924 | 0,133 | 5,047 | 1,26 | 0,357 | 0,14 |
| | | | Cebolla junca, tallos, cruda | B029 | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | Cilantro, crudo | B035 | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | A010 | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | Cebolla junca, tallos, cruda | B029 | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CROQUETA DE YUCA | cáscara, cruda | B107 | 25 | 20 | 80 | 32 | 0,18 | 0,06 | 7,48 | 3,2 | 0,06 | 2,8 |
| | | | blanco, precocida | A034 | 17 | 17 | 100 | 65 | 1,547 | 0,629 | 12,563 | 0,68 | 0,459 | 0,17 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, APIO Y PIÑA | Zanahoria, sin | B110 | 17 | 14,45 | 85 | 7 | 0,10115 | 0,01445 | 1,37275 | 3,9015 | 0,0578 | 5,0575 |
| | | | Apio, crudo | B014 | 30 | 15 | 50 | 4 | 0,105 | 0,03 | 0,69 | 6,3 | 0,06 | 12 |
| | | | Piña, cruda | C072 | 4 | 2,2 | 55 | 1 | 0,0132 | 0,0022 | 0,2728 | 0,352 | 0,011 | 0,066 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | Tomate de árbol amarillo, crudo | C081 | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | | entera, en polvo | G008 | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | Sal | L015 | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | K003 | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | D012 | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 622,5 | 24,6 | 17,1 | 90,6 | 187,2 | 2,8 | 507,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 35% | 26% | 32% | 17% | 32% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 17 | 17 | 100 | 66 | 4,301 | 0,187 | 10,115 | 10,2 | 1,173 | 1,02 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0,722 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 55 | 46,75 | 85 | 22 | 0,32725 | 0,04675 | 4,44125 | 12,6225 | 0,187 | 16,3625 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 0,24 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 544,3 | 17,5 | 13,7 | 83,4 | 76,4 | 4,0 | 499,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 25% | 21% | 30% | 7% | 46% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 15 | 15 | 100 | 62 | 2,535 | 1,125 | 9,615 | 8,1 | 0,675 | 0,45 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAPA CHORRIADA | B075 | cáscara, cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 17 | 13,6 | 80 | 7 | 0,1904 | 0,0136 | 1,4008 | 2,176 | 0,1088 | 9,656 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 17 | 14,45 | 85 | 7 | 0,10115 | 0,01445 | 1,37275 | 3,9015 | 0,0578 | 5,0575 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,036 | 1,336 | 0,216 | 0,56 | 0,008 | 28,44 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 602,0 | 20,8 | 20,5 | 81,0 | 166,8 | 2,4 | 546,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 30% | 31% | 29% | 15% | 27% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 17 | 17 | 100 | 67 | 3,383 | 0,935 | 9,996 | 20,4 | 1,088 | 5,1 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 4 | 3,4 | 85 | 1 | 0,034 | 0,0102 | 0,2142 | 0,238 | 0,0136 | 0,068 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 10 | 5,5 | 55 | 1 | 0,044 | 0,0055 | 0,143 | 1,155 | 0,0495 | 0,33 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 6 | 3 | 50 | 1 | 0,009 | 0,009 | 0,279 | 0,57 | 0,015 | 0,12 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 9 | 9 | 100 | 33 | 0,054 | 0,009 | 8,118 | 3,78 | 0,441 | 3,51 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 629,4 | 22,2 | 20,0 | 87,3 | 54,9 | 4,3 | 448,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 30% | 31% | 5% | 49% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 30 | 27,6 | 92 | 29 | 0,552 | 0,1104 | 6,4308 | 1,656 | 0,1104 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 46 | 46 | 100 | 171 | 5,98 | 0,69 | 34,362 | 11,5 | 1,794 | 2,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 70 | 50,4 | 72 | 67 | 0,5544 | 0,1008 | 15,2712 | 1,512 | 0,252 | 2,016 |
| | | | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| | | | | Canela | cs | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 2,484 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 719,4 | 26,4 | 24,0 | 95,7 | 199,5 | 3,8 | 506,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 36% | 38% | 36% | 34% | 18% | 43% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **13** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON PLATANO VERDE | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 17 | 17 | 100 | 66 | 3,876 | 0,255 | 10,268 | 20,23 | 0,901 | 1,7 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 65 | 44,2 | 68 | 73 | 0,5304 | 0,0884 | 17,3706 | 3,536 | 0,1768 | 11,492 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y ZANAHORIA | B103 | Tomate, crudo | 142 | 113,6 | 80 | 26 | 1,0224 | 0,1136 | 4,6576 | 10,224 | 0,568 | 6,816 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 4 | 3 | 75 | 0 | 0,015 | 0,003 | 0,069 | 0,54 | 0,009 | 0,06 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 4 | 3,4 | 85 | 2 | 0,0238 | 0,0034 | 0,323 | 0,918 | 0,0136 | 1,19 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 585,5 | 22,2 | 20,3 | 75,4 | 51,7 | 3,9 | 444,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 29% | 32% | 30% | 27% | 5% | 45% | 30% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PALITOS DE PECHUGA APANADOS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 61 | 56,73 | 93 | 94 | 11,74311 | 5,21916 | 0,05673 | 6,2403 | 0,39711 | 35,7399 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 31 | 0,252 | 0,028 | 7,364 | 5,88 | 0,252 | 0,28 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 92 | 20 | 0,368 | 0,0736 | 4,2872 | 1,104 | 0,0736 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 45 | 45 | 100 | 159 | 3,015 | 0,18 | 36,045 | 4,05 | 0,36 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 65 | 46,8 | 72 | 62 | 0,5148 | 0,0936 | 14,1804 | 1,404 | 0,234 | 1,872 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | VERDURAS EN GOULASH | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 30 | 27 | 90 | 40 | 3,402 | 2,916 | 0,081 | 14,31 | 0,459 | 37,53 |
| | | | B048 | Guatila, sin cáscara, cruda | 30 | 19,5 | 65 | 5 | 0,156 | 0 | 1,014 | 2,925 | 0,078 | 0,39 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 4 | 3,8 | 95 | 2 | 0,0532 | 0,0038 | 0,2926 | 0,912 | 0,0114 | 0,152 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 165 | 52,8 | 32 | 32 | 0,792 | 0,264 | 6,5472 | 4,752 | 0,8976 | 3,168 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 606,7 | 21,6 | 18,8 | 85,7 | 63,7 | 3,3 | 479,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 31% | 28% | 31% | 6% | 38% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 54 | 50,22 | 93 | 83 | 10,39554 | 4,62024 | 0,05022 | 5,5242 | 0,35154 | 31,6386 |
| | | | G001 | Crema de leche | 5 | 5 | 100 | 17 | 0,105 | 1,75 | 0,085 | 3,4 | 0 | 2,3 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | #¡VALOR! | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D | #N/D |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 100 | 56 | 1,95 | 0,225 | 11,205 | 3,75 | 0,585 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 4 | 3,8 | 95 | 2 | 0,0532 | 0,0038 | 0,2926 | 0,912 | 0,0114 | 0,152 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA | B044 | Espinaca, cruda | 17 | 10,2 | 60 | 3 | 0,2958 | 0,0204 | 0,3876 | 12,546 | 0,2448 | 6,732 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 9 | 0,7938 | 0,6804 | 0,0189 | 3,339 | 0,1071 | 8,757 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 676,0 | 26,7 | 23,7 | 87,2 | 350,0 | 2,6 | 813,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 38% | 36% | 31% | 32% | 30% | 54% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

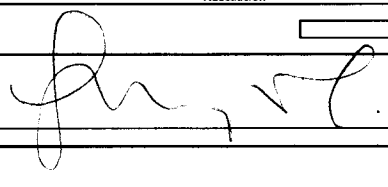
**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **16** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 17 | 17 | 100 | 66 | 3,876 | 0,255 | 10,268 | 20,23 | 0,901 | 1,7 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 70 | 50,4 | 72 | 67 | 0,5544 | 0,1008 | 15,2712 | 1,512 | 0,252 | 2,016 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 645,1 | 22,3 | 20,4 | 89,6 | 50,3 | 4,1 | 462,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 31% | 32% | 5% | 47% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**



**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 54 | 50,22 | 93 | 83 | 10,39554 | 4,62024 | 0,05022 | 5,5242 | 0,35154 | 31,6386 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 5 | 0,4536 | 0,3888 | 0,0108 | 1,908 | 0,0612 | 5,004 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 4 | 4 | 100 | 15 | 0,528 | 0,076 | 2,884 | 0,72 | 0,204 | 0,08 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 15 | 15 | 100 | 58 | 1,875 | 0,27 | 10,815 | 5,4 | 0,405 | 1,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 4 | 4 | 100 | 15 | 0,52 | 0,06 | 2,988 | 1 | 0,156 | 0,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAPA SALADA | B075 | cáscara, cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 95 | 6 | 0,1995 | 0,01425 | 1,09725 | 3,42 | 0,04275 | 0,57 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 644,9 | 22,9 | 19,9 | 90,3 | 167,8 | 2,5 | 527,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 33% | 30% | 32% | 15% | 29% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **18** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 17 | 17 | 100 | 66 | 4,301 | 0,187 | 10,115 | 10,2 | 1,173 | 1,02 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 55 | 46,75 | 85 | 14 | 0,374 | 0,0935 | 2,7115 | 9,35 | 0,374 | 0,4675 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 552,5 | 18,3 | 14,8 | 83,2 | 72,2 | 4,5 | 482,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 26% | 22% | 30% | 7% | 51% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 51 | 0,288 | 0,096 | 11,968 | 5,12 | 0,096 | 4,48 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 40 | 27,2 | 68 | 45 | 0,3264 | 0,0544 | 10,6896 | 2,176 | 0,1088 | 7,072 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 65 | 58,5 | 90 | 57 | 1,17 | 0,117 | 12,2265 | 4,68 | 0,468 | 5,85 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 20 | 13,6 | 68 | 22 | 2,8832 | 1,1968 | 0 | 0,816 | 0,3672 | 8,976 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | ARROZ BLANCO | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0,722 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | MOJADAS CON CREMA | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | DE AGUACATE Y | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | CILANTRO | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 620,4 | 22,4 | 19,7 | 85,9 | 50,4 | 3,7 | 517,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 31% | 5% | 42% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **20** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 17 | 17 | 100 | 67 | 3,383 | 0,935 | 9,996 | 20,4 | 1,088 | 5,1 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 4 | 3,4 | 85 | 1 | 0,034 | 0,0102 | 0,2142 | 0,238 | 0,0136 | 0,068 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 10 | 5,5 | 55 | 1 | 0,044 | 0,0055 | 0,143 | 1,155 | 0,0495 | 0,33 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 6 | 3 | 50 | 1 | 0,009 | 0,009 | 0,279 | 0,57 | 0,015 | 0,12 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 9 | 9 | 100 | 33 | 0,054 | 0,009 | 8,118 | 3,78 | 0,441 | 3,51 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 629,4 | 22,2 | 20,0 | 87,3 | 54,9 | 4,3 | 448,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 30% | 31% | 5% | 49% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 9 | 9 | 100 | 33 | 1,188 | 0,171 | 6,489 | 1,62 | 0,459 | 0,18 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 4 | 4 | 100 | 29 | 0,024 | 3,24 | 0 | 0,12 | 0,004 | 27,4 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 15 | 15 | 100 | 62 | 2,205 | 1,29 | 9,93 | 8,1 | 0,6 | 2,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PAPA FRANCESA | B075 | cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 17 | 13,6 | 80 | 7 | 0,1904 | 0,0136 | 1,4008 | 2,176 | 0,1088 | 9,656 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 17 | 14,45 | 85 | 7 | 0,10115 | 0,01445 | 1,37275 | 3,9015 | 0,0578 | 5,0575 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 4 | 2 | 50 | 1 | 0,006 | 0,006 | 0,186 | 0,38 | 0,01 | 0,08 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO CON LECHE | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 100 | 20 | 0 | 0 | 4,965 | 0 | 0,005 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 603,5 | 21,1 | 20,7 | 80,4 | 165,9 | 2,5 | 521,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 30% | 31% | 29% | 15% | 28% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 54 | 50,22 | 93 | 83 | 10,39554 | 4,62024 | 0,05022 | 5,5242 | 0,35154 | 31,6386 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 27 | 0,216 | 0,024 | 6,312 | 5,04 | 0,216 | 0,24 |
| | | | G001 | Crema de leche | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,084 | 1,4 | 0,068 | 2,72 | 0 | 1,84 |
| | | | B047 | Guascas, crudas | 4 | 1,4 | 35 | 1 | 0,0448 | 0,007 | 0,1162 | 3,43 | 0,0994 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 30 | 27,6 | 92 | 29 | 0,552 | 0,1104 | 6,4308 | 1,656 | 0,1104 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 25 | 25 | 100 | 95 | 2,275 | 0,925 | 18,475 | 1 | 0,675 | 0,25 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 6,255 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA, CABEZONA Y TOMATE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 12 | 9,24 | 77 | 17 | 0,14784 | 1,22892 | 0,924 | 0,924 | 0,03696 | 0,5544 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 4 | 2 | 50 | 1 | 0,006 | 0,006 | 0,186 | 0,38 | 0,01 | 0,08 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 4 | 4 | 100 | 36 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 625,9 | 22,6 | 17,2 | 91,7 | 188,1 | 2,5 | 492,3 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 31% | 32% | 26% | 33% | 17% | 28% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B035 | Cilantro, crudo | 17 | 15,3 | 90 | 7 | 0,3519 | 0,0918 | 0,9027 | 12,546 | 0,2754 | 7,038 |
| | | | B084 | Plátano coll o guíneo, verde, crudo | 30 | 18 | 60 | 23 | 0,234 | 0,018 | 5,454 | 0,72 | 0,126 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 100 | 29 | 0,6 | 0,03 | 6,27 | 1,8 | 0,09 | 1,8 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 65 | 52 | 80 | 83 | 0,468 | 0,156 | 19,448 | 8,32 | 0,156 | 7,28 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 625,0 | 23,0 | 20,5 | 85,0 | 193,7 | 3,5 | 597,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 33% | 31% | 30% | 18% | 40% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 17 | 17 | 100 | 64 | 4,063 | 0,187 | 10,234 | 10,2 | 0,782 | 2,55 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 60 | 54 | 90 | 52 | 1,08 | 0,108 | 11,286 | 4,32 | 0,432 | 5,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PURÉ DE PAPA CON MAYONESA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 60 | 60 | 100 | 58 | 1,2 | 0,06 | 12,54 | 3,6 | 0,18 | 3,6 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 539,6 | 16,7 | 12,7 | 86,5 | 72,4 | 3,2 | 518,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 24% | 19% | 31% | 7% | 37% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DESMECHADO | F099 | Res, carne magra, cruda | 32 | 32 | 100 | 44 | 6,976 | 1,824 | 0 | 1,92 | 0,864 | 16,32 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 32 | 32 | 100 | 45 | 6,848 | 1,92 | 0,064 | 5,44 | 0,256 | 16,64 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 17 | 17 | 100 | 66 | 3,876 | 0,255 | 10,268 | 20,23 | 0,901 | 1,7 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 70 | 50,4 | 72 | 67 | 0,5544 | 0,1008 | 15,2712 | 1,512 | 0,252 | 2,016 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 638,1 | 22,2 | 20,5 | 87,9 | 50,6 | 3,3 | 442,9 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 32% | 32% | 31% | 31% | 5% | 37% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 54 | 50,22 | 93 | 83 | 10,39554 | 4,62024 | 0,05022 | 5,5242 | 0,35154 | 31,6386 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 27 | 0,216 | 0,024 | 6,312 | 5,04 | 0,216 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 15 | 13,8 | 92 | 15 | 0,276 | 0,0552 | 3,2154 | 0,828 | 0,0552 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 4 | 3,4 | 85 | 1 | 0,034 | 0,0102 | 0,2142 | 0,238 | 0,0136 | 0,068 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 30 | 30 | 100 | 111 | 3,9 | 0,45 | 22,41 | 7,5 | 1,17 | 1,8 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B052 | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 90 | 12 | 0,567 | 0 | 1,944 | 10,8 | 0,27 | 1,62 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 15 | 15 | 100 | 49 | 0,135 | 5,01 | 0,81 | 2,1 | 0,03 | 106,65 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE LULO CON LECHE | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 698,4 | 23,2 | 24,4 | 93,6 | 195,5 | 3,0 | 601,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 35% | 33% | 37% | 34% | 18% | 35% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SANCOCHO | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 45 | 36 | 80 | 57 | 0,324 | 0,108 | 13,464 | 5,76 | 0,108 | 5,04 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 45 | 30,6 | 68 | 51 | 0,3672 | 0,0612 | 12,0258 | 2,448 | 0,1224 | 7,956 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 25 | 17 | 68 | 28 | 3,604 | 1,496 | 0 | 1,02 | 0,459 | 11,22 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 20 | 15,4 | 77 | 28 | 0,2464 | 2,0482 | 1,54 | 1,54 | 0,0616 | 0,924 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 3 | 0,1449 | 0,0378 | 0,3717 | 5,166 | 0,1134 | 2,898 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 757,8 | 28,1 | 23,8 | 105,0 | 64,3 | 4,8 | 478,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 32% | 29% | 30% | 6% | 51% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 25 | 25 | 100 | 94 | 5,975 | 0,275 | 15,05 | 15 | 1,15 | 3,75 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | TORTICAS DE HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,036 | 1,336 | 0,216 | 0,56 | 0,008 | 28,44 |
| | | JUGO DE LULO CON LECHE | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Total | | | | | | 765,0 | 25,9 | 19,7 | 116,2 | 234,0 | 4,9 | 589,8 |
| | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | Adecuación | | | | | | 31% | 30% | 24% | 33% | 21% | 52% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | CREMA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 3 | 0,204 | 0,017 | 0,4505 | 4,165 | 0,153 | 18,02 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 35 | 32,2 | 92 | 34 | 0,644 | 0,1288 | 7,5026 | 1,932 | 0,1288 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 35 | 14 | 40 | 5 | 0,168 | 0,014 | 0,952 | 7,98 | 0,07 | 2,1 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PATACÓN DE PLATANO | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 85 | 57,8 | 68 | 96 | 0,6936 | 0,1156 | 22,7154 | 4,624 | 0,2312 | 15,028 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 5 | 4,75 | 95 | 2 | 0,0665 | 0,00475 | 0,36575 | 1,14 | 0,01425 | 0,19 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 9 | 9 | 100 | 81 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 740,5 | 25,5 | 20,5 | 109,9 | 210,3 | 2,5 | 548,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 29% | 25% | 32% | 19% | 27% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 25 | 25 | 100 | 97 | 5,7 | 0,375 | 15,1 | 29,75 | 1,325 | 2,5 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 70 | 59,5 | 85 | 18 | 0,476 | 0,119 | 3,451 | 11,9 | 0,476 | 0,595 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 167 | 120,24 | 72 | 159 | 1,32264 | 0,24048 | 36,43272 | 3,6072 | 0,6012 | 4,8096 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 20 | 20 | 100 | 180 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 813,5 | 28,6 | 25,5 | 112,6 | 64,6 | 5,2 | 439,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 33% | 31% | 32% | 6% | 55% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 11 | 11 | 100 | 40 | 1,452 | 0,209 | 7,931 | 1,98 | 0,561 | 0,22 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 5 | 5 | 100 | 37 | 0,03 | 4,05 | 0 | 0,15 | 0,005 | 34,25 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 100 | 56 | 1,95 | 0,225 | 11,205 | 3,75 | 0,585 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCOS DE PAPA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 4,2 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 11 | 11 | 100 | 99 | 0 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 786,5 | 26,6 | 25,3 | 110,2 | 187,4 | 3,2 | 548,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 30% | 30% | 32% | 17% | 34% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO FRITO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 109 | 16,692 | 4,68 | 0,156 | 13,26 | 0,624 | 40,56 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | GARBANZOS GUISADOS | T019 | Garbanzo, crudo | 25 | 25 | 100 | 98 | 4,975 | 1,375 | 14,7 | 30 | 1,6 | 7,5 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 4,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 60 | 51 | 85 | 24 | 0,357 | 0,051 | 4,845 | 13,77 | 0,204 | 17,85 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 0,24 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 3,9 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 768,7 | 30,1 | 25,5 | 100,5 | 82,9 | 4,6 | 474,0 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 31% | 35% | 31% | 29% | 8% | 48% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 5 | 5 | 100 | 5 | 0,1 | 0,005 | 1,045 | 0,3 | 0,015 | 0,3 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 35 | 35 | 100 | 130 | 4,55 | 0,525 | 26,145 | 8,75 | 1,365 | 2,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 55 | 22 | 40 | 8 | 0,264 | 0,022 | 1,496 | 12,54 | 0,11 | 3,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 70 | 56 | 80 | 89 | 0,504 | 0,168 | 20,944 | 8,96 | 0,168 | 7,84 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRIA DE VERDURAS CON MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 35 | 31,5 | 90 | 14 | 0,6615 | 0 | 2,268 | 12,6 | 0,315 | 1,89 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 16 | 9,6 | 60 | 6 | 0,1632 | 0,0096 | 1,2 | 0,96 | 0,0768 | 0,096 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 779,5 | 28,4 | 20,9 | 116,0 | 88,3 | 5,3 | 520,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 33% | 25% | 33% | 8% | 56% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO ACARAMELADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 109 | 16,692 | 4,68 | 0,156 | 13,26 | 0,624 | 40,56 |
| | | | K033 | Panela | 11 | 11 | 100 | 40 | 0,066 | 0,011 | 9,922 | 4,62 | 0,539 | 4,29 |
| | | | | Tomillo y Laurel | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE ZANAHORIA | A053 | Maíz tierno, crudo | 20 | 20 | 100 | 30 | 0,68 | 0,24 | 6,1 | 1 | 0,16 | 0,6 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 100 | 14 | 0,3 | 0,015 | 3,135 | 0,9 | 0,045 | 0,9 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 8 | 8 | 100 | 29 | 1,056 | 0,152 | 5,768 | 1,44 | 0,408 | 0,16 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CROQUETA DE YUCA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 38 | 0,216 | 0,072 | 8,976 | 3,84 | 0,072 | 3,36 |
| | | | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 100 | 76 | 1,82 | 0,74 | 14,78 | 0,8 | 0,54 | 0,2 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, APIO Y PIÑA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B014 | Apio, crudo | 35 | 17,5 | 50 | 5 | 0,1225 | 0,035 | 0,805 | 7,35 | 0,07 | 14 |
| | | | C072 | Piña, cruda | 25 | 13,75 | 55 | 8 | 0,0825 | 0,01375 | 1,705 | 2,2 | 0,06875 | 0,4125 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 778,2 | 29,8 | 20,3 | 116,6 | 201,6 | 3,6 | 525,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 34% | 24% | 33% | 18% | 38% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 25 | 25 | 100 | 98 | 6,325 | 0,275 | 14,875 | 15 | 1,725 | 1,5 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 60 | 51 | 85 | 24 | 0,357 | 0,051 | 4,845 | 13,77 | 0,204 | 17,85 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 0,24 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 684,3 | 21,2 | 17,1 | 105,9 | 87,6 | 4,9 | 507,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 24% | 21% | 30% | 8% | 51% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 20 | 20 | 100 | 82 | 3,38 | 1,5 | 12,82 | 10,8 | 0,9 | 0,6 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PAPA CHORRIADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 80 | 80 | 100 | 77 | 1,6 | 0,08 | 16,72 | 4,8 | 0,24 | 4,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 755,2 | 26,5 | 25,0 | 102,9 | 195,5 | 3,0 | 574,9 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 30% | 30% | 30% | 30% | 18% | 31% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

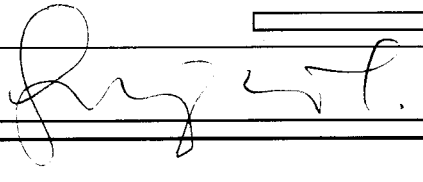
**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 25 | 25 | 100 | 98 | 4,975 | 1,375 | 14,7 | 30 | 1,6 | 7,5 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 4,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 85 | 57,8 | 68 | 96 | 0,6936 | 0,1156 | 22,7154 | 4,624 | 0,2312 | 15,028 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 12 | 6,6 | 55 | 1 | 0,0528 | 0,0066 | 0,1716 | 1,386 | 0,0594 | 0,396 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 8 | 4 | 50 | 2 | 0,012 | 0,012 | 0,372 | 0,76 | 0,02 | 0,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 3,9 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 798,5 | 28,6 | 24,4 | 112,4 | 70,6 | 5,5 | 463,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 33% | 29% | 32% | 6% | 58% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**



**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 84 | 78,12 | 93 | 130 | 16,17084 | 7,18704 | 0,07812 | 8,5932 | 0,54684 | 49,2156 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 40 | 36,8 | 92 | 39 | 0,736 | 0,1472 | 8,5744 | 2,208 | 0,1472 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 60 | 60 | 100 | 223 | 7,8 | 0,9 | 44,82 | 15 | 2,34 | 3,6 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 80 | 57,6 | 72 | 76 | 0,6336 | 0,1152 | 17,4528 | 1,728 | 0,288 | 2,304 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | | | Canela | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 840,5 | 31,7 | 27,6 | 111,9 | 206,3 | 4,5 | 516,4 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 34% | 36% | 33% | 32% | 19% | 47% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo - RE |
| **NIVEL** | Secundaria |
| **MENÚ No.** | 13 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRUOL CON PLATANO VERDE | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 25 | 25 | 100 | 97 | 5,7 | 0,375 | 15,1 | 29,75 | 1,325 | 2,5 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y ZANAHORIA | B103 | Tomate, crudo | 167 | 133,6 | 80 | 31 | 1,2024 | 0,1336 | 5,4776 | 12,024 | 0,668 | 8,016 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 5 | 3,75 | 75 | 1 | 0,01875 | 0,00375 | 0,08625 | 0,675 | 0,01125 | 0,075 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 5 | 4,25 | 85 | 2 | 0,02975 | 0,00425 | 0,40375 | 1,1475 | 0,017 | 1,4875 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 20 | 20 | 100 | 180 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 749,2 | 28,6 | 25,3 | 97,4 | 66,8 | 5,0 | 455,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 33% | 31% | 28% | 6% | 53% | 30% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PALITOS DE PECHUGA APANADOS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 81 | 75,33 | 93 | 125 | 15,59331 | 6,93036 | 0,07533 | 8,2863 | 0,52731 | 47,4579 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 36 | 0,288 | 0,032 | 8,416 | 6,72 | 0,288 | 0,32 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 25 | 23 | 92 | 24 | 0,46 | 0,092 | 5,359 | 1,38 | 0,092 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | MONEDITAS DE | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 110 | 79,2 | 72 | 105 | 0,8712 | 0,1584 | 23,9976 | 2,376 | 0,396 | 3,168 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | VERDURAS EN GOULASH | B052 | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 90 | 6 | 0,2835 | 0 | 0,972 | 5,4 | 0,135 | 0,81 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 25 | 22,5 | 90 | 34 | 2,835 | 2,43 | 0,0675 | 11,925 | 0,3825 | 31,275 |
| | | | B048 | Guatila, sin cáscara, cruda | 15 | 9,75 | 65 | 3 | 0,078 | 0 | 0,507 | 1,4625 | 0,039 | 0,195 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 5 | 4,75 | 95 | 2 | 0,0665 | 0,00475 | 0,36575 | 1,14 | 0,01425 | 0,19 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 165 | 52,8 | 32 | 32 | 0,792 | 0,264 | 6,5472 | 4,752 | 0,8976 | 3,168 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 732,9 | 25,9 | 22,2 | 104,9 | 67,6 | 3,6 | 489,2 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 29% | 30% | 27% | 30% | 6% | 38% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| | | | G001 | Crema de leche | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,147 | 2,45 | 0,119 | 4,76 | 0 | 3,22 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 55 | 55 | 100 | 53 | 1,1 | 0,055 | 11,495 | 3,3 | 0,165 | 3,3 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 100 | 56 | 1,95 | 0,225 | 11,205 | 3,75 | 0,585 | 0,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 5 | 4,75 | 95 | 2 | 0,0665 | 0,00475 | 0,36575 | 1,14 | 0,01425 | 0,19 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 70 | 47,6 | 68 | 79 | 0,5712 | 0,0952 | 18,7068 | 3,808 | 0,1904 | 12,376 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA | B044 | Espinaca, cruda | 25 | 15 | 60 | 5 | 0,435 | 0,03 | 0,57 | 18,45 | 0,36 | 9,9 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 35 | 35 | 100 | 105 | 6,125 | 8,925 | 0,105 | 205,1 | 0,14 | 327,25 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 6 | 6 | 100 | 54 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 823,1 | 32,6 | 28,3 | 107,3 | 396,0 | 3,2 | 879,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 37% | 34% | 31% | 36% | 33% | 59% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 25 | 25 | 100 | 97 | 5,7 | 0,375 | 15,1 | 29,75 | 1,325 | 2,5 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 80 | 54,4 | 68 | 90 | 0,6528 | 0,1088 | 21,3792 | 4,352 | 0,2176 | 14,144 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 80 | 57,6 | 72 | 76 | 0,6336 | 0,1152 | 17,4528 | 1,728 | 0,288 | 2,304 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 15 | 0,392 | 0,028 | 2,884 | 4,48 | 0,224 | 19,88 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 20 | 20 | 100 | 180 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 827,3 | 28,8 | 25,5 | 115,9 | 68,0 | 5,2 | 482,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 33% | 31% | 33% | 6% | 55% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 6,255 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,66 | 0,095 | 3,605 | 0,9 | 0,255 | 0,1 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 20 | 20 | 100 | 77 | 2,5 | 0,36 | 14,42 | 7,2 | 0,54 | 1,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 0,65 | 0,075 | 3,735 | 1,25 | 0,195 | 0,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PAPA SALADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 80 | 80 | 100 | 77 | 1,6 | 0,08 | 16,72 | 4,8 | 0,24 | 4,8 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 17 | 14,45 | 85 | 7 | 0,10115 | 0,01445 | 1,37275 | 3,9015 | 0,0578 | 5,0575 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 17 | 13,6 | 80 | 3 | 0,1224 | 0,0136 | 0,5576 | 1,224 | 0,068 | 0,816 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 17 | 16,15 | 95 | 6 | 0,2261 | 0,01615 | 1,24355 | 3,876 | 0,04845 | 0,646 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 11 | 11 | 100 | 99 | 0 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 819,5 | 28,9 | 24,6 | 116,4 | 198,4 | 3,2 | 563,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 33% | 33% | 30% | 33% | 18% | 33% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 25 | 25 | 100 | 98 | 6,325 | 0,275 | 14,875 | 15 | 1,725 | 1,5 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 60 | 51 | 85 | 15 | 0,408 | 0,102 | 2,958 | 10,2 | 0,408 | 0,51 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 17 | 17 | 100 | 62 | 2,244 | 0,323 | 12,257 | 3,06 | 0,867 | 0,34 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árboi amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 684,9 | 22,2 | 17,3 | 105,7 | 83,3 | 5,4 | 488,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 25% | 21% | 30% | 8% | 57% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SANCOCHO | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 45 | 36 | 80 | 57 | 0,324 | 0,108 | 13,464 | 5,76 | 0,108 | 5,04 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 45 | 30,6 | 68 | 51 | 0,3672 | 0,0612 | 12,0258 | 2,448 | 0,1224 | 7,956 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 80 | 72 | 90 | 70 | 1,44 | 0,144 | 15,048 | 5,76 | 0,576 | 7,2 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 25 | 17 | 68 | 28 | 3,604 | 1,496 | 0 | 1,02 | 0,459 | 11,22 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,09 | 3,34 | 0,54 | 1,4 | 0,02 | 71,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 778,0 | 28,0 | 25,0 | 107,5 | 57,8 | 4,5 | 555,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 31% | 5% | 48% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 25 | 25 | 100 | 98 | 4,975 | 1,375 | 14,7 | 30 | 1,6 | 7,5 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 4,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 85 | 57,8 | 68 | 96 | 0,6936 | 0,1156 | 22,7154 | 4,624 | 0,2312 | 15,028 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 12 | 6,6 | 55 | 1 | 0,0528 | 0,0066 | 0,1716 | 1,386 | 0,0594 | 0,396 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 8 | 4 | 50 | 2 | 0,012 | 0,012 | 0,372 | 0,76 | 0,02 | 0,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 10 | 10 | 100 | 36 | 0,06 | 0,01 | 9,02 | 4,2 | 0,49 | 3,9 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 798,5 | 28,6 | 24,4 | 112,4 | 70,6 | 5,5 | 463,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 33% | 29% | 32% | 6% | 58% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 11 | 11 | 100 | 40 | 1,452 | 0,209 | 7,931 | 1,98 | 0,561 | 0,22 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 5 | 5 | 100 | 37 | 0,03 | 4,05 | 0 | 0,15 | 0,005 | 34,25 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 15 | 15 | 100 | 62 | 2,205 | 1,29 | 9,93 | 8,1 | 0,6 | 2,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PAPA FRANCESA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 4,2 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO CON LECHE | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 11 | 11 | 100 | 99 | 0 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 774,2 | 26,4 | 26,3 | 104,7 | 192,9 | 3,0 | 550,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 30% | 32% | 30% | 18% | 32% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 18 | 0,144 | 0,016 | 4,208 | 3,36 | 0,144 | 0,16 |
| | | | G001 | Crema de leche | 5 | 5 | 100 | 17 | 0,105 | 1,75 | 0,085 | 3,4 | 0 | 2,3 |
| | | | B047 | Guascas, crudas | 10 | 3,5 | 35 | 2 | 0,112 | 0,0175 | 0,2905 | 8,575 | 0,2485 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 35 | 35 | 100 | 34 | 0,7 | 0,035 | 7,315 | 2,1 | 0,105 | 2,1 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 35 | 32,2 | 92 | 34 | 0,644 | 0,1288 | 7,5026 | 1,932 | 0,1288 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 35 | 35 | 100 | 133 | 3,185 | 1,295 | 25,865 | 1,4 | 0,945 | 0,35 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA, CABEZONA Y TOMATE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 12 | 9,24 | 77 | 17 | 0,14784 | 1,22892 | 0,924 | 0,924 | 0,03696 | 0,5544 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 778,3 | 28,6 | 21,2 | 114,3 | 201,9 | 3,2 | 514,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 33% | 26% | 33% | 18% | 34% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B035 | Cilantro, crudo | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,5175 | 0,135 | 1,3275 | 18,45 | 0,405 | 10,35 |
| | | | B084 | Plátano colí o guineo, verde, crudo | 35 | 21 | 60 | 27 | 0,273 | 0,021 | 6,363 | 0,84 | 0,147 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 55 | 55 | 100 | 53 | 1,1 | 0,055 | 11,495 | 3,3 | 0,165 | 3,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 70 | 56 | 80 | 89 | 0,504 | 0,168 | 20,944 | 8,96 | 0,168 | 7,84 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 15 | 0,392 | 0,028 | 2,884 | 4,48 | 0,224 | 19,88 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,063 | 2,338 | 0,378 | 0,98 | 0,014 | 49,77 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 789,7 | 28,3 | 24,5 | 110,9 | 212,5 | 4,4 | 624,4 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 32% | 32% | 30% | 32% | 19% | 47% | 42% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 25 | 25 | 100 | 94 | 5,975 | 0,275 | 15,05 | 15 | 1,15 | 3,75 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 70 | 63 | 90 | 61 | 1,26 | 0,126 | 13,167 | 5,04 | 0,504 | 6,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PURÉ DE PAPA CON MAYONESA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 70 | 70 | 100 | 67 | 1,4 | 0,07 | 14,63 | 4,2 | 0,21 | 4,2 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 646,7 | 20,2 | 12,9 | 108,6 | 81,6 | 3,9 | 523,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 23% | 15% | 31% | 7% | 41% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DESMECHADO | F099 | Res, carne magra, cruda | 38 | 38 | 100 | 53 | 8,284 | 2,166 | 0 | 2,28 | 1,026 | 19,38 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 38 | 38 | 100 | 53 | 8,132 | 2,28 | 0,076 | 6,46 | 0,304 | 19,76 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 25 | 25 | 100 | 97 | 5,7 | 0,375 | 15,1 | 29,75 | 1,325 | 2,5 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 80 | 54,4 | 68 | 90 | 0,6528 | 0,1088 | 21,3792 | 4,352 | 0,2176 | 14,144 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 80 | 57,6 | 72 | 76 | 0,6336 | 0,1152 | 17,4528 | 1,728 | 0,288 | 2,304 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 20 | 20 | 100 | 180 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 807,7 | 27,8 | 25,4 | 112,5 | 64,5 | 4,1 | 452,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 31% | 32% | 6% | 43% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 68 | 63,24 | 93 | 105 | 13,09068 | 5,81808 | 0,06324 | 6,9564 | 0,44268 | 39,8412 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 36 | 0,288 | 0,032 | 8,416 | 6,72 | 0,288 | 0,32 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 100 | 19 | 0,4 | 0,02 | 4,18 | 1,2 | 0,06 | 1,2 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 92 | 20 | 0,368 | 0,0736 | 4,2872 | 1,104 | 0,0736 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 56 | 56 | 100 | 198 | 3,752 | 0,224 | 44,856 | 5,04 | 0,448 | 1,12 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 45 | 45 | 100 | 167 | 5,85 | 0,675 | 33,615 | 11,25 | 1,755 | 2,7 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B052 | Habichuela, cruda | 35 | 31,5 | 90 | 14 | 0,6615 | 0 | 2,268 | 12,6 | 0,315 | 1,89 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 17 | 13,6 | 80 | 3 | 0,1224 | 0,0136 | 0,5576 | 1,224 | 0,068 | 0,816 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 17 | 17 | 100 | 55 | 0,153 | 5,678 | 0,918 | 2,38 | 0,034 | 120,87 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE LULO CON LECHE | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 878,3 | 29,4 | 28,6 | 122,3 | 209,5 | 4,0 | 629,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 35% | 34% | 34% | 35% | 19% | 43% | 42% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | CARNE SUDADA | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 50 | 40 | 80 | 64 | 0,36 | 0,12 | 14,96 | 6,4 | 0,12 | 5,6 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 90 | 81 | 90 | 79 | 1,62 | 0,162 | 16,929 | 6,48 | 0,648 | 8,1 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 30 | 20,4 | 68 | 33 | 4,3248 | 1,7952 | 0 | 1,224 | 0,5508 | 13,464 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | ARROZ BLANCO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| | | MOJADAS CON CREMA | B103 | Tomate, crudo | 35 | 28 | 80 | 6 | 0,252 | 0,028 | 1,148 | 2,52 | 0,14 | 1,68 |
| | | DE AGUACATE Y | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 20 | 15,4 | 77 | 28 | 0,2464 | 2,0482 | 1,54 | 1,54 | 0,0616 | 0,924 |
| | | CILANTRO | B035 | Cilantro, crudo | 10 | 9 | 90 | 4 | 0,207 | 0,054 | 0,531 | 7,38 | 0,162 | 4,14 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 15 | 0,252 | 0,108 | 3,168 | 11,88 | 0,468 | 0,72 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | Total | | | | 856,8 | 33,1 | 28,1 | 114,9 | 70,5 | 5,6 | 492,0 |
| | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | Adecuación | | | | | | | 30% | 33% | 29% | 28% | 6% | 47% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO PERICO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJA VERDE-SECA | T003 | Arveja seca, cruda | 40 | 40 | 100 | 150 | 9,56 | 0,44 | 24,08 | 24 | 1,84 | 6 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 90 | 81 | 90 | 79 | 1,62 | 0,162 | 16,929 | 6,48 | 0,648 | 8,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | TORTICAS DE HARINA DE TRIGO | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 10 | 10 | 100 | 36 | 1,32 | 0,19 | 7,21 | 1,8 | 0,51 | 0,2 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | | K033 | Panela | 5 | 5 | 100 | 18 | 0,03 | 0,005 | 4,51 | 2,1 | 0,245 | 1,95 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| | | JUGO DE LULO CON LECHE | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 854,0 | 30,1 | 21,7 | 128,9 | 247,3 | 5,6 | 606,6 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 29% | 30% | 22% | 32% | 22% | 47% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DORADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 43,9425 |
| | | CREMA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 4 | 0,0595 | 0,0085 | 0,8075 | 2,295 | 0,034 | 2,975 |
| | | | B003 | Acelga, hojas, cruda | 10 | 8,5 | 85 | 3 | 0,204 | 0,017 | 0,4505 | 4,165 | 0,153 | 18,02 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 55 | 55 | 100 | 53 | 1,1 | 0,055 | 11,495 | 3,3 | 0,165 | 3,3 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 40 | 36,8 | 92 | 39 | 0,736 | 0,1472 | 8,5744 | 2,208 | 0,1472 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 30 | 12 | 40 | 4 | 0,144 | 0,012 | 0,816 | 6,84 | 0,06 | 1,8 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PATACÓN DE PLATANO | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 125 | 85 | 68 | 141 | 1,02 | 0,17 | 33,405 | 6,8 | 0,34 | 22,1 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 90 | 12 | 0,567 | 0 | 1,944 | 10,8 | 0,27 | 1,62 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 6 | 5,7 | 95 | 2 | 0,0798 | 0,0057 | 0,4389 | 1,368 | 0,0171 | 0,228 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 15 | 11,25 | 75 | 8 | 0,10125 | 0,03375 | 1,5075 | 1,4625 | 0,03375 | 0,3375 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 828,6 | 28,3 | 22,1 | 126,1 | 212,5 | 2,8 | 557,6 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 29% | 28% | 23% | 31% | 19% | 23% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 40 | 40 | 100 | 154 | 9,12 | 0,6 | 24,16 | 47,6 | 2,12 | 4 |
| | | | B006 | Ahuyama, cruda | 90 | 76,5 | 85 | 23 | 0,612 | 0,153 | 4,437 | 15,3 | 0,612 | 0,765 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MONEDITAS DE PLATANO MADURO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 225 | 162 | 72 | 214 | 1,782 | 0,324 | 49,086 | 4,86 | 0,81 | 6,48 |
| | | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 22 | 22 | 100 | 198 | 0 | 22 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 993,3 | 36,5 | 28,7 | 140,2 | 88,9 | 6,8 | 450,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 36% | 30% | 35% | 8% | 58% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 43,9425 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 0,24 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 6 | 6 | 100 | 44 | 0,036 | 4,86 | 0 | 0,18 | 0,006 | 41,1 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CONCHITAS | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 25 | 25 | 100 | 93 | 3,25 | 0,375 | 18,675 | 6,25 | 0,975 | 1,5 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RAICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCOS DE PAPA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 100 | 100 | 100 | 96 | 2 | 0,1 | 20,9 | 6 | 0,3 | 6 |
| | | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 13 | 0,336 | 0,024 | 2,472 | 3,84 | 0,192 | 17,04 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 6 | 3 | 50 | 1 | 0,009 | 0,009 | 0,279 | 0,57 | 0,015 | 0,12 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 15 | 10,5 | 70 | 11 | 0,1575 | 0,0105 | 2,3415 | 0,84 | 0,0945 | 0,315 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 905,8 | 31,2 | 29,3 | 126,0 | 195,6 | 3,7 | 569,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 31% | 30% | 31% | 18% | 31% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO FRITO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 132 | 20,116 | 5,64 | 0,188 | 15,98 | 0,752 | 48,88 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | GARBANZOS GUISADOS | T019 | Garbanzo, crudo | 40 | 40 | 100 | 157 | 7,96 | 2,2 | 23,52 | 48 | 2,56 | 12 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 90 | 90 | 100 | 86 | 1,8 | 0,09 | 18,81 | 5,4 | 0,27 | 5,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 65 | 55,25 | 85 | 26 | 0,38675 | 0,05525 | 5,24875 | 14,9175 | 0,221 | 19,3375 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 21 | 21 | 100 | 189 | 0 | 21 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 923,0 | 37,8 | 30,3 | 119,1 | 106,2 | 5,8 | 488,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 37% | 31% | 29% | 10% | 49% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 6 | 5,7 | 95 | 8 | 0,2679 | 0,0171 | 1,6701 | 2,28 | 0,0741 | 1,083 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 40 | 36 | 90 | 15 | 0,756 | 0 | 2,592 | 14,4 | 0,36 | 2,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 45 | 38,25 | 85 | 18 | 0,26775 | 0,03825 | 3,63375 | 10,3275 | 0,153 | 13,3875 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 5 | 5 | 100 | 5 | 0,1 | 0,005 | 1,045 | 0,3 | 0,015 | 0,3 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 35 | 35 | 100 | 130 | 4,55 | 0,525 | 26,145 | 8,75 | 1,365 | 2,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 45 | 18 | 40 | 7 | 0,216 | 0,018 | 1,224 | 10,26 | 0,09 | 2,7 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 90 | 72 | 80 | 114 | 0,648 | 0,216 | 26,928 | 11,52 | 0,216 | 10,08 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRIA DE VERDURAS CON MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 35 | 31,5 | 90 | 14 | 0,6615 | 0 | 2,268 | 12,6 | 0,315 | 1,89 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 8 | 8 | 100 | 26 | 0,072 | 2,672 | 0,432 | 1,12 | 0,016 | 56,88 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 16 | 9,6 | 60 | 6 | 0,1632 | 0,0096 | 1,2 | 0,96 | 0,0768 | 0,096 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 888,5 | 32,8 | 25,2 | 128,7 | 98,5 | 6,0 | 541,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 26% | 32% | 9% | 51% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo - RE |
| **NIVEL** | Media y Nivel Complementario |
| **MENÚ No.** | 8 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 6 | 5,7 | 95 | 8 | 0,2679 | 0,0171 | 1,6701 | 2,28 | 0,0741 | 1,083 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 40 | 36 | 90 | 15 | 0,756 | 0 | 2,592 | 14,4 | 0,36 | 2,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 45 | 38,25 | 85 | 18 | 0,26775 | 0,03825 | 3,63375 | 10,3275 | 0,153 | 13,3875 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 5 | 5 | 100 | 5 | 0,1 | 0,005 | 1,045 | 0,3 | 0,015 | 0,3 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 35 | 35 | 100 | 130 | 4,55 | 0,525 | 26,145 | 8,75 | 1,365 | 2,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 45 | 18 | 40 | 7 | 0,216 | 0,018 | 1,224 | 10,26 | 0,09 | 2,7 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 90 | 72 | 80 | 114 | 0,648 | 0,216 | 26,928 | 11,52 | 0,216 | 10,08 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRIA DE | B052 | Habichuela, cruda | 35 | 31,5 | 90 | 14 | 0,6615 | 0 | 2,268 | 12,6 | 0,315 | 1,89 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 8 | 8 | 100 | 26 | 0,072 | 2,672 | 0,432 | 1,12 | 0,016 | 56,88 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 16 | 9,6 | 60 | 6 | 0,1632 | 0,0096 | 1,2 | 0,96 | 0,0768 | 0,096 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 888,5 | 32,8 | 25,2 | 128,7 | 98,5 | 6,0 | 541,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 26% | 32% | 9% | 51% | 36% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 40 | 40 | 100 | 156 | 10,12 | 0,44 | 23,8 | 24 | 2,76 | 2,4 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 90 | 81 | 90 | 79 | 1,62 | 0,162 | 16,929 | 6,48 | 0,648 | 8,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL AJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 65 | 55,25 | 85 | 26 | 0,38675 | 0,05525 | 5,24875 | 14,9175 | 0,221 | 19,3375 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 60 | 30 | 50 | 24 | 0,18 | 0 | 5,13 | 4,5 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 797,8 | 26,0 | 19,4 | 122,7 | 98,4 | 6,2 | 509,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 26% | 20% | 30% | 9% | 52% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 43,9425 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 12 | 4,8 | 40 | 2 | 0,0576 | 0,0048 | 0,3264 | 2,736 | 0,024 | 0,72 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A012 | Avena en Hojuelas, Precocida | 25 | 25 | 100 | 103 | 4,225 | 1,875 | 16,025 | 13,5 | 1,125 | 0,75 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PAPA CHORRIADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 100 | 100 | 100 | 96 | 2 | 0,1 | 20,9 | 6 | 0,3 | 6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 13 | 0,336 | 0,024 | 2,472 | 3,84 | 0,192 | 17,04 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 6 | 6 | 100 | 20 | 0,054 | 2,004 | 0,324 | 0,84 | 0,012 | 42,66 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE CURUBA EN LECHE | C021 | Curuba, cruda | 15 | 7,5 | 50 | 3 | 0,045 | 0,0075 | 0,6375 | 0,525 | 0,075 | 6,375 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 14 | 14 | 100 | 126 | 0 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 864,8 | 30,6 | 28,7 | 117,0 | 205,8 | 3,3 | 578,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 30% | 30% | 29% | 19% | 28% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 40 | 40 | 100 | 157 | 7,96 | 2,2 | 23,52 | 48 | 2,56 | 12 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 90 | 90 | 100 | 86 | 1,8 | 0,09 | 18,81 | 5,4 | 0,27 | 5,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 115 | 78,2 | 68 | 130 | 0,9384 | 0,1564 | 30,7326 | 6,256 | 0,3128 | 20,332 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 15 | 8,25 | 55 | 1 | 0,066 | 0,00825 | 0,2145 | 1,7325 | 0,07425 | 0,495 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 40 | 38 | 95 | 15 | 0,532 | 0,038 | 2,926 | 9,12 | 0,114 | 1,52 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 8 | 4 | 50 | 2 | 0,012 | 0,012 | 0,372 | 0,76 | 0,02 | 0,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 21 | 21 | 100 | 189 | 0 | 21 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 975,8 | 36,2 | 29,2 | 136,6 | 93,6 | 7,0 | 481,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 36% | 30% | 34% | 9% | 59% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 81 | 75,33 | 93 | 125 | 15,59331 | 6,93036 | 0,07533 | 8,2863 | 0,52731 | 47,4579 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 12 | 4,8 | 40 | 2 | 0,0576 | 0,0048 | 0,3264 | 2,736 | 0,024 | 0,72 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE VERDURAS | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 45 | 45 | 100 | 43 | 0,9 | 0,045 | 9,405 | 2,7 | 0,135 | 2,7 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 40 | 36,8 | 92 | 39 | 0,736 | 0,1472 | 8,5744 | 2,208 | 0,1472 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 64 | 64 | 100 | 237 | 8,32 | 0,96 | 47,808 | 16 | 2,496 | 3,84 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | MADURO MELADO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 115 | 82,8 | 72 | 109 | 0,9108 | 0,1656 | 25,0884 | 2,484 | 0,414 | 3,312 |
| | | | K033 | Panela | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,042 | 0,007 | 6,314 | 2,94 | 0,343 | 2,73 |
| | | | | Canela | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 2,484 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 75 | 32 | 0,405 | 0,135 | 6,03 | 5,85 | 0,135 | 1,35 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 19 | 19 | 100 | 171 | 0 | 19 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 935,6 | 32,2 | 31,5 | 126,1 | 212,1 | 4,9 | 518,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 32% | 33% | 31% | 19% | 41% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

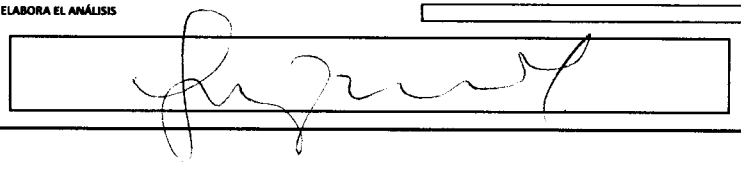
**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CÓDIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FRIJOL CON PLATANO VERDE | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 40 | 40 | 100 | 154 | 9,12 | 0,6 | 24,16 | 47,6 | 2,12 | 4 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 90 | 61,2 | 68 | 102 | 0,7344 | 0,1224 | 24,0516 | 4,896 | 0,2448 | 15,912 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y ZANAHORIA | B103 | Tomate, crudo | 225 | 180 | 80 | 41 | 1,62 | 0,18 | 7,38 | 16,2 | 0,9 | 10,8 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 5 | 3,75 | 75 | 1 | 0,01875 | 0,00375 | 0,08625 | 0,675 | 0,01125 | 0,075 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 5 | 4,25 | 85 | 2 | 0,02975 | 0,00425 | 0,40375 | 1,1475 | 0,017 | 1,4875 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE PIÑA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 22 | 22 | 100 | 198 | 0 | 22 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 902,1 | 36,5 | 28,6 | 118,6 | 91,7 | 6,6 | 471,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 36% | 30% | 29% | 8% | 56% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**



**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PALITOS DE PECHUGA APANADOS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 95 | 88,35 | 93 | 147 | 18,28845 | 8,1282 | 0,08835 | 9,7185 | 0,61845 | 55,6605 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 45 | 36 | 80 | 40 | 0,324 | 0,036 | 9,468 | 7,56 | 0,324 | 0,36 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 25 | 23 | 92 | 24 | 0,46 | 0,092 | 5,359 | 1,38 | 0,092 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 60 | 60 | 100 | 212 | 4,02 | 0,24 | 48,06 | 5,4 | 0,48 | 1,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | MONEDITAS DE | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 145 | 104,4 | 72 | 138 | 1,1484 | 0,2088 | 31,6332 | 3,132 | 0,522 | 4,176 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | VERDURAS EN GOULASH | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 30 | 27 | 90 | 40 | 3,402 | 2,916 | 0,081 | 14,31 | 0,459 | 37,53 |
| | | | B048 | Guatila, sin cáscara, cruda | 25 | 16,25 | 65 | 4 | 0,13 | 0 | 0,845 | 2,4375 | 0,065 | 0,325 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 6 | 5,7 | 95 | 2 | 0,0798 | 0,0057 | 0,4389 | 1,368 | 0,0171 | 0,228 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 165 | 52,8 | 32 | 32 | 0,792 | 0,264 | 6,5472 | 4,752 | 0,8976 | 3,168 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 868,2 | 30,4 | 27,0 | 122,7 | 82,1 | 4,2 | 507,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 30% | 28% | 30% | 7% | 36% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO A LAS HIERBAS | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 81 | 75,33 | 93 | 125 | 15,59331 | 6,93036 | 0,07533 | 8,2863 | 0,52731 | 47,4579 |
| | | | G001 | Crema de leche | 8 | 8 | 100 | 26 | 0,168 | 2,8 | 0,136 | 5,44 | 0 | 3,68 |
| | | | | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | CS | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE FIDEOS | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 50 | 50 | 100 | 48 | 1 | 0,05 | 10,45 | 3 | 0,15 | 3 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 20 | 20 | 100 | 74 | 2,6 | 0,3 | 14,94 | 5 | 0,78 | 1,2 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 5 | 4,75 | 95 | 2 | 0,0665 | 0,00475 | 0,36575 | 1,14 | 0,01425 | 0,19 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PATACÓN | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 115 | 78,2 | 68 | 130 | 0,9384 | 0,1564 | 30,7326 | 6,256 | 0,3128 | 20,332 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | TORTA DE ESPINACA | B044 | Espinaca, cruda | 30 | 18 | 60 | 6 | 0,522 | 0,036 | 0,684 | 22,14 | 0,432 | 11,88 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 45 | 45 | 100 | 135 | 7,875 | 11,475 | 0,135 | 263,7 | 0,18 | 420,75 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 90 | 13 | 1,134 | 0,972 | 0,027 | 4,77 | 0,153 | 12,51 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 15 | 7,5 | 50 | 3 | 0,045 | 0,0075 | 0,6375 | 0,525 | 0,075 | 6,375 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 972,6 | 38,2 | 34,5 | 124,8 | 465,3 | 3,5 | 974,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 38% | 36% | 31% | 42% | 30% | 65% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 2,484 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 40 | 40 | 100 | 154 | 9,12 | 0,6 | 24,16 | 47,6 | 2,12 | 4 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 115 | 78,2 | 68 | 130 | 0,9384 | 0,1564 | 30,7326 | 6,256 | 0,3128 | 20,332 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 115 | 82,8 | 72 | 109 | 0,9108 | 0,1656 | 25,0884 | 2,484 | 0,414 | 3,312 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON LIMÓN | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 15 | 0,392 | 0,028 | 2,884 | 4,48 | 0,224 | 19,88 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 32 | 12 | 0,288 | 0,096 | 2,3808 | 1,728 | 0,3264 | 1,152 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 22 | 22 | 100 | 198 | 0 | 22 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 1019,9 | 36,7 | 28,7 | 146,8 | 91,0 | 6,7 | 499,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 35% | 36% | 30% | 36% | 8% | 57% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO CRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 79 | 73,47 | 93 | 122 | 15,20829 | 6,75924 | 0,07347 | 8,0817 | 0,51429 | 46,2861 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 7 | 6,3 | 90 | 9 | 0,7938 | 0,6804 | 0,0189 | 3,339 | 0,1071 | 8,757 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 7 | 7 | 100 | 25 | 0,924 | 0,133 | 5,047 | 1,26 | 0,357 | 0,14 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE CEBADA | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 25 | 25 | 100 | 96 | 3,125 | 0,45 | 18,025 | 9 | 0,675 | 1,75 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ CON FIDEOS | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 100 | 19 | 0,65 | 0,075 | 3,735 | 1,25 | 0,195 | 0,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PAPA SALADA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 90 | 90 | 100 | 86 | 1,8 | 0,09 | 18,81 | 5,4 | 0,27 | 5,4 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 9 | 9 | 100 | 29 | 0,081 | 3,006 | 0,486 | 1,26 | 0,018 | 63,99 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE BANANO CON LECHE | C010 | Banano común, crudo | 60 | 42 | 70 | 42 | 0,63 | 0,042 | 9,366 | 3,36 | 0,378 | 1,26 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 936,6 | 33,0 | 28,6 | 131,8 | 208,9 | 3,7 | 590,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 33% | 30% | 32% | 19% | 31% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE LENTEJAS | T027 | Lenteja real, cruda | 40 | 40 | 100 | 156 | 10,12 | 0,44 | 23,8 | 24 | 2,76 | 2,4 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 90 | 81 | 90 | 79 | 1,62 | 0,162 | 16,929 | 6,48 | 0,648 | 8,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | B006 | Ahuyama, cruda | 65 | 55,25 | 85 | 17 | 0,442 | 0,1105 | 3,2045 | 11,05 | 0,442 | 0,5525 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 18 | 18 | 100 | 65 | 2,376 | 0,342 | 12,978 | 3,24 | 0,918 | 0,36 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 790,4 | 26,7 | 19,5 | 120,9 | 93,4 | 6,6 | 489,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 26% | 20% | 30% | 8% | 56% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | CARNE SUDADA | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 50 | 40 | 80 | 64 | 0,36 | 0,12 | 14,96 | 6,4 | 0,12 | 5,6 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 68 | 56 | 0,408 | 0,068 | 13,362 | 2,72 | 0,136 | 8,84 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 100 | 90 | 90 | 87 | 1,8 | 0,18 | 18,81 | 7,2 | 0,72 | 9 |
| | | | F112 | Res, hueso carnudo, crudo | 30 | 20,4 | 68 | 33 | 4,3248 | 1,7952 | 0 | 1,224 | 0,5508 | 13,464 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | SANCOCHO | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| CEREALES | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | ARROZ BLANCO | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CABEZONA Y TOMATE | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | MOJADAS CON CREMA | B103 | Tomate, crudo | 35 | 28 | 80 | 6 | 0,252 | 0,028 | 1,148 | 2,52 | 0,14 | 1,68 |
| | | DE AGUACATE Y | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 95 | 8 | 0,266 | 0,019 | 1,463 | 4,56 | 0,057 | 0,76 |
| | | CILANTRO | D020 | Mayonesa, con sal | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,09 | 3,34 | 0,54 | 1,4 | 0,02 | 71,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C072 | Piña, cruda | 60 | 33 | 55 | 18 | 0,198 | 0,033 | 4,092 | 5,28 | 0,165 | 0,99 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 888,7 | 33,1 | 29,3 | 120,1 | 62,5 | 5,3 | 569,6 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 33% | 30% | 30% | 6% | 45% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | CREMA DE GARBANZOS | T019 | Garbanzo, crudo | 40 | 40 | 100 | 157 | 7,96 | 2,2 | 23,52 | 48 | 2,56 | 12 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 90 | 90 | 100 | 86 | 1,8 | 0,09 | 18,81 | 5,4 | 0,27 | 5,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL PIMENTÓN | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | CASCABELES DE | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 115 | 78,2 | 68 | 130 | 0,9384 | 0,1564 | 30,7326 | 6,256 | 0,3128 | 20,332 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | B059 | Lechuga común, cruda | 15 | 8,25 | 55 | 1 | 0,066 | 0,00825 | 0,2145 | 1,7325 | 0,07425 | 0,495 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 40 | 38 | 95 | 15 | 0,532 | 0,038 | 2,926 | 9,12 | 0,114 | 1,52 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 8 | 4 | 50 | 2 | 0,012 | 0,012 | 0,372 | 0,76 | 0,02 | 0,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 21 | 21 | 100 | 189 | 0 | 21 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 975,8 | 36,2 | 29,2 | 136,6 | 93,6 | 7,0 | 481,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 36% | 30% | 34% | 9% | 59% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA EN SALSA BLANCA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 75 | 69,75 | 93 | 116 | 14,43825 | 6,417 | 0,06975 | 7,6725 | 0,48825 | 43,9425 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 100 | 44 | 1,584 | 0,228 | 8,652 | 2,16 | 0,612 | 0,24 |
| | | | D019 | Margarina, esparcible | 6 | 6 | 100 | 44 | 0,036 | 4,86 | 0 | 0,18 | 0,006 | 41,1 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE AVENA | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 25 | 25 | 100 | 104 | 3,675 | 2,15 | 16,55 | 13,5 | 1 | 4,75 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | PAPA FRANCESA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 100 | 100 | 100 | 96 | 2 | 0,1 | 20,9 | 6 | 0,3 | 6 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 13 | 0,336 | 0,024 | 2,472 | 3,84 | 0,192 | 17,04 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 6 | 3 | 50 | 1 | 0,009 | 0,009 | 0,279 | 0,57 | 0,015 | 0,12 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MANGO CON LECHE | C051 | Mango común, crudo | 15 | 7,5 | 50 | 6 | 0,045 | 0 | 1,2825 | 1,125 | 0,0375 | 0,3 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 13 | 13 | 100 | 117 | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 911,9 | 31,5 | 31,1 | 122,8 | 203,1 | 3,7 | 573,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 31% | 32% | 30% | 18% | 31% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 80 | 74,4 | 93 | 124 | 15,4008 | 6,8448 | 0,0744 | 8,184 | 0,5208 | 46,872 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | AJIACO | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 40 | 32 | 80 | 36 | 0,288 | 0,032 | 8,416 | 6,72 | 0,288 | 0,32 |
| | | | G001 | Crema de leche | 6 | 6 | 100 | 20 | 0,126 | 2,1 | 0,102 | 4,08 | 0 | 2,76 |
| | | | B047 | Guascas, crudas | 6 | 2,1 | 35 | 1 | 0,0672 | 0,0105 | 0,1743 | 5,145 | 0,1491 | 0 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 100 | 38 | 0,8 | 0,04 | 8,36 | 2,4 | 0,12 | 2,4 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 40 | 36,8 | 92 | 39 | 0,736 | 0,1472 | 8,5744 | 2,208 | 0,1472 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | A034 | Harina de maíz blanco, precocida | 40 | 40 | 100 | 152 | 3,64 | 1,48 | 29,56 | 1,6 | 1,08 | 0,4 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | ENSALADA DE ZANAHORIA, CABEZONA Y TOMATE | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | C002 | Aguacate Lorena, crudo | 12 | 9,24 | 77 | 17 | 0,14784 | 1,22892 | 0,924 | 0,924 | 0,03696 | 0,5544 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 2 | 0,1242 | 0,0324 | 0,3186 | 4,428 | 0,0972 | 2,484 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 6 | 3 | 50 | 1 | 0,009 | 0,009 | 0,279 | 0,57 | 0,015 | 0,12 |
| | | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 15 | 11,25 | 75 | 8 | 0,10125 | 0,03375 | 1,5075 | 1,4625 | 0,03375 | 0,3375 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 892,8 | 31,8 | 27,7 | 125,6 | 201,7 | 3,5 | 522,2 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 31% | 31% | 29% | 31% | 18% | 30% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE GUISADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE COLÍ | B035 | Cilantro, crudo | 40 | 36 | 90 | 16 | 0,828 | 0,216 | 2,124 | 29,52 | 0,648 | 16,56 |
| | | | B084 | Plátano colí o guíneo, verde, crudo | 45 | 27 | 60 | 35 | 0,351 | 0,027 | 8,181 | 1,08 | 0,189 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 45 | 45 | 100 | 43 | 0,9 | 0,045 | 9,405 | 2,7 | 0,135 | 2,7 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ AL CILANTRO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | ASTILLAS DE YUCA FRITA | B107 | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 90 | 72 | 80 | 114 | 0,648 | 0,216 | 26,928 | 11,52 | 0,216 | 10,08 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA CON MAYONESA | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 15 | 0,392 | 0,028 | 2,884 | 4,48 | 0,224 | 19,88 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 8 | 8 | 100 | 26 | 0,072 | 2,672 | 0,432 | 1,12 | 0,016 | 56,88 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | JUGO DE CURUBA CON LECHE | C021 | Curuba, cruda | 60 | 30 | 50 | 11 | 0,18 | 0,03 | 2,55 | 2,1 | 0,3 | 25,5 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 16 | 16 | 100 | 144 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 893,2 | 32,6 | 28,9 | 122,3 | 227,7 | 5,2 | 647,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 32% | 30% | 30% | 21% | 44% | 43% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | ARVEJAS SECAS GUISADAS | T003 | Arveja seca, cruda | 40 | 40 | 100 | 150 | 9,56 | 0,44 | 24,08 | 24 | 1,84 | 6 |
| | | | B076 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 85 | 76,5 | 90 | 74 | 1,53 | 0,153 | 15,9885 | 6,12 | 0,612 | 7,65 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PURÉ DE PAPA CON MAYONESA | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 85 | 85 | 100 | 82 | 1,7 | 0,085 | 17,765 | 5,1 | 0,255 | 5,1 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | D019 | Margarina, esparcible | 7 | 7 | 100 | 51 | 0,042 | 5,67 | 0 | 0,21 | 0,007 | 47,95 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 21 | 0,612 | 0,036 | 4,5 | 3,6 | 0,288 | 0,36 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 5 | 5 | 100 | 45 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 780,3 | 24,6 | 17,1 | 126,9 | 89,1 | 4,7 | 535,7 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 27% | 24% | 18% | 31% | 8% | 40% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DESMECHADO | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 66 | 10,058 | 2,82 | 0,094 | 7,99 | 0,376 | 24,44 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | FRIJOLES SUDADOS | T011 | Frijol cargamanto rojo, crudo | 40 | 40 | 100 | 154 | 9,12 | 0,6 | 24,16 | 47,6 | 2,12 | 4 |
| | | | B092 | Plátano hartón, verde, crudo | 115 | 78,2 | 68 | 130 | 0,9384 | 0,1564 | 30,7326 | 6,256 | 0,3128 | 20,332 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARRROZ BLANCO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MADURO COCIDO | B089 | plátano hartón, maduro, crudo | 115 | 82,8 | 72 | 109 | 0,9108 | 0,1656 | 25,0884 | 2,484 | 0,414 | 3,312 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 60 | 30 | 50 | 13 | 0,09 | 0,09 | 2,79 | 5,7 | 0,15 | 1,2 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 22 | 22 | 100 | 198 | 0 | 22 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 1003,0 | 36,1 | 28,8 | 143,5 | 87,9 | 5,5 | 470,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 35% | 36% | 30% | 35% | 8% | 46% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Almuerzo - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO EN SALSA CRIOLLA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 81 | 75,33 | 93 | 125 | 15,59331 | 6,93036 | 0,07533 | 8,2863 | 0,52731 | 47,4579 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 12 | 4,8 | 40 | 2 | 0,0576 | 0,0048 | 0,3264 | 2,736 | 0,024 | 0,72 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| SOPA O LEGUMINOSA | GRUPO IV | SOPA DE ARRACACHA | B015 | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 50 | 40 | 80 | 44 | 0,36 | 0,04 | 10,52 | 8,4 | 0,36 | 0,4 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B075 | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 25 | 25 | 100 | 24 | 0,5 | 0,025 | 5,225 | 1,5 | 0,075 | 1,5 |
| | | | B072 | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 25 | 23 | 92 | 24 | 0,46 | 0,092 | 5,359 | 1,38 | 0,092 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ ROJO | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 62 | 62 | 100 | 219 | 4,154 | 0,248 | 49,662 | 5,58 | 0,496 | 1,24 |
| | | | B080 | Pimentón rojo, crudo | 5 | 4,25 | 85 | 1 | 0,0425 | 0,01275 | 0,26775 | 0,2975 | 0,017 | 0,085 |
| TUBÉRCULOS, RACICES, PLÁTANOS Y | GRUPO I | ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 50 | 50 | 100 | 186 | 6,5 | 0,75 | 37,35 | 12,5 | 1,95 | 3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B052 | Habichuela, cruda | 40 | 36 | 90 | 15 | 0,756 | 0 | 2,592 | 14,4 | 0,36 | 2,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 85 | 16 | 0,238 | 0,034 | 3,23 | 9,18 | 0,136 | 11,9 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 20 | 20 | 100 | 65 | 0,18 | 6,68 | 1,08 | 2,8 | 0,04 | 142,2 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE LULO CON LECHE | C045 | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 17 | 0,324 | 0,036 | 3,204 | 3,6 | 0,216 | 0 |
| LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 14 | 14 | 100 | 126 | 0 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 995,5 | 33,5 | 32,9 | 137,6 | 220,6 | 4,6 | 662,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 34% | 33% | 34% | 34% | 20% | 39% | 44% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

# 9.Menús Refrigerio PM

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 70 | 70 | 100 | 290 | 10,29 | 6,02 | 46,34 | 37,8 | 2,8 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 439,5 | 16,7 | 12,4 | 63,1 | 277,8 | 2,8 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 16% | 13% | 16% | 25% | 24% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ARROZ DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 70 | 70 | 100 | 247 | 4,69 | 0,28 | 56,07 | 6,3 | 0,56 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 396,8 | 11,1 | 6,7 | 72,8 | 246,3 | 0,6 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 11% | 7% | 18% | 22% | 5% | 19% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 65 | 65 | 100 | 263 | 5,135 | 15,73 | 25,155 | 57,2 | 1,885 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 373,3 | 11,5 | 22,1 | 32,0 | 297,2 | 1,9 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 11% | 23% | 8% | 27% | 16% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 70 | 70 | 100 | 254 | 9,24 | 1,33 | 50,47 | 12,6 | 3,57 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 364,1 | 15,6 | 7,7 | 57,3 | 252,6 | 3,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 8% | 14% | 23% | 30% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | LECHE | A050 | Maíz opaco, crudo | 70 | 70 | 100 | 256 | 6,72 | 2,66 | 51,31 | 8,4 | 7 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 366,2 | 13,1 | 9,1 | 58,1 | 248,4 | 7,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 14% | 23% | 59% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 70 | 70 | 100 | 270 | 8,75 | 1,26 | 50,47 | 25,2 | 1,89 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 379,5 | 15,2 | 7,7 | 57,3 | 265,2 | 1,9 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 8% | 14% | 24% | 16% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETA DULCE | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 21 | 21 | 100 | 99 | 1,344 | 4,116 | 14,091 | 7,98 | 0,42 | 116 |
| | | | Total | | | | | 209,1 | 7,7 | 10,5 | 20,9 | 248,0 | 0,4 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 7% | 8% | 11% | 5% | 23% | 4% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 70 | 70 | 100 | 259 | 0,21 | 0,07 | 63,98 | 1,4 | 0,35 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 13,7 |
| | | | **Total** | | | | | 408,7 | 6,6 | 6,5 | 80,7 | 241,4 | 0,4 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 7% | 7% | 20% | 22% | 3% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HOJUELAS DE AVENA | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A029 | Harina de avena, cruda | 70 | 70 | 100 | 290 | 10,29 | 6,02 | 46,34 | 37,8 | 2,8 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 439,5 | 16,7 | 12,4 | 63,1 | 277,8 | 2,8 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 16% | 13% | 16% | 25% | 24% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 70 | 70 | 100 | 247 | 4,69 | 0,28 | 56,07 | 6,3 | 0,56 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 396,8 | 11,1 | 6,7 | 72,8 | 246,3 | 0,6 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 11% | 7% | 18% | 22% | 5% | 19% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 65 | 65 | 100 | 259 | 1,95 | 11,57 | 36,335 | 16,9 | 0,975 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 368,7 | 8,4 | 18,0 | 43,1 | 256,9 | 1,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 8% | 19% | 11% | 23% | 8% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON CANELA Y LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 70 | 70 | 100 | 254 | 9,24 | 1,33 | 50,47 | 12,6 | 3,57 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | S.N. | Canela | Cantidad suficiente | | | | | | | | | |
| **Total** | | | | | | | | 364,1 | 15,6 | 7,7 | 57,3 | 252,6 | 3,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 8% | 14% | 23% | 30% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A050 | Maíz opaco, crudo | 70 | 70 | 100 | 256 | 6,72 | 2,66 | 51,31 | 8,4 | 7 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 366,2 | 13,1 | 9,1 | 58,1 | 248,4 | 7,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 14% | 23% | 59% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE GRANO DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 70 | 70 | 100 | 270 | 8,75 | 1,26 | 50,47 | 25,2 | 1,89 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 379,5 | 15,2 | 7,7 | 57,3 | 265,2 | 1,9 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 8% | 14% | 24% | 16% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 65 | 65 | 100 | 263 | 5,135 | 15,73 | 25,155 | 57,2 | 1,885 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 373,3 | 11,5 | 22,1 | 32,0 | 297,2 | 1,9 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 11% | 23% | 8% | 27% | 16% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 70 | 70 | 100 | 254 | 9,24 | 1,33 | 50,47 | 12,6 | 3,57 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 364,1 | 15,6 | 7,7 | 57,3 | 252,6 | 3,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 8% | 14% | 23% | 30% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A050 | Maíz opaco, crudo | 70 | 70 | 100 | 256 | 6,72 | 2,66 | 51,31 | 8,4 | 7 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 366,2 | 13,1 | 9,1 | 58,1 | 248,4 | 7,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 14% | 23% | 59% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **18** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | BROWNIE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 65 | 65 | 100 | 259 | 1,95 | 11,57 | 36,335 | 16,9 | 0,975 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 368,7 | 8,4 | 18,0 | 43,1 | 256,9 | 1,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 8% | 19% | 11% | 23% | 8% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **19** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 21 | 21 | 100 | 99 | 1,344 | 4,116 | 14,091 | 7,98 | 0,42 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 209,1 | 7,7 | 10,5 | 20,9 | 248,0 | 0,4 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 7% | 8% | 11% | 5% | 23% | 4% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 70 | 70 | 100 | 259 | 0,21 | 0,07 | 63,98 | 1,4 | 0,35 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 408,7 | 6,6 | 6,5 | 80,7 | 241,4 | 0,4 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 7% | 7% | 20% | 22% | 3% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A029 | Harina de avena, cruda | 70 | 70 | 100 | 290 | 10,29 | 6,02 | 46,34 | 37,8 | 2,8 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 439,5 | 16,7 | 12,4 | 63,1 | 277,8 | 2,8 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 16% | 13% | 16% | 25% | 24% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 70 | 70 | 100 | 247 | 4,69 | 0,28 | 56,07 | 6,3 | 0,56 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 396,8 | 11,1 | 6,7 | 72,8 | 246,3 | 0,6 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 11% | 7% | 18% | 22% | 5% | 19% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 65 | 65 | 100 | 259 | 1,95 | 11,57 | 36,335 | 16,9 | 0,975 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 368,7 | 8,4 | 18,0 | 43,1 | 256,9 | 1,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 8% | 19% | 11% | 23% | 8% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 70 | 70 | 100 | 254 | 9,24 | 1,33 | 50,47 | 12,6 | 3,57 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 10 | 10 | 100 | 40 | 0 | 0 | 9,93 | 0 | 0,01 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 364,1 | 15,6 | 7,7 | 57,3 | 252,6 | 3,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 8% | 14% | 23% | 30% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 21 | 21 | 100 | 99 | 1,344 | 4,116 | 14,091 | 7,98 | 0,42 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 209,1 | 7,7 | 10,5 | 20,9 | 248,0 | 0,4 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 7% | 8% | 11% | 5% | 23% | 4% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | GRANITOS DE CEBADA | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 200 | 200 | 100 | 110 | 6,4 | 6,4 | 6,8 | 240 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CON LECHE | A014 | Cebada, perlada, cruda | 70 | 70 | 100 | 270 | 8,75 | 1,26 | 50,47 | 25,2 | 1,89 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 379,5 | 15,2 | 7,7 | 57,3 | 265,2 | 1,9 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 8% | 14% | 24% | 16% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Preescolar** |
| **MENÚ No.** | 1 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 25 | 25 | 100 | 104 | 3,675 | 2,15 | 16,55 | 13,5 | 1 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 182,3 | 6,9 | 5,4 | 25,9 | 133,5 | 1,0 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 15% | 12% | 14% | 19% | 18% | 16% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ARROZ DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 25 | 25 | 100 | 88 | 1,675 | 0,1 | 20,025 | 2,25 | 0,2 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 167,1 | 4,9 | 3,3 | 29,4 | 122,3 | 0,2 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 11% | 8% | 16% | 17% | 4% | 25% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 20 | 20 | 100 | 81 | 1,58 | 4,84 | 7,74 | 17,6 | 0,58 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 136,0 | 4,8 | 8,0 | 11,1 | 137,6 | 0,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 11% | 19% | 6% | 20% | 10% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 169,6 | 6,5 | 3,7 | 27,4 | 124,5 | 1,3 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 14% | 8% | 15% | 18% | 23% | 25% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A050 | Maíz opaco, crudo | 25 | 25 | 100 | 92 | 2,4 | 0,95 | 18,325 | 3 | 2,5 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 146,5 | 5,6 | 4,2 | 21,7 | 123,0 | 2,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 12% | 10% | 12% | 18% | 45% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 25 | 25 | 100 | 96 | 3,125 | 0,45 | 18,025 | 9 | 0,675 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 151,3 | 6,3 | 3,7 | 21,4 | 129,0 | 0,7 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 14% | 8% | 12% | 18% | 12% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETA DULCE | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 121,1 | 4,1 | 5,9 | 12,8 | 125,3 | 0,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 9% | 9% | 14% | 7% | 18% | 5% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 25 | 25 | 100 | 93 | 0,075 | 0,025 | 22,85 | 0,5 | 0,125 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 171,3 | 3,3 | 3,2 | 32,2 | 120,5 | 0,1 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 7% | 7% | 18% | 17% | 2% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Preescolar** |
| **MENÚ No.** | **9** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HOJUELAS DE AVENA | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A029 | Harina de avena, cruda | 25 | 25 | 100 | 104 | 3,675 | 2,15 | 16,55 | 13,5 | 1 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 182,3 | 6,9 | 5,4 | 25,9 | 133,5 | 1,0 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 15% | 12% | 14% | 19% | 18% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 25 | 25 | 100 | 88 | 1,675 | 0,1 | 20,025 | 2,25 | 0,2 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 167,1 | 4,9 | 3,3 | 29,4 | 122,3 | 0,2 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 11% | 8% | 16% | 17% | 4% | 25% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUÉ | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 20 | 20 | 100 | 80 | 0,6 | 3,56 | 11,18 | 5,2 | 0,3 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 134,6 | 3,8 | 6,8 | 14,6 | 125,2 | 0,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 8% | 16% | 8% | 18% | 5% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON CANELA Y LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 116 |
| | | | S.N. | Canela | Cantidad suficiente | | | | | | | | | |
| **Total** | | | | | | | | 169,6 | 6,5 | 3,7 | 27,4 | 124,5 | 1,3 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 14% | 8% | 15% | 18% | 23% | 25% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A050 | Maíz opaco, crudo | 25 | 25 | 100 | 92 | 2,4 | 0,95 | 18,325 | 3 | 2,5 | 116 |
| Total | | | | | | | | 146,5 | 5,6 | 4,2 | 21,7 | 123,0 | 2,5 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 11% | 12% | 10% | 12% | 18% | 45% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE GRANO DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 25 | 25 | 100 | 96 | 3,125 | 0,45 | 18,025 | 9 | 0,675 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 151,3 | 6,3 | 3,7 | 21,4 | 129,0 | 0,7 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 14% | 8% | 12% | 18% | 12% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 20 | 20 | 100 | 81 | 1,58 | 4,84 | 7,74 | 17,6 | 0,58 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 136,0 | 4,8 | 8,0 | 11,1 | 137,6 | 0,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 11% | 19% | 6% | 20% | 10% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 169,6 | 6,5 | 3,7 | 27,4 | 124,5 | 1,3 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 14% | 8% | 15% | 18% | 23% | 25% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A050 | Maíz opaco, crudo | 25 | 25 | 100 | 92 | 2,4 | 0,95 | 18,325 | 3 | 2,5 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 146,5 | 5,6 | 4,2 | 21,7 | 123,0 | 2,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 12% | 10% | 12% | 18% | 45% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

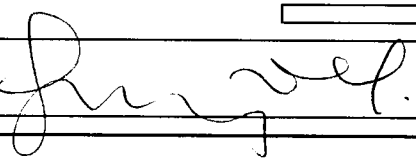
**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Preescolar** |
| **MENÚ No.** | **18** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | BROWNIE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 20 | 20 | 100 | 80 | 0,6 | 3,56 | 11,18 | 5,2 | 0,3 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 134,6 | 3,8 | 6,8 | 14,6 | 125,2 | 0,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 8% | 16% | 8% | 18% | 5% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**



**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 121,1 | 4,1 | 5,9 | 12,8 | 125,3 | 0,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 9% | 9% | 14% | 7% | 18% | 5% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 25 | 25 | 100 | 93 | 0,075 | 0,025 | 22,85 | 0,5 | 0,125 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 171,3 | 3,3 | 3,2 | 32,2 | 120,5 | 0,1 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 7% | 7% | 18% | 17% | 2% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A029 | Harina de avena, cruda | 25 | 25 | 100 | 104 | 3,675 | 2,15 | 16,55 | 13,5 | 1 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 182,3 | 6,9 | 5,4 | 25,9 | 133,5 | 1,0 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 15% | 12% | 14% | 19% | 18% | 16% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 25 | 25 | 100 | 88 | 1,675 | 0,1 | 20,025 | 2,25 | 0,2 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 167,1 | 4,9 | 3,3 | 29,4 | 122,3 | 0,2 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 11% | 8% | 16% | 17% | 4% | 25% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUÉ | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 20 | 20 | 100 | 80 | 0,6 | 3,56 | 11,18 | 5,2 | 0,3 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 134,6 | 3,8 | 6,8 | 14,6 | 125,2 | 0,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 10% | 8% | 16% | 8% | 18% | 5% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 169,6 | 6,5 | 3,7 | 27,4 | 124,5 | 1,3 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 14% | 8% | 15% | 18% | 23% | 25% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS DE | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 121,1 | 4,1 | 5,9 | 12,8 | 125,3 | 0,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 9% | 9% | 14% | 7% | 18% | 5% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | GRANITOS DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 25 | 25 | 100 | 96 | 3,125 | 0,45 | 18,025 | 9 | 0,675 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 151,3 | 6,3 | 3,7 | 21,4 | 129,0 | 0,7 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 14% | 8% | 12% | 18% | 12% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 45 | 45 | 100 | 186 | 6,615 | 3,87 | 29,79 | 24,3 | 1,8 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 269,1 | 9,8 | 7,1 | 40,1 | 144,3 | 1,8 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 17% | 13% | 18% | 18% | 29% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ARROZ DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| | | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 45 | 45 | 100 | 159 | 3,015 | 0,18 | 36,045 | 4,05 | 0,36 | 47,97 |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 241,6 | 6,2 | 3,4 | 46,4 | 124,1 | 0,4 | 211,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 11% | 6% | 20% | 16% | 6% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 35 | 35 | 100 | 142 | 2,765 | 8,47 | 13,545 | 30,8 | 1,015 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 196,8 | 6,0 | 11,7 | 16,9 | 150,8 | 1,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 10% | 21% | 7% | 19% | 16% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 45 | 45 | 100 | 163 | 5,94 | 0,855 | 32,445 | 8,1 | 2,295 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 218,4 | 9,1 | 4,1 | 35,8 | 128,1 | 2,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 7% | 16% | 16% | 37% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | LECHE | A050 | Maíz opaco, crudo | 45 | 45 | 100 | 165 | 4,32 | 1,71 | 32,985 | 5,4 | 4,5 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 219,7 | 7,5 | 4,9 | 36,4 | 125,4 | 4,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 16% | 16% | 73% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 45 | 45 | 100 | 173 | 5,625 | 0,81 | 32,445 | 16,2 | 1,215 | 116 |
| Total | | | | | | | | 228,3 | 8,8 | 4,0 | 35,8 | 136,2 | 1,2 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 14% | 15% | 7% | 16% | 17% | 20% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETA DULCE | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 116 |
| Total | | | | | | | | 121,1 | 4,1 | 5,9 | 12,8 | 125,3 | 0,3 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 7% | 7% | 11% | 6% | 16% | 5% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 45 | 45 | 100 | 167 | 0,135 | 0,045 | 41,13 | 0,9 | 0,225 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 13,7 |
| Total | | | | | | | | 249,3 | 3,3 | 3,2 | 51,5 | 120,9 | 0,2 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 15% | 6% | 6% | 23% | 15% | 4% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

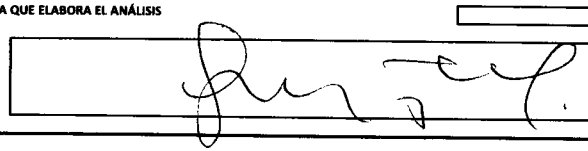
**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HOJUELAS DE AVENA | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A029 | Harina de avena, cruda | 45 | 45 | 100 | 186 | 6,615 | 3,87 | 29,79 | 24,3 | 1,8 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 269,1 | 9,8 | 7,1 | 40,1 | 144,3 | 1,8 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 17% | 13% | 18% | 18% | 29% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**



**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 45 | 45 | 100 | 159 | 3,015 | 0,18 | 36,045 | 4,05 | 0,36 | 47,97 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 241,6 | 6,2 | 3,4 | 46,4 | 124,1 | 0,4 | 211,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 11% | 6% | 20% | 16% | 6% | 18% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

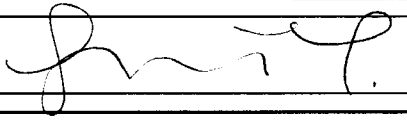
**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **11** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 35 | 35 | 100 | 139 | 1,05 | 6,23 | 19,565 | 9,1 | 0,525 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 194,3 | 4,3 | 9,4 | 23,0 | 129,1 | 0,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 7% | 17% | 10% | 16% | 8% | 14% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** |  |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON CANELA Y LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 45 | 45 | 100 | 163 | 5,94 | 0,855 | 32,445 | 8,1 | 2,295 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 116 |
| | | | S.N. | Canela | Cantidad suficiente | | | | | | | | | |
| **Total** | | | | | | | | 218,4 | 9,1 | 4,1 | 35,8 | 128,1 | 2,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 7% | 16% | 16% | 37% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO III | | A0S0 | Maíz opaco, crudo | 45 | 45 | 100 | 165 | 4,32 | 1,71 | 32,985 | 5,4 | 4,5 | 116 |
| Total | | | | | | | | 219,7 | 7,5 | 4,9 | 36,4 | 125,4 | 4,5 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 16% | 16% | 73% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE GRANO DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 45 | 45 | 100 | 173 | 5,625 | 0,81 | 32,445 | 16,2 | 1,215 | 116 |
| Total | | | | | | | | 228,3 | 8,8 | 4,0 | 35,8 | 136,2 | 1,2 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 14% | 15% | 7% | 16% | 17% | 20% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

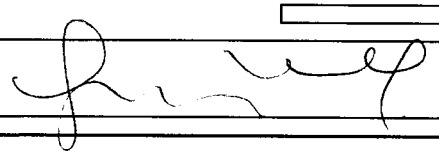
**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | 15 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 35 | 35 | 100 | 142 | 2,765 | 8,47 | 13,545 | 30,8 | 1,015 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 196,8 | 6,0 | 11,7 | 16,9 | 150,8 | 1,0 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 12% | 10% | 21% | 7% | 19% | 16% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA** 

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 45 | 45 | 100 | 163 | 5,94 | 0,855 | 32,445 | 8,1 | 2,295 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 218,4 | 9,1 | 4,1 | 35,8 | 128,1 | 2,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 7% | 16% | 16% | 37% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | 17 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A050 | Maíz opaco, crudo | 45 | 45 | 100 | 165 | 4,32 | 1,71 | 32,985 | 5,4 | 4,5 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 219,7 | 7,5 | 4,9 | 36,4 | 125,4 | 4,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 16% | 16% | 73% | 14% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | BROWNIE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 35 | 35 | 100 | 139 | 1,05 | 6,23 | 19,565 | 9,1 | 0,525 | 116 |
| Total | | | | | | | | 194,3 | 4,3 | 9,4 | 23,0 | 129,1 | 0,5 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 7% | 17% | 10% | 16% | 8% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 116 |
| Total | | | | | | | | 121,1 | 4,1 | 5,9 | 12,8 | 125,3 | 0,3 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 7% | 7% | 11% | 6% | 16% | 5% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III<br>GRUPO I | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 45 | 45 | 100 | 167 | 0,135 | 0,045 | 41,13 | 0,9 | 0,225 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 249,3 | 3,3 | 3,2 | 51,5 | 120,9 | 0,2 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 6% | 6% | 23% | 15% | 4% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO III | | A029 | Harina de avena, cruda | 45 | 45 | 100 | 186 | 6,615 | 3,87 | 29,79 | 24,3 | 1,8 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 269,1 | 9,8 | 7,1 | 40,1 | 144,3 | 1,8 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 17% | 17% | 13% | 18% | 18% | 29% | 15% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

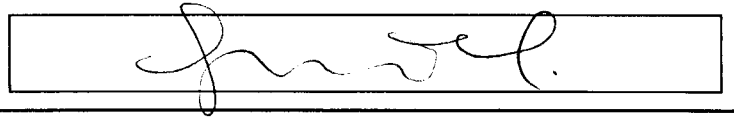
**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | **Ración para Preparar en Sitio** |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | **Refrigerio PM - RE** |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **22** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 45 | 45 | 100 | 159 | 3,015 | 0,18 | 36,045 | 4,05 | 0,36 | 47,97 |
| PRODCUTOS LACTEOS | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 241,6 | 6,2 | 3,4 | 46,4 | 124,1 | 0,4 | 211,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 11% | 6% | 20% | 16% | 6% | 18% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** |  |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 35 | 35 | 100 | 139 | 1,05 | 6,23 | 19,565 | 9,1 | 0,525 | 116 |
| Total | | | | | | | | 194,3 | 4,3 | 9,4 | 23,0 | 129,1 | 0,5 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 12% | 7% | 17% | 10% | 16% | 8% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 45 | 45 | 100 | 163 | 5,94 | 0,855 | 32,445 | 8,1 | 2,295 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 116 |
| Total | | | | | | | | 218,4 | 9,1 | 4,1 | 35,8 | 128,1 | 2,3 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | Adecuación | | | | | 13% | 16% | 7% | 16% | 16% | 37% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 121,1 | 4,1 | 5,9 | 12,8 | 125,3 | 0,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 7% | 7% | 11% | 6% | 16% | 5% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | GRANITOS DE CEBADA | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 100 | 100 | 100 | 55 | 3,2 | 3,2 | 3,4 | 120 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CON LECHE | A014 | Cebada, perlada, cruda | 45 | 45 | 100 | 173 | 5,625 | 0,81 | 32,445 | 16,2 | 1,215 | 116 |
| Total | | | | | | | | 228,3 | 8,8 | 4,0 | 35,8 | 136,2 | 1,2 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 14% | 15% | 7% | 16% | 17% | 20% | 14% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 55 | 55 | 100 | 228 | 8,085 | 4,73 | 36,41 | 29,7 | 2,2 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 13,7 |
| Total | | | | | | | | 325,5 | 11,9 | 8,6 | 48,4 | 173,7 | 2,2 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 16% | 17% | 13% | 17% | 16% | 25% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ARROZ DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 55 | 55 | 100 | 194 | 3,685 | 0,22 | 44,055 | 4,95 | 0,44 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 116 |
| Total | | | | | | | | 291,9 | 7,5 | 4,1 | 56,1 | 149,0 | 0,4 | 280,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 15% | 11% | 6% | 20% | 14% | 5% | 19% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 40 | 40 | 100 | 162 | 3,16 | 9,68 | 15,48 | 35,2 | 1,16 | 116 |
| Total | | | | | | | | 228,0 | 7,0 | 13,5 | 19,6 | 179,2 | 1,2 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 11% | 10% | 20% | 7% | 16% | 13% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 55 | 55 | 100 | 200 | 7,26 | 1,045 | 39,655 | 9,9 | 2,805 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 265,7 | 11,1 | 4,9 | 43,7 | 153,9 | 2,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 7% | 16% | 14% | 32% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | LECHE | A050 | Maíz opaco, crudo | 55 | 55 | 100 | 201 | 5,28 | 2,09 | 40,315 | 6,6 | 5,5 | 116 |
| Total | | | | | | | | 267,3 | 9,1 | 5,9 | 44,4 | 150,6 | 5,5 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 16% | 14% | 63% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 55 | 55 | 100 | 212 | 6,875 | 0,99 | 39,655 | 19,8 | 1,485 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 277,8 | 10,7 | 4,8 | 43,7 | 163,8 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 15% | 7% | 16% | 15% | 17% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETA DULCE | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 116 |
| Total | | | | | | | | 132,1 | 4,7 | 6,6 | 13,5 | 149,3 | 0,3 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 7% | 7% | 10% | 5% | 14% | 3% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 55 | 55 | 100 | 204 | 0,165 | 0,055 | 50,27 | 1,1 | 0,275 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 301,3 | 4,0 | 3,9 | 62,3 | 145,1 | 0,3 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 6% | 6% | 22% | 13% | 3% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HOJUELAS DE AVENA | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 55 | 55 | 100 | 228 | 8,085 | 4,73 | 36,41 | 29,7 | 2,2 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 325,5 | 11,9 | 8,6 | 48,4 | 173,7 | 2,2 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 16% | 17% | 13% | 17% | 16% | 25% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 55 | 55 | 100 | 194 | 3,685 | 0,22 | 44,055 | 4,95 | 0,44 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 291,9 | 7,5 | 4,1 | 56,1 | 149,0 | 0,4 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 11% | 6% | 20% | 14% | 5% | 19% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 40 | 40 | 100 | 159 | 1,2 | 7,12 | 22,36 | 10,4 | 0,6 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 225,2 | 5,0 | 11,0 | 26,4 | 154,4 | 0,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 7% | 16% | 9% | 14% | 7% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON CANELA Y LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 55 | 55 | 100 | 200 | 7,26 | 1,045 | 39,655 | 9,9 | 2,805 | 116 |
| | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | S.N. | Canela | Cantidad suficiente | | | | | | | | | |
| **Total** | | | | | | | | 265,7 | 11,1 | 4,9 | 43,7 | 153,9 | 2,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 7% | 16% | 14% | 32% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A050 | Maíz opaco, crudo | 55 | 55 | 100 | 201 | 5,28 | 2,09 | 40,315 | 6,6 | 5,5 | 116 |
| Total | | | | | | | | 267,3 | 9,1 | 5,9 | 44,4 | 150,6 | 5,5 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 16% | 14% | 63% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE GRANO DE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CEBADA CON LECHE | A014 | Cebada, perlada, cruda | 55 | 55 | 100 | 212 | 6,875 | 0,99 | 39,655 | 19,8 | 1,485 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 277,8 | 10,7 | 4,8 | 43,7 | 163,8 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 15% | 7% | 16% | 15% | 17% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 40 | 40 | 100 | 162 | 3,16 | 9,68 | 15,48 | 35,2 | 1,16 | 116 |
| Total | | | | | | | | 228,0 | 7,0 | 13,5 | 19,6 | 179,2 | 1,2 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 11% | 10% | 20% | 7% | 16% | 13% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 55 | 55 | 100 | 200 | 7,26 | 1,045 | 39,655 | 9,9 | 2,805 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 265,7 | 11,1 | 4,9 | 43,7 | 153,9 | 2,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 7% | 16% | 14% | 32% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | 17 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A050 | Maíz opaco, crudo | 55 | 55 | 100 | 201 | 5,28 | 2,09 | 40,315 | 6,6 | 5,5 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 267,3 | 9,1 | 5,9 | 44,4 | 150,6 | 5,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 16% | 14% | 63% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

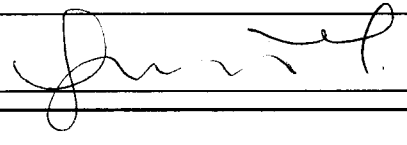
**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | 18 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | BROWNIE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 40 | 40 | 100 | 159 | 1,2 | 7,12 | 22,36 | 10,4 | 0,6 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 225,2 | 5,0 | 11,0 | 26,4 | 154,4 | 0,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 7% | 16% | 9% | 14% | 7% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA** 

**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 132,1 | 4,7 | 6,6 | 13,5 | 149,3 | 0,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 7% | 7% | 10% | 5% | 14% | 3% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 55 | 55 | 100 | 204 | 0,165 | 0,055 | 50,27 | 1,1 | 0,275 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 301,3 | 4,0 | 3,9 | 62,3 | 145,1 | 0,3 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 6% | 6% | 22% | 13% | 3% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

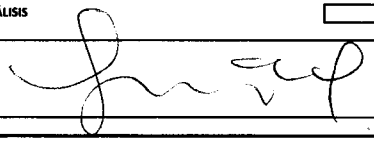
**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **21** |

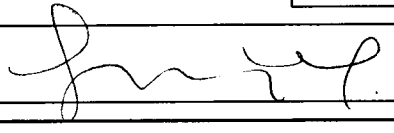
| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO III | | A029 | Harina de avena, cruda | 55 | 55 | 100 | 228 | 8,085 | 4,73 | 36,41 | 29,7 | 2,2 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 325,5 | 11,9 | 8,6 | 48,4 | 173,7 | 2,2 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 16% | 17% | 13% | 17% | 16% | 25% | 12% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** |  |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **22** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 55 | 55 | 100 | 194 | 3,685 | 0,22 | 44,055 | 4,95 | 0,44 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 291,9 | 7,5 | 4,1 | 56,1 | 149,0 | 0,4 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 15% | 11% | 6% | 20% | 14% | 5% | 19% |

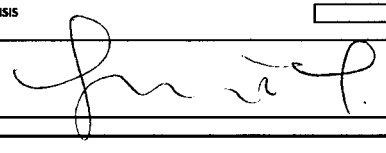
| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** |  |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **23** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 40 | 40 | 100 | 159 | 1,2 | 7,12 | 22,36 | 10,4 | 0,6 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 225,2 | 5,0 | 11,0 | 26,4 | 154,4 | 0,6 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 7% | 16% | 9% | 14% | 7% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA** 

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 55 | 55 | 100 | 200 | 7,26 | 1,045 | 39,655 | 9,9 | 2,805 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 265,7 | 11,1 | 4,9 | 43,7 | 153,9 | 2,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 16% | 7% | 16% | 14% | 32% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 14 | 14 | 100 | 66 | 0,896 | 2,744 | 9,394 | 5,32 | 0,28 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 132,1 | 4,7 | 6,6 | 13,5 | 149,3 | 0,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 7% | 7% | 10% | 5% | 14% | 3% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

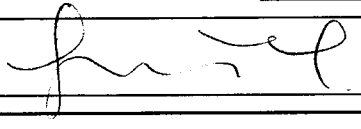
**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **26** |

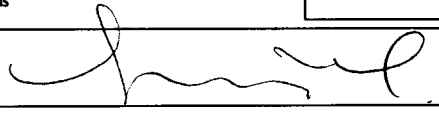
| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | GRANITOS DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 120 | 120 | 100 | 66 | 3,84 | 3,84 | 4,08 | 144 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 55 | 55 | 100 | 212 | 6,875 | 0,99 | 39,655 | 19,8 | 1,485 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 277,8 | 10,7 | 4,8 | 43,7 | 163,8 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 15% | 7% | 16% | 15% | 17% | 11% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** |  |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | **Ración para Preparar en Sitio** |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | **1** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 65 | 65 | 100 | 269 | 9,555 | 5,59 | 43,03 | 35,1 | 2,6 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 387,3 | 14,4 | 10,4 | 57,1 | 215,1 | 2,6 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 16% | 16% | 13% | 16% | 20% | 27% | 12% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** |  |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | Secundaria |
| **MENÚ No.** | 2 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | ARROZ DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, liquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 347,7 | 9,2 | 5,1 | 66,1 | 185,9 | 0,5 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 10% | 6% | 19% | 17% | 6% | 19% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, liquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 50 | 50 | 100 | 203 | 3,95 | 12,1 | 19,35 | 44 | 1,45 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 285,0 | 8,8 | 16,9 | 24,5 | 224,0 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 10% | 20% | 7% | 20% | 15% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 65 | 65 | 100 | 236 | 8,58 | 1,235 | 46,865 | 11,7 | 3,315 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 318,5 | 13,4 | 6,0 | 52,0 | 191,7 | 3,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 7% | 15% | 17% | 35% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | LECHE | A050 | Maíz opaco, crudo | 65 | 65 | 100 | 238 | 6,24 | 2,47 | 47,645 | 7,8 | 6,5 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 320,4 | 11,0 | 7,3 | 52,7 | 187,8 | 6,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 15% | 17% | 68% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE CEBADA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A014 | Cebada, perlada, cruda | 65 | 65 | 100 | 250 | 8,125 | 1,17 | 46,865 | 23,4 | 1,755 | 116 |
| Total | | | | | | | | 332,8 | 12,9 | 6,0 | 52,0 | 203,4 | 1,8 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 13% | 15% | 7% | 15% | 18% | 18% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

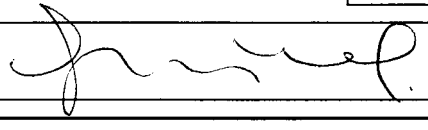
**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, liquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETA DULCE | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 21 | 21 | 100 | 99 | 1,344 | 4,116 | 14,091 | 7,98 | 0,42 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 181,6 | 6,1 | 8,9 | 19,2 | 188,0 | 0,4 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 7% | 7% | 11% | 6% | 17% | 4% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA** 

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

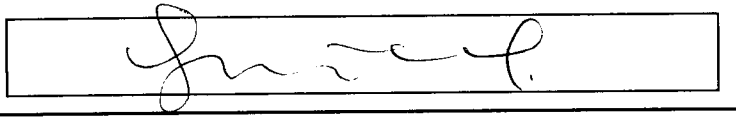
**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 65 | 65 | 100 | 241 | 0,195 | 0,065 | 59,41 | 1,3 | 0,325 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 358,7 | 5,0 | 4,9 | 73,4 | 181,3 | 0,3 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 6% | 6% | 21% | 16% | 4% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA** 

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HOJUELAS DE AVENA | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A029 | Harina de avena, cruda | 65 | 65 | 100 | 269 | 9,555 | 5,59 | 43,03 | 35,1 | 2,6 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 387,3 | 14,4 | 10,4 | 57,1 | 215,1 | 2,6 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 16% | 16% | 13% | 16% | 20% | 27% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 116 |
| **Tota!** | | | | | | | | 347,7 | 9,2 | 5,1 | 66,1 | 185,9 | 0,5 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 10% | 6% | 19% | 17% | 6% | 19% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | **11** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 50 | 50 | 100 | 199 | 1,5 | 8,9 | 27,95 | 13 | 0,75 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 281,5 | 6,3 | 13,7 | 33,1 | 193,0 | 0,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 7% | 17% | 9% | 18% | 8% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA** **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON CANELA Y LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO I | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para | 65 | 65 | 100 | 236 | 8,58 | 1,235 | 46,865 | 11,7 | 3,315 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | S.N. | Canela | Cantidad suficiente | | | | | | | | | |
| **Total** | | | | | | | | 318,5 | 13,4 | 6,0 | 52,0 | 191,7 | 3,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 7% | 15% | 17% | 35% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | LECHE | A050 | Maíz opaco, crudo | 65 | 65 | 100 | 238 | 6,24 | 2,47 | 47,645 | 7,8 | 6,5 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 320,4 | 11,0 | 7,3 | 52,7 | 187,8 | 6,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 15% | 17% | 68% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE GRANO DE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CEBADA CON LECHE | A014 | Cebada, perlada, cruda | 65 | 65 | 100 | 250 | 8,125 | 1,17 | 46,865 | 23,4 | 1,755 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 332,8 | 12,9 | 6,0 | 52,0 | 203,4 | 1,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 7% | 15% | 18% | 18% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | **15** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | MANTECADA | A054 | Mantecada, horneada | 50 | 50 | 100 | 203 | 3,95 | 12,1 | 19,35 | 44 | 1,45 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 285,0 | 8,8 | 16,9 | 24,5 | 224,0 | 1,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 10% | 20% | 7% | 20% | 15% | 11% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | Secundaria |
| **MENÚ No.** | 16 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III<br>GRUPO I | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, liquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 65 | 65 | 100 | 236 | 8,58 | 1,235 | 46,865 | 11,7 | 3,315 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 318,5 | 13,4 | 6,0 | 52,0 | 191,7 | 3,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 7% | 15% | 17% | 35% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

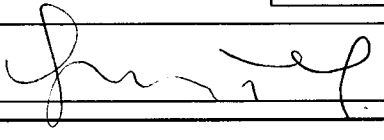
**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | 17 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | MAZAMORRA CON | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | LECHE | A050 | Maíz opaco, crudo | 65 | 65 | 100 | 238 | 6,24 | 2,47 | 47,645 | 7,8 | 6,5 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 320,4 | 11,0 | 7,3 | 52,7 | 187,8 | 6,5 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 13% | 9% | 15% | 17% | 68% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA** 

**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | Secundaria |
| **MENÚ No.** | 18 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | BROWNIE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 50 | 50 | 100 | 199 | 1,5 | 8,9 | 27,95 | 13 | 0,75 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 281,5 | 6,3 | 13,7 | 33,1 | 193,0 | 0,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 11% | 7% | 17% | 9% | 18% | 8% | 11% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | **19** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | | GALLETAS | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 21 | 21 | 100 | 99 | 1,344 | 4,116 | 14,091 | 7,98 | 0,42 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 181,6 | 6,1 | 8,9 | 19,2 | 188,0 | 0,4 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 7% | 7% | 11% | 6% | 17% | 4% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | | | A001 | Almidón de maíz, crudo | 65 | 65 | 100 | 241 | 0,195 | 0,065 | 59,41 | 1,3 | 0,325 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 13,7 |
| Total | | | | | | | | 358,7 | 5,0 | 4,9 | 73,4 | 181,3 | 0,3 | 177,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 14% | 6% | 6% | 21% | 16% | 4% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| LECHE Y PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | REFRESCO DE AVENA CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | | | A029 | Harina de avena, cruda | 65 | 65 | 100 | 269 | 9,555 | 5,59 | 43,03 | 35,1 | 2,6 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 13,7 |
| **Total** | | | | | | | | 387,3 | 14,4 | 10,4 | 57,1 | 215,1 | 2,6 | 177,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 16% | 16% | 13% | 16% | 20% | 27% | 12% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

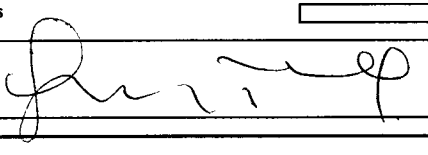
**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | DULCE DE ARROZ CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 116 |
| | | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 347,7 | 9,2 | 5,1 | 66,1 | 185,9 | 0,5 | 280,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 14% | 10% | 6% | 19% | 17% | 6% | 19% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA** 

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | PONQUE | A075 | Ponqué blanco, cubierto de | 50 | 50 | 100 | 199 | 1,5 | 8,9 | 27,95 | 13 | 0,75 | 116 |
| Total | | | | | | | | 281,5 | 6,3 | 13,7 | 33,1 | 193,0 | 0,8 | 164,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 11% | 7% | 17% | 9% | 18% | 8% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Refrigerio PM - RE

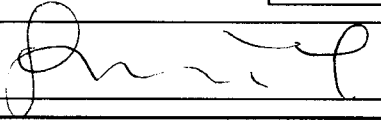
**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | | REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| | GRUPO III | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 65 | 65 | 100 | 236 | 8,58 | 1,235 | 46,865 | 11,7 | 3,315 | 116 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | | K003 | Azúcar blanco, granulado | 9 | 9 | 100 | 36 | 0 | 0 | 8,937 | 0 | 0,009 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 318,5 | 13,4 | 6,0 | 52,0 | 191,7 | 3,3 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 7% | 15% | 17% | 35% | 11% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

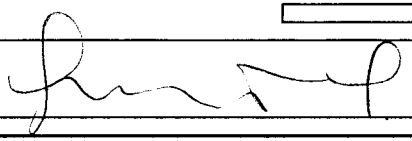


**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | **25** |

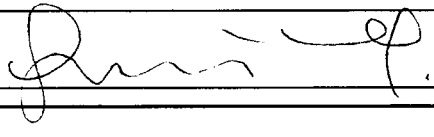
| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | VASO DE LECHE | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | GALLETAS | A023 | Galletas dulces, sin relleno | 21 | 21 | 100 | 99 | 1,344 | 4,116 | 14,091 | 7,98 | 0,42 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 181,6 | 6,1 | 8,9 | 19,2 | 188,0 | 0,4 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 7% | 7% | 11% | 6% | 17% | 4% | 11% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** |  |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Refrigerio PM - RE |
| **NIVEL** | **Secundaria** |
| **MENÚ No.** | **26** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| PRODCUTOS LACTEOS | GRUPO III | GRANITOS DE CEBADA | G012 | Leche de vaca, entera, líquida, | 150 | 150 | 100 | 83 | 4,8 | 4,8 | 5,1 | 180 | 0 | 47,97 |
| DERIVADOS DE CEREAL | GRUPO I | CON LECHE | A014 | Cebada, perlada, cruda | 65 | 65 | 100 | 250 | 8,125 | 1,17 | 46,865 | 23,4 | 1,755 | 116 |
| **Total** | | | | | | | | 332,8 | 12,9 | 6,0 | 52,0 | 203,4 | 1,8 | 164,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 13% | 15% | 7% | 15% | 18% | 18% | 11% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** |  |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

# 10.Menús Cena

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | CARNE ASADA | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0,361 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B059 | Lechuga común, cruda | 40 | 22 | 55 | 4 | 0,176 | 0,022 | 0,572 | 4,62 | 0,198 | 1,32 |
| | | LECHUGA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 40 | 32 | 80 | 7 | 0,288 | 0,032 | 1,312 | 2,88 | 0,16 | 1,92 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | C056 | Maracuyá, cruda | 15 | 4,8 | 32 | 3 | 0,072 | 0,024 | 0,5952 | 0,432 | 0,0816 | 0,288 |
| | GRUPO III | SORBETE DE CURUBA | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 373,9 | 20,0 | 16,5 | 35,7 | 136,9 | 2,1 | 442,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 29% | 44% | 38% | 20% | 20% | 38% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA KRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PEPINO GUISADO | B078 | Pepino de rellenar, crudo | 50 | 45 | 90 | 9 | 0,27 | 0,09 | 1,71 | 6,75 | 0,315 | 1,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 3 | 0,2268 | 0,1944 | 0,0054 | 0,954 | 0,0306 | 2,502 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 67 | 50,25 | 75 | 36 | 0,45225 | 0,15075 | 6,7335 | 6,5325 | 0,15075 | 1,5075 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Total | | | | | | 370,2 | 13,9 | 14,3 | 44,7 | 145,8 | 1,1 | 349,0 |
| | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | Adecuación | | | | | | 28% | 30% | 33% | 25% | 21% | 20% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Preescolar** |
| **MENÚ No.** | 3 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 60 | 51 | 85 | 24 | 0,357 | 0,051 | 4,845 | 13,77 | 0,204 | 17,85 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 8 | 8 | 100 | 29 | 1,056 | 0,152 | 5,768 | 1,44 | 0,408 | 0,16 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 354,7 | 10,8 | 13,4 | 46,6 | 66,5 | 2,5 | 367,7 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 27% | 24% | 31% | 26% | 10% | 45% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Preescolar** |
| **MENÚ No.** | 4 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO FRITO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 80 | 13 | 0,336 | 0,024 | 2,472 | 3,84 | 0,192 | 17,04 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,018 | 0,668 | 0,108 | 0,28 | 0,004 | 14,22 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 328,9 | 9,4 | 13,2 | 41,1 | 46,4 | 1,7 | 381,2 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 25% | 21% | 31% | 23% | 7% | 31% | 34% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ALBONDIGAS EN SALSA CRIOLLA (SERVIR SOBRE LA PASTA) | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI SUDADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 35 | 35 | 100 | 130 | 4,55 | 0,525 | 26,145 | 8,75 | 1,365 | 2,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B059 | Lechuga común, cruda | 40 | 22 | 55 | 4 | 0,176 | 0,022 | 0,572 | 4,62 | 0,198 | 1,32 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 40 | 32 | 80 | 7 | 0,288 | 0,032 | 1,312 | 2,88 | 0,16 | 1,92 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 15 | 7,5 | 50 | 3 | 0,0225 | 0,0225 | 0,6975 | 1,425 | 0,0375 | 0,3 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 305,0 | 15,4 | 11,3 | 34,4 | 24,4 | 3,3 | 303,8 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 23% | 34% | 26% | 19% | 3% | 60% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 60 | 51 | 85 | 15 | 0,408 | 0,102 | 2,958 | 10,2 | 0,408 | 0,51 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 321,0 | 10,0 | 13,3 | 39,7 | 65,1 | 2,4 | 351,5 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 25% | 22% | 31% | 22% | 9% | 43% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESHILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA | B059 | Lechuga común, cruda | 50 | 27,5 | 55 | 5 | 0,22 | 0,0275 | 0,715 | 5,775 | 0,2475 | 1,65 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 5 | 4,25 | 85 | 2 | 0,02975 | 0,00425 | 0,40375 | 1,1475 | 0,017 | 1,4875 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 67 | 46,9 | 70 | 47 | 0,7035 | 0,0469 | 10,4587 | 3,752 | 0,4221 | 1,407 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 376,4 | 13,8 | 13,9 | 47,8 | 141,3 | 1,3 | 347,5 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 29% | 30% | 32% | 26% | 20% | 23% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GUISADO DE CALABAZÍN CON ZANAHORIA | B026 | Calabaza, sin cáscara, cruda | 60 | 54 | 90 | 17 | 0,432 | 0,216 | 2,43 | 12,96 | 0,162 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 80 | 60 | 75 | 43 | 0,54 | 0,18 | 8,04 | 7,8 | 0,18 | 1,8 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 404,5 | 13,5 | 16,9 | 46,8 | 177,3 | 1,6 | 398,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 30% | 39% | 26% | 25% | 29% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DE RES SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 100 | 124 | 2,345 | 0,14 | 28,035 | 3,15 | 0,28 | 0,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 40 | 38 | 95 | 15 | 0,532 | 0,038 | 2,926 | 9,12 | 0,114 | 1,52 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 40 | 32 | 80 | 7 | 0,288 | 0,032 | 1,312 | 2,88 | 0,16 | 1,92 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 15 | 9 | 60 | 4 | 0,063 | 0,027 | 0,792 | 2,97 | 0,117 | 0,18 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 309,9 | 13,5 | 10,9 | 38,7 | 24,7 | 2,3 | 302,4 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 24% | 30% | 25% | 21% | 4% | 40% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A01C | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 60 | 51 | 85 | 15 | 0,408 | 0,102 | 2,958 | 10,2 | 0,408 | 0,51 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 30 | 30 | 100 | 90 | 5,25 | 7,65 | 0,09 | 175,8 | 0,12 | 280,5 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 95 | 30,4 | 32 | 18 | 0,456 | 0,152 | 3,7696 | 2,736 | 0,5168 | 1,824 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 404,2 | 15,2 | 21,0 | 38,2 | 223,0 | 2,3 | 632,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 33% | 48% | 21% | 32% | 41% | 56% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GOULASH DE HABICHUELA Y ZANAHORIA | B052 | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 90 | 12 | 0,567 | 0 | 1,944 | 10,8 | 0,27 | 1,62 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 38 | 0,285 | 0 | 8,1225 | 7,125 | 0,2375 | 1,9 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 333,4 | 9,4 | 12,5 | 43,8 | 56,3 | 1,7 | 354,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 21% | 29% | 24% | 8% | 31% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 100 | 124 | 2,345 | 0,14 | 28,035 | 3,15 | 0,28 | 0,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA, TOMATE, ZANAHORIA Y LIMÓN | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 80 | 48 | 60 | 23 | 0,432 | 0,048 | 4,272 | 4,8 | 0,288 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 332,1 | 13,8 | 11,0 | 42,8 | 28,0 | 2,4 | 307,2 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 26% | 30% | 25% | 24% | 4% | 43% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE PECHUGA, TOMATE Y LECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| CEREALES | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 50 | 50 | 100 | 139 | 4,45 | 0,8 | 28,4 | 12,5 | 0,95 | 591,5 |
| | | | B059 | Lechuga común, cruda | 25 | 13,75 | 55 | 2 | 0,11 | 0,01375 | 0,3575 | 2,8875 | 0,12375 | 0,825 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 30 | 30 | 100 | 86 | 7,02 | 5,61 | 1,77 | 121,5 | 0,15 | 142,5 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 67 | 40,2 | 60 | 23 | 0,6834 | 0,0402 | 5,025 | 4,02 | 0,3216 | 0,402 |
| | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 400,7 | 19,8 | 16,7 | 42,4 | 146,8 | 1,9 | 1030,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 43% | 39% | 23% | 21% | 34% | 91% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 31 | 31 | 100 | 115 | 4,03 | 0,465 | 23,157 | 7,75 | 1,209 | 1,86 |
| | | ANILLOS DE CABEZONA CON TOMATE, LIMÓN Y SAL | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 2 | 1 | 50 | 0 | 0,003 | 0,003 | 0,093 | 0,19 | 0,005 | 0,04 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 67 | 33,5 | 50 | 15 | 0,1005 | 0,1005 | 3,1155 | 6,365 | 0,1675 | 1,34 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 290,4 | 12,0 | 10,9 | 35,1 | 26,5 | 1,8 | 299,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 26% | 25% | 19% | 4% | 33% | 26% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE A LA PLANCHA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI CON GUISO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 35 | 35 | 100 | 130 | 4,55 | 0,525 | 26,145 | 8,75 | 1,365 | 2,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 90 | 67,5 | 75 | 48 | 0,6075 | 0,2025 | 9,045 | 8,775 | 0,2025 | 2,025 |
| | GRUPO II | CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 413,5 | 19,3 | 14,9 | 47,7 | 150,2 | 3,4 | 353,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 42% | 34% | 26% | 21% | 62% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 40 | 36 | 90 | 15 | 0,756 | 0 | 2,592 | 14,4 | 0,36 | 2,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 21 | 0,1425 | 0,1425 | 4,4175 | 9,025 | 0,2375 | 1,9 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 316,7 | 9,4 | 12,6 | 40,0 | 59,5 | 1,8 | 351,7 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 24% | 21% | 29% | 22% | 8% | 32% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DORADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 66 | 10,058 | 2,82 | 0,094 | 7,99 | 0,376 | 24,44 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 100 | 124 | 2,345 | 0,14 | 28,035 | 3,15 | 0,28 | 0,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE REPOLLO Y PIÑA | B099 | Repollo blanco, crudo | 30 | 21 | 70 | 8 | 0,378 | 0,063 | 1,344 | 9,24 | 0,105 | 3,78 |
| | | | C055 | Manzana de agua, cruda | 30 | 19,5 | 65 | 10 | 0,3315 | 0,195 | 1,794 | 2,34 | 0,078 | 1,56 |
| | | | G001 | Crema de leche | 5 | 5 | 100 | 17 | 0,105 | 1,75 | 0,085 | 3,4 | 0 | 2,3 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 80 | 48 | 60 | 20 | 0,336 | 0,144 | 4,224 | 15,84 | 0,624 | 0,96 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 338,4 | 13,6 | 13,1 | 41,0 | 45,1 | 1,8 | 307,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 30% | 30% | 23% | 6% | 31% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 100 | 124 | 2,345 | 0,14 | 28,035 | 3,15 | 0,28 | 0,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 190 | 60,8 | 32 | 36 | 0,912 | 0,304 | 7,5392 | 5,472 | 1,0336 | 3,648 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 334,3 | 14,1 | 11,2 | 43,8 | 22,7 | 3,1 | 304,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 31% | 26% | 24% | 3% | 55% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE VERDURAS Y MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 90 | 8 | 0,378 | 0 | 1,296 | 7,2 | 0,18 | 1,08 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 70 | 60 | 0,8925 | 0,0595 | 13,2685 | 4,76 | 0,5355 | 1,785 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 431,1 | 13,3 | 17,7 | 53,1 | 171,6 | 2,0 | 434,5 |
| | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 33% | 29% | 41% | 29% | 25% | 36% | 38% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 100 | 124 | 2,345 | 0,14 | 28,035 | 3,15 | 0,28 | 0,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA Y PEPINO | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 25 | 18,75 | 75 | 3 | 0,09375 | 0,01875 | 0,43125 | 3,375 | 0,05625 | 0,375 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 10 | 0,3325 | 0,02375 | 1,82875 | 5,7 | 0,07125 | 0,95 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 190 | 95 | 50 | 75 | 0,57 | 0 | 16,245 | 14,25 | 0,475 | 3,8 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 372,8 | 13,6 | 10,9 | 52,7 | 30,5 | 2,2 | 301,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 29% | 30% | 25% | 29% | 4% | 39% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | CERDO ASADO | B009 | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 95 | 3 | 0,0893 | 0,0057 | 0,5567 | 0,76 | 0,0247 | 0,361 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 50 | 50 | 100 | 139 | 4,45 | 0,8 | 28,4 | 12,5 | 0,95 | 591,5 |
| | | | B059 | Lechuga común, cruda | 40 | 22 | 55 | 4 | 0,176 | 0,022 | 0,572 | 4,62 | 0,198 | 1,32 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 40 | 32 | 80 | 7 | 0,288 | 0,032 | 1,312 | 2,88 | 0,16 | 1,92 |
| BEBIDAS | GRUPO III | | C056 | Maracuyá, cruda | 15 | 4,8 | 32 | 3 | 0,072 | 0,024 | 0,5952 | 0,432 | 0,0816 | 0,288 |
| | GRUPO II | SORBETE DE MARACUYÁ | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 403,2 | 22,4 | 17,2 | 39,2 | 146,1 | 2,8 | 1033,4 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| Adecuación | | | | | | | | 31% | 49% | 40% | 22% | 21% | 51% | 91% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 60 | 51 | 85 | 15 | 0,408 | 0,102 | 2,958 | 10,2 | 0,408 | 0,51 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 90 | 8 | 0,6804 | 0,5832 | 0,0162 | 2,862 | 0,0918 | 7,506 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 325,0 | 10,1 | 13,2 | 39,8 | 52,0 | 2,0 | 350,3 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 25% | 22% | 31% | 22% | 7% | 36% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA HILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | ESPAGUETTI CON SALSA CAMPESINA | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| CEREALES | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 31 | 31 | 100 | 115 | 4,03 | 0,465 | 23,157 | 7,75 | 1,209 | 1,86 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA VERDE | B059 | Lechuga común, cruda | 25 | 13,75 | 55 | 2 | 0,11 | 0,01375 | 0,3575 | 2,8875 | 0,12375 | 0,825 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 25 | 18,75 | 75 | 3 | 0,09375 | 0,01875 | 0,43125 | 3,375 | 0,05625 | 0,375 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 90 | 1 | 0,0414 | 0,0108 | 0,1062 | 1,476 | 0,0324 | 0,828 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE CURUBA | C021 | Curuba, cruda | 67 | 33,5 | 50 | 13 | 0,201 | 0,0335 | 2,8475 | 2,345 | 0,335 | 28,475 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 344,7 | 15,2 | 14,3 | 38,0 | 144,7 | 2,1 | 374,3 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 27% | 33% | 33% | 21% | 21% | 37% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE DE RES CON HOGAO | F099 | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 100 | 65 | 10,246 | 2,679 | 0 | 2,82 | 1,269 | 23,97 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 100 | 124 | 2,345 | 0,14 | 28,035 | 3,15 | 0,28 | 0,7 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADITAS DE TOMATE CON LIMÓN Y SAL | B103 | Tomate, crudo | 50 | 40 | 80 | 9 | 0,36 | 0,04 | 1,64 | 3,6 | 0,2 | 2,4 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 120 | 60 | 50 | 26 | 0,18 | 0,18 | 5,58 | 11,4 | 0,3 | 2,4 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 320,4 | 13,2 | 11,1 | 41,1 | 25,2 | 2,4 | 303,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 29% | 26% | 23% | 4% | 42% | 27% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GUISADO DE VERDURAS MIXTAS | B052 | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 90 | 12 | 0,567 | 0 | 1,944 | 10,8 | 0,27 | 1,62 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 319,3 | 9,5 | 12,7 | 40,7 | 67,9 | 2,3 | 353,3 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| | | | Adecuación | | | | | 25% | 21% | 29% | 22% | 10% | 40% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Preescolar

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | POLLO APANADO | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 93 | 59 | 7,31538 | 3,25128 | 0,03534 | 3,8874 | 0,24738 | 22,2642 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 80 | 0 | 0,0144 | 0,0016 | 0,0656 | 0,144 | 0,008 | 0,096 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ESPINACA CON FRESA, MANGO Y CREMA DE LECHE | B044 | Espinaca, cruda | 20 | 12 | 60 | 4 | 0,348 | 0,024 | 0,456 | 14,76 | 0,288 | 7,92 |
| | | | C025 | Fresa, madura, cruda | 15 | 14,25 | 95 | 6 | 0,114 | 0,07125 | 1,18275 | 2,9925 | 0,07125 | 0,285 |
| | | | C051 | Mango común, crudo | 15 | 7,5 | 50 | 6 | 0,045 | 0 | 1,2825 | 1,125 | 0,0375 | 0,3 |
| | | | G001 | Crema de leche | 2 | 2 | 100 | 7 | 0,042 | 0,7 | 0,034 | 1,36 | 0 | 0,92 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 86 | 60,2 | 70 | 61 | 0,903 | 0,0602 | 13,4246 | 4,816 | 0,5418 | 1,806 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,7 | 0,7 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,168 | 0,0021 | 271,467 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 7 | 7 | 100 | 63 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 404,6 | 14,3 | 14,7 | 52,4 | 155,2 | 1,5 | 353,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PREESCOLAR** | | | | | | | | 1300 | 45,5 | 43,3 | 182 | 700 | 5,6 | 1133 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 31% | 31% | 34% | 29% | 22% | 27% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **1** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE ASADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0,5415 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B059 | Lechuga común, cruda | 45 | 24,75 | 55 | 4 | 0,198 | 0,02475 | 0,6435 | 5,1975 | 0,22275 | 1,485 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 45 | 36 | 80 | 8 | 0,324 | 0,036 | 1,476 | 3,24 | 0,18 | 2,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE CURUBA | C056 | Maracuyá, cruda | 150 | 48 | 32 | 29 | 0,72 | 0,24 | 5,952 | 4,32 | 0,816 | 2,88 |
| | GRUPO III | #¡REF! | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 40 | 40 | 100 | 114 | 9,36 | 7,48 | 2,36 | 162 | 0,2 | 190 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 460,5 | 24,8 | 21,1 | 42,2 | 183,3 | 3,2 | 536,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 44% | 39% | 18% | 23% | 52% | 45% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA KRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PEPINO GUISADO | B078 | Pepino de rellenar, crudo | 67 | 60,3 | 90 | 13 | 0,3618 | 0,1206 | 2,2914 | 9,045 | 0,4221 | 2,412 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 20 | 8 | 40 | 3 | 0,096 | 0,008 | 0,544 | 4,56 | 0,04 | 1,2 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 3,753 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 67 | 50,25 | 75 | 36 | 0,45225 | 0,15075 | 6,7335 | 6,5325 | 0,15075 | 1,5075 |
| | GRUPO III | CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 419,2 | 15,7 | 16,0 | 51,2 | 154,4 | 1,4 | 394,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 28% | 29% | 22% | 19% | 22% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 70 | 59,5 | 85 | 28 | 0,4165 | 0,0595 | 5,6525 | 16,065 | 0,238 | 20,825 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 10 | 10 | 100 | 36 | 1,32 | 0,19 | 7,21 | 1,8 | 0,51 | 0,2 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 399,4 | 11,7 | 14,7 | 53,9 | 70,8 | 2,8 | 412,1 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 25% | 21% | 27% | 24% | 9% | 44% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 4 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO FRITO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 80 | 15 | 0,392 | 0,028 | 2,884 | 4,48 | 0,224 | 19,88 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,027 | 1,002 | 0,162 | 0,42 | 0,006 | 21,33 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 367,0 | 9,8 | 14,6 | 47,0 | 49,0 | 1,8 | 431,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 17% | 27% | 21% | 6% | 30% | 36% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ |
| **FIRMA** | |
| **MATRÍCULA PROFESIONAL** | 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ALBONDIGAS EN SALSA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | CRIOLLA (SERVIR SOBRE | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | LA PASTA) | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 40 | 40 | 100 | 148 | 5,2 | 0,6 | 29,88 | 10 | 1,56 | 2,4 |
| | | ESPAGUETTI SUDADO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B059 | Lechuga común, cruda | 45 | 24,75 | 55 | 4 | 0,198 | 0,02475 | 0,6435 | 5,1975 | 0,22275 | 1,485 |
| | | LECHUGA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 45 | 36 | 80 | 8 | 0,324 | 0,036 | 1,476 | 3,24 | 0,18 | 2,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 150 | 75 | 50 | 33 | 0,225 | 0,225 | 6,975 | 14,25 | 0,375 | 3 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 384,4 | 18,0 | 14,0 | 44,7 | 40,5 | 4,2 | 350,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 32% | 26% | 20% | 5% | 67% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 70 | 59,5 | 85 | 18 | 0,476 | 0,119 | 3,451 | 11,9 | 0,476 | 0,595 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 357,0 | 10,6 | 14,6 | 45,2 | 68,5 | 2,6 | 393,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 19% | 27% | 20% | 9% | 41% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESHILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA | B059 | Lechuga común, cruda | 67 | 36,85 | 55 | 7 | 0,2948 | 0,03685 | 0,9581 | 7,7385 | 0,33165 | 2,211 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 85 | 6 | 0,08925 | 0,01275 | 1,21125 | 3,4425 | 0,051 | 4,4625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 67 | 46,9 | 70 | 47 | 0,7035 | 0,0469 | 10,4587 | 3,752 | 0,4221 | 1,407 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 425,4 | 15,6 | 15,5 | 54,5 | 148,4 | 1,6 | 394,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 27% | 29% | 24% | 19% | 25% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GUISADO DE CALABAZÍN CON ZANAHORIA | B026 | Calabaza, sin cáscara, cruda | 70 | 63 | 90 | 20 | 0,504 | 0,252 | 2,835 | 15,12 | 0,189 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 80 | 60 | 75 | 43 | 0,54 | 0,18 | 8,04 | 7,8 | 0,18 | 1,8 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 440,8 | 14,1 | 18,2 | 52,3 | 181,1 | 1,7 | 440,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 25% | 33% | 23% | 23% | 28% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **9** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DE RES SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 45 | 42,75 | 95 | 17 | 0,5985 | 0,04275 | 3,29175 | 10,26 | 0,12825 | 1,71 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 45 | 36 | 80 | 8 | 0,324 | 0,036 | 1,476 | 3,24 | 0,18 | 2,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 150 | 90 | 60 | 37 | 0,63 | 0,27 | 7,92 | 29,7 | 1,17 | 1,8 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 393,2 | 16,3 | 13,7 | 50,4 | 54,4 | 3,6 | 347,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 29% | 25% | 22% | 7% | 58% | 29% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 70 | 59,5 | 85 | 18 | 0,476 | 0,119 | 3,451 | 11,9 | 0,476 | 0,595 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 40 | 40 | 100 | 120 | 7 | 10,2 | 0,12 | 234,4 | 0,16 | 374 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 95 | 30,4 | 32 | 18 | 0,456 | 0,152 | 3,7696 | 2,736 | 0,5168 | 1,824 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 470,3 | 17,6 | 24,7 | 43,7 | 285,0 | 2,5 | 767,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| Adecuación | | | | | | | | 29% | 31% | 46% | 19% | 36% | 40% | 64% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GOULASH DE HABICHUELA Y ZANAHORIA | B052 | Habichuela, cruda | 35 | 31,5 | 90 | 14 | 0,6615 | 0 | 2,268 | 12,6 | 0,315 | 1,89 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 38 | 0,285 | 0 | 8,1225 | 7,125 | 0,2375 | 1,9 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 368,1 | 9,9 | 13,5 | 49,6 | 59,9 | 1,9 | 394,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 17% | 25% | 22% | 7% | 30% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **12** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA, TOMATE, ZANAHORIA Y LIMÓN | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 7 | 3,5 | 50 | 2 | 0,0105 | 0,0105 | 0,3255 | 0,665 | 0,0175 | 0,14 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 80 | 48 | 60 | 23 | 0,432 | 0,048 | 4,272 | 4,8 | 0,288 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 383,4 | 16,0 | 13,4 | 47,7 | 31,6 | 2,7 | 353,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 28% | 25% | 21% | 4% | 44% | 29% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** | | |
| **FIRMA** | | **MATRÍCULA PROFESIONAL** | **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 13 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE PECHUGA, TOMATE Y LECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| CEREALES | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 709,8 |
| | | | B059 | Lechuga común, cruda | 30 | 16,5 | 55 | 3 | 0,132 | 0,0165 | 0,429 | 3,465 | 0,1485 | 0,99 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| | | | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 40 | 40 | 100 | 114 | 9,36 | 7,48 | 2,36 | 162 | 0,2 | 190 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 67 | 40,2 | 60 | 23 | 0,6834 | 0,0402 | 5,025 | 4,02 | 0,3216 | 0,402 |
| | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 480,7 | 24,2 | 20,3 | 49,9 | 191,3 | 2,2 | 1238,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 42% | 37% | 22% | 24% | 36% | 103% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **14** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 36 | 36 | 100 | 134 | 4,68 | 0,54 | 26,892 | 9 | 1,404 | 2,16 |
| | | ANILLOS DE CABEZONA CON TOMATE, LIMÓN Y SAL | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 67 | 33,5 | 50 | 15 | 0,1005 | 0,1005 | 3,1155 | 6,365 | 0,1675 | 1,34 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 334,6 | 13,9 | 12,5 | 40,5 | 30,2 | 2,1 | 342,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 21% | 24% | 23% | 18% | 4% | 34% | 29% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE A LA PLANCHA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI CON GUISO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 40 | 40 | 100 | 148 | 5,2 | 0,6 | 29,88 | 10 | 1,56 | 2,4 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 90 | 67,5 | 75 | 48 | 0,6075 | 0,2025 | 9,045 | 8,775 | 0,2025 | 2,025 |
| | GRUPO II | CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 461,5 | 21,7 | 17,5 | 51,5 | 152,2 | 3,9 | 396,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 38% | 32% | 23% | 19% | 62% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 50 | 45 | 90 | 19 | 0,945 | 0 | 3,24 | 18 | 0,45 | 2,7 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 21 | 0,1425 | 0,1425 | 4,4175 | 9,025 | 0,2375 | 1,9 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 351,3 | 9,9 | 13,7 | 45,6 | 63,8 | 1,9 | 391,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 17% | 25% | 20% | 8% | 31% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** ULY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **17** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CÓDIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DORADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 77 | 11,77 | 3,3 | 0,11 | 9,35 | 0,44 | 28,6 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE REPOLLO Y PIÑA | B099 | Repollo blanco, crudo | 30 | 21 | 70 | 8 | 0,378 | 0,063 | 1,344 | 9,24 | 0,105 | 3,78 |
| | | | C055 | Manzana de agua, cruda | 30 | 19,5 | 65 | 10 | 0,3315 | 0,195 | 1,794 | 2,34 | 0,078 | 1,56 |
| | | | G001 | Crema de leche | 7 | 7 | 100 | 23 | 0,147 | 2,45 | 0,119 | 4,76 | 0 | 3,22 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 80 | 48 | 60 | 20 | 0,336 | 0,144 | 4,224 | 15,84 | 0,624 | 0,96 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 392,0 | 15,7 | 16,3 | 45,1 | 48,5 | 1,9 | 351,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 28% | 30% | 20% | 6% | 30% | 29% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Primero, Segundo y Tercero |
| **MENÚ No.** | 18 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 26,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 190 | 60,8 | 32 | 36 | 0,912 | 0,304 | 7,5392 | 5,472 | 1,0336 | 3,648 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 384,3 | 16,3 | 13,7 | 48,4 | 25,7 | 3,4 | 348,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 29% | 25% | 21% | 3% | 54% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE VERDURAS Y MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 25 | 22,5 | 90 | 10 | 0,4725 | 0 | 1,62 | 9 | 0,225 | 1,35 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 100 | 16 | 0,045 | 1,67 | 0,27 | 0,7 | 0,01 | 35,55 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 70 | 60 | 0,8925 | 0,0595 | 13,2685 | 4,76 | 0,5355 | 1,785 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 465,8 | 13,8 | 18,7 | 58,9 | 175,3 | 2,1 | 475,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 29% | 24% | 34% | 26% | 22% | 35% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **20** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA Y PEPINO | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 30 | 22,5 | 75 | 3 | 0,1125 | 0,0225 | 0,5175 | 4,05 | 0,0675 | 0,45 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 11 | 0,399 | 0,0285 | 2,1945 | 6,84 | 0,0855 | 1,14 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 190 | 95 | 50 | 75 | 0,57 | 0 | 16,245 | 14,25 | 0,475 | 3,8 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 422,5 | 15,8 | 13,4 | 57,2 | 33,8 | 2,5 | 345,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 28% | 25% | 25% | 4% | 40% | 29% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | CERDO ASADO | B009 | Ajo, crudo | 3 | 2,85 | 95 | 4 | 0,13395 | 0,00855 | 0,83505 | 1,14 | 0,03705 | 0,5415 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 60 | 60 | 100 | 167 | 5,34 | 0,96 | 34,08 | 15 | 1,14 | 709,8 |
| | | | B059 | Lechuga común, cruda | 45 | 24,75 | 55 | 4 | 0,198 | 0,02475 | 0,6435 | 5,1975 | 0,22275 | 1,485 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 45 | 36 | 80 | 8 | 0,324 | 0,036 | 1,476 | 3,24 | 0,18 | 2,16 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE MARACUYÁ | C05€ | Maracuyá, cruda | 150 | 48 | 32 | 29 | 0,72 | 0,24 | 5,952 | 4,32 | 0,816 | 2,88 |
| | GRUPO II | 0 | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 40 | 40 | 100 | 114 | 9,36 | 7,48 | 2,36 | 162 | 0,2 | 190 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 517,6 | 28,1 | 21,9 | 51,4 | 195,1 | 4,1 | 1245,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 32% | 49% | 40% | 23% | 24% | 66% | 104% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | 22 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 70 | 59,5 | 85 | 18 | 0,476 | 0,119 | 3,451 | 11,9 | 0,476 | 0,595 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 8 | 7,2 | 90 | 11 | 0,9072 | 0,7776 | 0,0216 | 3,816 | 0,1224 | 10,008 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 361,0 | 10,7 | 14,5 | 45,3 | 55,4 | 2,2 | 391,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 22% | 19% | 27% | 20% | 7% | 35% | 33% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **23** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA HILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | ESPAGUETTI CON SALSA CAMPESINA | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| CEREALES | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 36 | 36 | 100 | 134 | 4,68 | 0,54 | 26,892 | 9 | 1,404 | 2,16 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA VERDE | B059 | Lechuga común, cruda | 30 | 16,5 | 55 | 3 | 0,132 | 0,0165 | 0,429 | 3,465 | 0,1485 | 0,99 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 30 | 22,5 | 75 | 3 | 0,1125 | 0,0225 | 0,5175 | 4,05 | 0,0675 | 0,45 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE CURUBA | C021 | Curuba, cruda | 67 | 33,5 | 50 | 13 | 0,201 | 0,0335 | 2,8475 | 2,345 | 0,335 | 28,475 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 387,2 | 17,1 | 15,9 | 43,0 | 148,9 | 2,4 | 417,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 30% | 29% | 19% | 19% | 38% | 35% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **24** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE DE RES CON HOGAO | F099 | Res, carne magra, cruda | 55 | 55 | 100 | 76 | 11,99 | 3,135 | 0 | 3,3 | 1,485 | 28,05 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 40 | 40 | 100 | 141 | 2,68 | 0,16 | 32,04 | 3,6 | 0,32 | 0,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADITAS DE TOMATE CON LIMÓN Y | B103 | Tomate, crudo | 60 | 48 | 80 | 11 | 0,432 | 0,048 | 1,968 | 4,32 | 0,24 | 2,88 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 120 | 60 | 50 | 26 | 0,18 | 0,18 | 5,58 | 11,4 | 0,3 | 2,4 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 369,5 | 15,4 | 13,5 | 45,5 | 27,4 | 2,7 | 347,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 27% | 25% | 20% | 3% | 43% | 29% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Primero, Segundo y Tercero** |
| **MENÚ No.** | **25** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GUISADO DE VERDURAS MIXTAS | B052 | Habichuela, cruda | 35 | 31,5 | 90 | 14 | 0,6615 | 0 | 2,268 | 12,6 | 0,315 | 1,89 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 354,0 | 10,0 | 13,7 | 46,5 | 71,6 | 2,4 | 394,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 18% | 25% | 20% | 9% | 38% | 33% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Primero, Segundo y Tercero

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA KRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 44 | 40,92 | 93 | 68 | 8,47044 | 3,76464 | 0,04092 | 4,5012 | 0,28644 | 25,7796 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 80 | 1 | 0,0216 | 0,0024 | 0,0984 | 0,216 | 0,012 | 0,144 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 36 | 36 | 100 | 127 | 2,412 | 0,144 | 28,836 | 3,24 | 0,288 | 0,72 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 40 | 0 | 0,0144 | 0,0012 | 0,0816 | 0,684 | 0,006 | 0,18 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ESPINACA CON FRESA, MANGO Y CREMA DE LECHE | B044 | Espinaca, cruda | 30 | 18 | 60 | 6 | 0,522 | 0,036 | 0,684 | 22,14 | 0,432 | 11,88 |
| | | | C025 | Fresa, madura, cruda | 20 | 19 | 95 | 9 | 0,152 | 0,095 | 1,577 | 3,99 | 0,095 | 0,38 |
| | | | C051 | Mango común, crudo | 20 | 10 | 50 | 8 | 0,06 | 0 | 1,71 | 1,5 | 0,05 | 0,4 |
| | | | G001 | Crema de leche | 3 | 3 | 100 | 10 | 0,063 | 1,05 | 0,051 | 2,04 | 0 | 1,38 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 70 | 60 | 0,8925 | 0,0595 | 13,2685 | 4,76 | 0,5355 | 1,785 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 0,8 | 0,8 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,192 | 0,0024 | 310,248 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 8 | 8 | 100 | 72 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | **Total** | | | | | | 453,7 | 16,0 | 16,6 | 58,4 | 166,1 | 1,8 | 401,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO** | | | | | | | | 1629 | 57 | 54,3 | 228,1 | 800 | 6,2 | 1200 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 28% | 31% | 26% | 21% | 29% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | CARNE ASADA | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0,722 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B059 | Lechuga común, cruda | 50 | 27,5 | 55 | 5 | 0,22 | 0,0275 | 0,715 | 5,775 | 0,2475 | 1,65 |
| | | LECHUGA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 50 | 40 | 80 | 9 | 0,36 | 0,04 | 1,64 | 3,6 | 0,2 | 2,4 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE CURUBA | C056 | Maracuyá, cruda | 150 | 48 | 32 | 29 | 0,72 | 0,24 | 5,952 | 4,32 | 0,816 | 2,88 |
| | GRUPO III | #¡REF! | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 45 | 45 | 100 | 129 | 10,53 | 8,415 | 2,655 | 182,25 | 0,225 | 213,75 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 506,8 | 27,8 | 24,5 | 43,0 | 205,6 | 3,5 | 642,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 40% | 37% | 15% | 19% | 40% | 43% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CÓDIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA KRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PEPINO GUISADO | B078 | Pepino de rellenar, crudo | 78 | 70,2 | 90 | 15 | 0,4212 | 0,1404 | 2,6676 | 10,53 | 0,4914 | 2,808 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 25 | 10 | 40 | 4 | 0,12 | 0,01 | 0,68 | 5,7 | 0,05 | 1,5 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 4 | 0,3402 | 0,2916 | 0,0081 | 1,431 | 0,0459 | 3,753 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 67 | 50,25 | 75 | 36 | 0,45225 | 0,15075 | 6,7335 | 6,5325 | 0,15075 | 1,5075 |
| | GRUPO III | CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 504,5 | 18,0 | 18,6 | 64,1 | 160,3 | 1,7 | 477,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 26% | 28% | 23% | 15% | 19% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 80 | 68 | 85 | 32 | 0,476 | 0,068 | 6,46 | 18,36 | 0,272 | 23,8 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 15 | 15 | 100 | 54 | 1,98 | 0,285 | 10,815 | 2,7 | 0,765 | 0,3 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 502,1 | 14,2 | 17,5 | 70,4 | 79,0 | 3,3 | 501,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 20% | 26% | 25% | 7% | 38% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO FRITO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 80 | 68 | 85 | 32 | 0,476 | 0,068 | 6,46 | 18,36 | 0,272 | 23,8 |
| | | | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 80 | 6 | 0,168 | 0,012 | 1,236 | 1,92 | 0,096 | 8,52 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 15 | 15 | 100 | 49 | 0,135 | 5,01 | 0,81 | 2,1 | 0,03 | 106,65 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 486,7 | 11,0 | 20,7 | 61,6 | 60,1 | 2,0 | 596,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 16% | 31% | 22% | 5% | 23% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ALBONDIGAS EN SALSA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | CRIOLLA (SERVIR SOBRE | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | LA PASTA) | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI SUDADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 55 | 55 | 100 | 204 | 7,15 | 0,825 | 41,085 | 13,75 | 2,145 | 3,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B059 | Lechuga común, cruda | 50 | 27,5 | 55 | 5 | 0,22 | 0,0275 | 0,715 | 5,775 | 0,2475 | 1,65 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 50 | 40 | 80 | 9 | 0,36 | 0,04 | 1,64 | 3,6 | 0,2 | 2,4 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 150 | 75 | 50 | 33 | 0,225 | 0,225 | 6,975 | 14,25 | 0,375 | 3 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 471,3 | 21,8 | 16,7 | 56,3 | 46,3 | 5,0 | 433,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 31% | 25% | 20% | 4% | 58% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | 6 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 80 | 68 | 85 | 20 | 0,544 | 0,136 | 3,944 | 13,6 | 0,544 | 0,68 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 440,0 | 12,5 | 17,3 | 57,8 | 75,1 | 2,9 | 479,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 18% | 26% | 21% | 7% | 33% | 32% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESHILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA | B059 | Lechuga común, cruda | 78 | 42,9 | 55 | 8 | 0,3432 | 0,0429 | 1,1154 | 9,009 | 0,3861 | 2,574 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 25 | 20 | 80 | 5 | 0,18 | 0,02 | 0,82 | 1,8 | 0,1 | 1,2 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 67 | 46,9 | 70 | 47 | 0,7035 | 0,0469 | 10,4587 | 3,752 | 0,4221 | 1,407 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 512,1 | 17,9 | 18,1 | 67,7 | 154,8 | 1,8 | 479,4 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 26% | 26% | 27% | 24% | 14% | 21% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DE RES SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| CEREALES | GRUPO I | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 55 | 55 | 100 | 194 | 3,685 | 0,22 | 44,055 | 4,95 | 0,44 | 1,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 50 | 47,5 | 95 | 19 | 0,665 | 0,0475 | 3,6575 | 11,4 | 0,1425 | 1,9 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 50 | 40 | 80 | 9 | 0,36 | 0,04 | 1,64 | 3,6 | 0,2 | 2,4 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 150 | 90 | 60 | 37 | 0,63 | 0,27 | 7,92 | 29,7 | 1,17 | 1,8 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 478,6 | 19,2 | 16,2 | 63,0 | 58,3 | 4,0 | 430,2 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 24% | 27% | 24% | 23% | 5% | 46% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **9** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 80 | 68 | 85 | 20 | 0,544 | 0,136 | 3,944 | 13,6 | 0,544 | 0,68 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 45 | 45 | 100 | 135 | 7,875 | 11,475 | 0,135 | 263,7 | 0,18 | 420,75 |
| BEBIDAS | GRUPO II | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| | | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 95 | 30,4 | 32 | 18 | 0,456 | 0,152 | 3,7696 | 2,736 | 0,5168 | 1,824 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 568,4 | 20,3 | 28,8 | 56,3 | 321,0 | 2,8 | 900,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 29% | 29% | 43% | 20% | 29% | 32% | 60% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 80 | 68 | 85 | 20 | 0,544 | 0,136 | 3,944 | 13,6 | 0,544 | 0,68 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 45 | 45 | 100 | 135 | 7,875 | 11,475 | 0,135 | 263,7 | 0,18 | 420,75 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 95 | 30,4 | 32 | 18 | 0,456 | 0,152 | 3,7696 | 2,736 | 0,5168 | 1,824 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 568,4 | 20,3 | 28,8 | 56,3 | 321,0 | 2,8 | 900,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 29% | 29% | 43% | 20% | 29% | 32% | 60% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | GOBERNACIÓN DEL META |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | Primaria:Cuarto y Quinto |
| **MENÚ No.** | 11 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GOULASH DE HABICHUELA Y ZANAHORIA | B052 | Habichuela, cruda | 40 | 36 | 90 | 15 | 0,756 | 0 | 2,592 | 14,4 | 0,36 | 2,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 85 | 16 | 0,238 | 0,034 | 3,23 | 9,18 | 0,136 | 11,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 4,8 | 60 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 38 | 0,285 | 0 | 8,1225 | 7,125 | 0,2375 | 1,9 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 443,1 | 11,0 | 15,6 | 62,4 | 64,5 | 2,0 | 474,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 16% | 23% | 22% | 6% | 23% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **12** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 55 | 55 | 100 | 194 | 3,685 | 0,22 | 44,055 | 4,95 | 0,44 | 1,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA, TOMATE, ZANAHORIA Y LIMÓN | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 35 | 28 | 80 | 6 | 0,252 | 0,028 | 1,148 | 2,52 | 0,14 | 1,68 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 8 | 4 | 50 | 2 | 0,012 | 0,012 | 0,372 | 0,76 | 0,02 | 0,16 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 80 | 48 | 60 | 23 | 0,432 | 0,048 | 4,272 | 4,8 | 0,288 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 470,7 | 18,8 | 16,0 | 60,8 | 36,5 | 3,1 | 437,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 27% | 24% | 22% | 3% | 36% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Primaria:Cuarto y Quinto** |
| **MENÚ No.** | **13** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE PECHUGA, TOMATE Y LECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| CEREALES | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 70 | 70 | 100 | 195 | 6,23 | 1,12 | 39,76 | 17,5 | 1,33 | 828,1 |
| | | | B059 | Lechuga común, cruda | 35 | 19,25 | 55 | 3 | 0,154 | 0,01925 | 0,5005 | 4,0425 | 0,17325 | 1,155 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 35 | 28 | 80 | 6 | 0,252 | 0,028 | 1,148 | 2,52 | 0,14 | 1,68 |
| | | | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 25 | 25 | 100 | 72 | 5,85 | 4,675 | 1,475 | 101,25 | 0,125 | 118,75 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 67 | 40,2 | 60 | 23 | 0,6834 | 0,0402 | 5,025 | 4,02 | 0,3216 | 0,402 |
| | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 494,3 | 22,8 | 20,2 | 54,9 | 134,7 | 2,4 | 1367,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 33% | 30% | 20% | 12% | 28% | 91% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 51 | 51 | 100 | 189 | 6,63 | 0,765 | 38,097 | 12,75 | 1,989 | 3,06 |
| | | ANILLOS DE CABEZONA CON TOMATE, LIMÓN Y SAL | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 35 | 28 | 80 | 6 | 0,252 | 0,028 | 1,148 | 2,52 | 0,14 | 1,68 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 3 | 1,5 | 50 | 1 | 0,0045 | 0,0045 | 0,1395 | 0,285 | 0,0075 | 0,06 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 67 | 33,5 | 50 | 15 | 0,1005 | 0,1005 | 3,1155 | 6,365 | 0,1675 | 1,34 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 420,7 | 17,1 | 15,2 | 52,3 | 36,5 | 2,8 | 425,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 21% | 25% | 23% | 19% | 3% | 32% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE A LA PLANCHA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI CON GUISO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 55 | 55 | 100 | 204 | 7,15 | 0,825 | 41,085 | 13,75 | 2,145 | 3,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 70 | 56 | 80 | 13 | 0,504 | 0,056 | 2,296 | 5,04 | 0,28 | 3,36 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 90 | 67,5 | 75 | 48 | 0,6075 | 0,2025 | 9,045 | 8,775 | 0,2025 | 2,025 |
| | GRUPO II | CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 558,4 | 26,0 | 20,7 | 63,8 | 176,3 | 4,7 | 486,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 37% | 31% | 23% | 16% | 54% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 55 | 49,5 | 90 | 21 | 1,0395 | 0 | 3,564 | 19,8 | 0,495 | 2,97 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 25 | 21,25 | 85 | 10 | 0,14875 | 0,02125 | 2,01875 | 5,7375 | 0,085 | 7,4375 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 21 | 0,1425 | 0,1425 | 4,4175 | 9,025 | 0,2375 | 1,9 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 426,3 | 11,1 | 15,7 | 58,4 | 68,3 | 2,1 | 470,8 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 21% | 16% | 24% | 21% | 6% | 24% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DORADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,482 | 3,78 | 0,126 | 10,71 | 0,504 | 32,76 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 55 | 55 | 100 | 194 | 3,685 | 0,22 | 44,055 | 4,95 | 0,44 | 1,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE REPOLLO Y PIÑA | B099 | Repollo blanco, crudo | 35 | 24,5 | 70 | 10 | 0,441 | 0,0735 | 1,568 | 10,78 | 0,1225 | 4,41 |
| | | | C055 | Manzana de agua, cruda | 35 | 22,75 | 65 | 12 | 0,38675 | 0,2275 | 2,093 | 2,73 | 0,091 | 1,82 |
| | | | G001 | Crema de leche | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,21 | 3,5 | 0,17 | 6,8 | 0 | 4,6 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 80 | 48 | 60 | 20 | 0,336 | 0,144 | 4,224 | 15,84 | 0,624 | 0,96 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 487,3 | 18,6 | 20,0 | 57,8 | 55,5 | 2,1 | 436,0 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 24% | 27% | 30% | 21% | 5% | 24% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 55 | 55 | 100 | 194 | 3,885 | 0,22 | 44,055 | 4,95 | 0,44 | 1,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 35 | 28 | 80 | 6 | 0,252 | 0,028 | 1,148 | 2,52 | 0,14 | 1,68 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyé, cruda | 190 | 60,8 | 32 | 36 | 0,912 | 0,304 | 7,5392 | 5,472 | 1,0336 | 3,648 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 469,7 | 19,2 | 16,2 | 61,1 | 29,6 | 3,7 | 430,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 24% | 27% | 24% | 22% | 3% | 43% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE VERDURAS Y MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 90 | 12 | 0,567 | 0 | 1,944 | 10,8 | 0,27 | 1,62 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 10 | 8 | 80 | 2 | 0,072 | 0,008 | 0,328 | 0,72 | 0,04 | 0,48 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,09 | 3,34 | 0,54 | 1,4 | 0,02 | 71,1 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 70 | 60 | 0,8925 | 0,0595 | 13,2685 | 4,76 | 0,5355 | 1,785 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 557,2 | 15,0 | 22,4 | 71,9 | 180,5 | 2,3 | 590,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 28% | 21% | 34% | 26% | 16% | 27% | 39% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 55 | 55 | 100 | 194 | 3,685 | 0,22 | 44,055 | 4,95 | 0,44 | 1,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA Y PEPINO | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 35 | 26,25 | 75 | 4 | 0,13125 | 0,02625 | 0,60375 | 4,725 | 0,07875 | 0,525 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 35 | 33,25 | 95 | 13 | 0,4655 | 0,03325 | 2,56025 | 7,98 | 0,09975 | 1,33 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 190 | 95 | 50 | 75 | 0,57 | 0 | 16,245 | 14,25 | 0,475 | 3,8 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 507,5 | 18,7 | 15,9 | 69,8 | 38,0 | 2,8 | 427,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 27% | 24% | 25% | 3% | 33% | 28% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | CERDO ASADO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | B009 | Ajo, crudo | 4 | 3,8 | 95 | 5 | 0,1786 | 0,0114 | 1,1134 | 1,52 | 0,0494 | 0,722 |
| | | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 70 | 70 | 100 | 195 | 6,23 | 1,12 | 39,76 | 17,5 | 1,33 | 828,1 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B059 | Lechuga común, cruda | 50 | 27,5 | 55 | 5 | 0,22 | 0,0275 | 0,715 | 5,775 | 0,2475 | 1,65 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 50 | 40 | 80 | 9 | 0,36 | 0,04 | 1,64 | 3,6 | 0,2 | 2,4 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 150 | 48 | 32 | 29 | 0,72 | 0,24 | 5,952 | 4,32 | 0,816 | 2,88 |
| | GRUPO II | 0 | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 45 | 45 | 100 | 129 | 10,53 | 8,415 | 2,655 | 182,25 | 0,225 | 213,75 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 100 | 24 | 0 | 0 | 5,958 | 0 | 0,006 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 591,7 | 32,0 | 25,4 | 57,9 | 219,9 | 4,6 | 1469,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 46% | 38% | 21% | 20% | 53% | 98% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 80 | 68 | 85 | 20 | 0,544 | 0,136 | 3,944 | 13,6 | 0,544 | 0,68 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 90 | 20 | 1,701 | 1,458 | 0,0405 | 7,155 | 0,2295 | 18,765 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 444,0 | 12,6 | 17,2 | 57,8 | 62,0 | 2,5 | 478,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 18% | 26% | 21% | 6% | 28% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA HILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | ESPAGUETTI CON SALSA CAMPESINA | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 51 | 51 | 100 | 189 | 6,63 | 0,765 | 38,097 | 12,75 | 1,989 | 3,06 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA VERDE | B059 | Lechuga común, cruda | 35 | 19,25 | 55 | 3 | 0,154 | 0,01925 | 0,5005 | 4,0425 | 0,17325 | 1,155 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 35 | 26,25 | 75 | 4 | 0,13125 | 0,02625 | 0,60375 | 4,725 | 0,07875 | 0,525 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 3 | 2,7 | 90 | 1 | 0,0621 | 0,0162 | 0,1593 | 2,214 | 0,0486 | 1,242 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE CURUBA | C021 | Curuba, cruda | 67 | 33,5 | 50 | 13 | 0,201 | 0,0335 | 2,8475 | 2,345 | 0,335 | 28,475 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 471,4 | 20,3 | 18,6 | 54,4 | 154,8 | 3,0 | 500,0 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 24% | 29% | 28% | 19% | 14% | 35% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE DE RES CON HOGAO | F099 | Res, carne magra, cruda | 63 | 63 | 100 | 88 | 13,734 | 3,591 | 0 | 3,78 | 1,701 | 32,13 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 55 | 55 | 100 | 194 | 3,685 | 0,22 | 44,055 | 4,95 | 0,44 | 1,1 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADITAS DE TOMATE CON LIMÓN Y | B103 | Tomate, crudo | 70 | 56 | 80 | 13 | 0,504 | 0,056 | 2,296 | 5,04 | 0,28 | 3,36 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 7 | 3,5 | 50 | 2 | 0,0105 | 0,0105 | 0,3255 | 0,665 | 0,0175 | 0,14 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 120 | 60 | 50 | 26 | 0,18 | 0,18 | 5,58 | 11,4 | 0,3 | 2,4 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 6 | 6 | 100 | 22 | 0,036 | 0,006 | 5,412 | 2,52 | 0,294 | 2,34 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 454,3 | 18,2 | 16,1 | 58,0 | 30,7 | 3,1 | 430,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 26% | 24% | 21% | 3% | 35% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GUISADO DE VERDURAS MIXTAS | B052 | Habichuela, cruda | 40 | 36 | 90 | 15 | 0,756 | 0 | 2,592 | 14,4 | 0,36 | 2,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 85 | 16 | 0,238 | 0,034 | 3,23 | 9,18 | 0,136 | 11,9 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 429,0 | 11,1 | 15,8 | 59,3 | 76,2 | 2,5 | 473,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 16% | 24% | 21% | 7% | 29% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Primaria:Cuarto y Quinto

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA KRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 4 | 3,2 | 80 | 1 | 0,0288 | 0,0032 | 0,1312 | 0,288 | 0,016 | 0,192 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 51 | 51 | 100 | 180 | 3,417 | 0,204 | 40,851 | 4,59 | 0,408 | 1,02 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 4 | 1,6 | 40 | 1 | 0,0192 | 0,0016 | 0,1088 | 0,912 | 0,008 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ESPINACA CON FRESA, MANGO Y CREMA DE LECHE | B044 | Espinaca, cruda | 30 | 18 | 60 | 6 | 0,522 | 0,036 | 0,684 | 22,14 | 0,432 | 11,88 |
| | | | C025 | Fresa, madura, cruda | 20 | 19 | 95 | 9 | 0,152 | 0,095 | 1,577 | 3,99 | 0,095 | 0,38 |
| | | | C051 | Mango común, crudo | 20 | 10 | 50 | 8 | 0,06 | 0 | 1,71 | 1,5 | 0,05 | 0,4 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | G001 | Crema de leche | 5 | 5 | 100 | 17 | 0,105 | 1,75 | 0,085 | 3,4 | 0 | 2,3 |
| | GRUPO II | | C010 | Banano común, crudo | 67 | 46,9 | 70 | 47 | 0,7035 | 0,0469 | 10,4587 | 3,752 | 0,4221 | 1,407 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 10 | 10 | 100 | 90 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 528,2 | 18,1 | 19,9 | 67,7 | 169,0 | 1,8 | 483,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, PRIMARIA: CUARTO Y QUINTO** | | | | | | | | 1994 | 69,8 | 66,5 | 279,2 | 1100 | 8,7 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 26% | 30% | 24% | 15% | 21% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE ASADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B025 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B059 | Lechuga común, cruda | 75 | 41,25 | 55 | 7 | 0,33 | 0,04125 | 1,0725 | 8,6625 | 0,37125 | 2,475 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 75 | 60 | 80 | 14 | 0,54 | 0,06 | 2,46 | 5,4 | 0,3 | 3,6 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE CURUBA | C056 | Maracuyá, cruda | 150 | 48 | 32 | 29 | 0,72 | 0,24 | 5,952 | 4,32 | 0,816 | 2,88 |
| | GRUPO III | #¡REF! | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 50 | 50 | 100 | 143 | 11,7 | 9,35 | 2,95 | 202,5 | 0,25 | 237,5 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 585,5 | 32,6 | 29,3 | 46,8 | 232,1 | 4,2 | 676,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 37% | 35% | 13% | 21% | 44% | 45% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA KRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PEPINO GUISADO | B078 | Pepino de rellenar, crudo | 95 | 85,5 | 90 | 18 | 0,513 | 0,171 | 3,249 | 12,825 | 0,5985 | 3,42 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 30 | 12 | 40 | 4 | 0,144 | 0,012 | 0,816 | 6,84 | 0,06 | 1,8 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 5 | 0,4536 | 0,3888 | 0,0108 | 1,908 | 0,0612 | 5,004 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 67 | 50,25 | 75 | 36 | 0,45225 | 0,15075 | 6,7335 | 6,5325 | 0,15075 | 1,5075 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 596,9 | 21,7 | 21,9 | 76,0 | 166,9 | 2,0 | 487,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 25% | 26% | 22% | 15% | 21% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 100 | 85 | 85 | 40 | 0,595 | 0,085 | 8,075 | 22,95 | 0,34 | 29,75 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 20 | 20 | 100 | 73 | 2,64 | 0,38 | 14,42 | 3,6 | 1,02 | 0,4 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 20 | 18 | 90 | 27 | 2,268 | 1,944 | 0,054 | 9,54 | 0,306 | 25,02 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 602,5 | 16,5 | 20,2 | 86,9 | 88,4 | 3,8 | 514,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 19% | 24% | 25% | 8% | 40% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO FRITO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 100 | 85 | 85 | 40 | 0,595 | 0,085 | 8,075 | 22,95 | 0,34 | 29,75 |
| | | | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 80 | 8 | 0,224 | 0,016 | 1,648 | 2,56 | 0,128 | 11,36 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 20 | 20 | 100 | 65 | 0,18 | 6,68 | 1,08 | 2,8 | 0,04 | 142,2 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 580,7 | 12,1 | 24,4 | 75,2 | 67,5 | 2,2 | 641,5 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 23% | 14% | 29% | 22% | 6% | 23% | 43% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ALBONDIGAS EN SALSA CRIOLLA (SERVIR SOBRE LA PASTA) | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI SUDADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 71 | 71 | 100 | 263 | 9,23 | 1,065 | 53,037 | 17,75 | 2,769 | 4,26 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B059 | Lechuga común, cruda | 75 | 41,25 | 55 | 7 | 0,33 | 0,04125 | 1,0725 | 8,6625 | 0,37125 | 2,475 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 75 | 60 | 80 | 14 | 0,54 | 0,06 | 2,46 | 5,4 | 0,3 | 3,6 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 150 | 75 | 50 | 33 | 0,225 | 0,225 | 6,975 | 14,25 | 0,375 | 3 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 593,5 | 27,5 | 20,9 | 71,4 | 57,3 | 6,4 | 445,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 32% | 25% | 20% | 5% | 67% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 100 | 85 | 85 | 26 | 0,68 | 0,17 | 4,93 | 17 | 0,68 | 0,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 20 | 18 | 90 | 27 | 2,268 | 1,944 | 0,054 | 9,54 | 0,306 | 25,02 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 519,4 | 14,1 | 19,9 | 70,0 | 82,4 | 3,2 | 486,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 21% | 16% | 24% | 20% | 7% | 33% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESHILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA | B059 | Lechuga común, cruda | 95 | 52,25 | 55 | 9 | 0,418 | 0,05225 | 1,3585 | 10,9725 | 0,47025 | 3,135 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 30 | 24 | 80 | 6 | 0,216 | 0,024 | 0,984 | 2,16 | 0,12 | 1,44 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 4 | 2 | 50 | 1 | 0,006 | 0,006 | 0,186 | 0,38 | 0,01 | 0,08 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 67 | 46,9 | 70 | 47 | 0,7035 | 0,0469 | 10,4587 | 3,752 | 0,4221 | 1,407 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 600,9 | 21,4 | 21,3 | 79,1 | 159,2 | 2,1 | 486,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 25% | 26% | 23% | 14% | 22% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GUISADO DE CALABAZÍN CON ZANAHORIA | B006 | Ahuyama, cruda | 100 | 85 | 85 | 26 | 0,68 | 0,17 | 4,93 | 17 | 0,68 | 0,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 20 | 18 | 90 | 27 | 2,268 | 1,944 | 0,054 | 9,54 | 0,306 | 25,02 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 90 | 67,5 | 75 | 48 | 0,6075 | 0,2025 | 9,045 | 8,775 | 0,2025 | 2,025 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 616,8 | 18,2 | 23,9 | 79,4 | 211,6 | 2,7 | 542,1 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 25% | 21% | 29% | 23% | 19% | 28% | 36% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

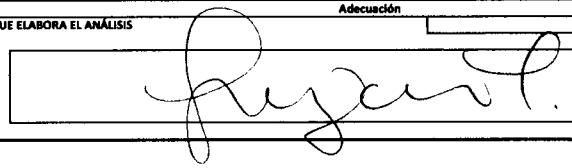
**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DE RES SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 71 | 71 | 100 | 251 | 4,757 | 0,284 | 56,871 | 6,39 | 0,568 | 1,42 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 75 | 71,25 | 95 | 29 | 0,9975 | 0,07125 | 5,48625 | 17,1 | 0,21375 | 2,85 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 75 | 60 | 80 | 14 | 0,54 | 0,06 | 2,46 | 5,4 | 0,3 | 3,6 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 150 | 90 | 60 | 37 | 0,63 | 0,27 | 7,92 | 29,7 | 1,17 | 1,8 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 604,8 | 24,1 | 20,1 | 80,4 | 69,5 | 4,8 | 441,2 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 24% | 28% | 24% | 23% | 6% | 50% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**



**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 100 | 85 | 85 | 26 | 0,68 | 0,17 | 4,93 | 17 | 0,68 | 0,85 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 50 | 50 | 100 | 151 | 8,75 | 12,75 | 0,15 | 293 | 0,2 | 467,5 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 20 | 18 | 90 | 27 | 2,268 | 1,944 | 0,054 | 9,54 | 0,306 | 25,02 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 95 | 30,4 | 32 | 18 | 0,456 | 0,152 | 3,7696 | 2,736 | 0,5168 | 1,824 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 662,8 | 22,8 | 32,6 | 68,6 | 357,5 | 3,1 | 954,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 26% | 39% | 20% | 33% | 33% | 64% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GOULASH DE HABICHUELA Y ZANAHORIA | B052 | Habichuela, cruda | 50 | 45 | 90 | 19 | 0,945 | 0 | 3,24 | 18 | 0,45 | 2,7 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 50 | 42,5 | 85 | 20 | 0,2975 | 0,0425 | 4,0375 | 11,475 | 0,17 | 14,875 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 38 | 0,285 | 0 | 8,1225 | 7,125 | 0,2375 | 1,9 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 518,9 | 12,2 | 17,7 | 75,1 | 72,2 | 2,3 | 478,4 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 21% | 14% | 21% | 22% | 7% | 24% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 12

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 71 | 71 | 100 | 251 | 4,757 | 0,284 | 56,871 | 6,39 | 0,568 | 1,42 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA, TOMATE, ZANAHORIA Y LIMÓN | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 50 | 47,5 | 95 | 19 | 0,665 | 0,0475 | 3,6575 | 11,4 | 0,1425 | 1,9 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 50 | 40 | 80 | 9 | 0,36 | 0,04 | 1,64 | 3,6 | 0,2 | 2,4 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 50 | 42,5 | 85 | 20 | 0,2975 | 0,0425 | 4,0375 | 11,475 | 0,17 | 14,875 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 9 | 4,5 | 50 | 2 | 0,0135 | 0,0135 | 0,4185 | 0,855 | 0,0225 | 0,18 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 85 | 51 | 60 | 24 | 0,459 | 0,051 | 4,539 | 5,1 | 0,306 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 598,5 | 23,6 | 19,9 | 78,5 | 48,2 | 3,9 | 451,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 27% | 24% | 23% | 4% | 41% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 13

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE PECHUGA, TOMATE Y LECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| CEREALES | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 65 | 100 | 100 | 278 | 8,9 | 1,6 | 56,8 | 25 | 1,9 | 1183 |
| | | | B059 | Lechuga común, cruda | 42 | 23,1 | 55 | 4 | 0,1848 | 0,0231 | 0,6006 | 4,851 | 0,2079 | 1,386 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 42 | 33,6 | 80 | 8 | 0,3024 | 0,0336 | 1,3776 | 3,024 | 0,168 | 2,016 |
| | | | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 45 | 45 | 100 | 129 | 10,53 | 8,415 | 2,655 | 182,25 | 0,225 | 213,75 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 67 | 40,2 | 60 | 23 | 0,6834 | 0,0402 | 5,025 | 4,02 | 0,3216 | 0,402 |
| | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 675,0 | 32,7 | 27,5 | 73,5 | 225,8 | 3,2 | 1825,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 27% | 38% | 33% | 21% | 21% | 34% | 122% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** ULY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 65 | 65 | 100 | 241 | 8,45 | 0,975 | 48,555 | 16,25 | 2,535 | 3,9 |
| | | ANILLOS DE CABEZONA CON TOMATE, LIMÓN Y SAL | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 45 | 42,75 | 95 | 17 | 0,5985 | 0,04275 | 3,29175 | 10,26 | 0,12825 | 1,71 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 45 | 36 | 80 | 8 | 0,324 | 0,036 | 1,476 | 3,24 | 0,18 | 2,16 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 4 | 2 | 50 | 1 | 0,006 | 0,006 | 0,186 | 0,38 | 0,01 | 0,08 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 67 | 33,5 | 50 | 15 | 0,1005 | 0,1005 | 3,1155 | 6,365 | 0,1675 | 1,34 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 516,9 | 21,7 | 18,6 | 63,9 | 44,7 | 3,5 | 434,5 |
| | | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | | **Adecuación** | | | | 21% | 25% | 22% | 18% | 4% | 37% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE A LA PLANCHA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI CON GUISO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 71 | 71 | 100 | 263 | 9,23 | 1,065 | 53,037 | 17,75 | 2,769 | 4,26 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 75 | 60 | 80 | 14 | 0,54 | 0,06 | 2,46 | 5,4 | 0,3 | 3,6 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 90 | 67,5 | 75 | 48 | 0,6075 | 0,2025 | 9,045 | 8,775 | 0,2025 | 2,025 |
| | GRUPO II | CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | | | | | | | | 674,2 | 31,4 | 24,8 | 77,8 | 182,7 | 5,9 | 496,5 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 27% | 36% | 30% | 22% | 17% | 62% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 16

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 70 | 63 | 90 | 27 | 1,323 | 0 | 4,536 | 25,2 | 0,63 | 3,78 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 85 | 12 | 0,1785 | 0,0255 | 2,4225 | 6,885 | 0,102 | 8,925 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 21 | 0,1425 | 0,1425 | 4,4175 | 9,025 | 0,2375 | 1,9 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 502,0 | 12,3 | 17,8 | 71,1 | 76,7 | 2,4 | 473,6 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 20% | 14% | 21% | 20% | 7% | 25% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DORADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 109 | 16,692 | 4,68 | 0,156 | 13,26 | 0,624 | 40,56 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 71 | 71 | 100 | 251 | 4,757 | 0,284 | 56,871 | 6,39 | 0,568 | 1,42 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE REPOLLO Y PIÑA | B099 | Repollo blanco, crudo | 50 | 35 | 70 | 14 | 0,63 | 0,105 | 2,24 | 15,4 | 0,175 | 6,3 |
| | | | C055 | Manzana de agua, cruda | 50 | 32,5 | 65 | 17 | 0,5525 | 0,325 | 2,99 | 3,9 | 0,13 | 2,6 |
| | | | G001 | Crema de leche | 12 | 12 | 100 | 40 | 0,252 | 4,2 | 0,204 | 8,16 | 0 | 5,52 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 85 | 51 | 60 | 21 | 0,357 | 0,153 | 4,488 | 16,83 | 0,663 | 1,02 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 616,4 | 23,3 | 24,8 | 74,3 | 68,7 | 2,6 | 448,7 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 25% | 27% | 30% | 21% | 6% | 27% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B025 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 71 | 71 | 100 | 251 | 4,757 | 0,284 | 56,871 | 6,39 | 0,568 | 1,42 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 42 | 39,9 | 95 | 16 | 0,5586 | 0,0399 | 3,0723 | 9,576 | 0,1197 | 1,596 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 42 | 33,6 | 80 | 8 | 0,3024 | 0,0336 | 1,3776 | 3,024 | 0,168 | 2,016 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 220 | 70,4 | 32 | 42 | 1,056 | 0,352 | 8,7296 | 6,336 | 1,1968 | 4,224 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 591,5 | 23,8 | 20,2 | 77,7 | 36,2 | 4,6 | 440,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 27% | 24% | 22% | 3% | 48% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE VERDURAS Y MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 35 | 31,5 | 90 | 14 | 0,6615 | 0 | 2,268 | 12,6 | 0,315 | 1,89 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,09 | 3,34 | 0,54 | 1,4 | 0,02 | 71,1 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 70 | 60 | 0,8925 | 0,0595 | 13,2685 | 4,76 | 0,5355 | 1,785 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 639,6 | 16,6 | 25,0 | 84,8 | 204,1 | 2,5 | 600,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 19% | 30% | 24% | 19% | 27% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 20

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 71 | 71 | 100 | 251 | 4,757 | 0,284 | 56,871 | 6,39 | 0,568 | 1,42 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA Y PEPINO | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 42 | 31,5 | 75 | 4 | 0,1575 | 0,0315 | 0,7245 | 5,67 | 0,0945 | 0,63 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 42 | 39,9 | 95 | 16 | 0,5586 | 0,0399 | 3,0723 | 9,576 | 0,1197 | 1,596 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 220 | 110 | 50 | 87 | 0,66 | 0 | 18,81 | 16,5 | 0,55 | 4,4 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 635,5 | 23,2 | 19,8 | 87,9 | 45,7 | 3,5 | 436,5 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 26% | 27% | 24% | 25% | 4% | 37% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | CERDO ASADO | B009 | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 95 | 7 | 0,22325 | 0,01425 | 1,39175 | 1,9 | 0,06175 | 0,9025 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 100 | 100 | 100 | 278 | 8,9 | 1,6 | 56,8 | 25 | 1,9 | 1183 |
| | | | B059 | Lechuga común, cruda | 75 | 41,25 | 55 | 7 | 0,33 | 0,04125 | 1,0725 | 8,6625 | 0,37125 | 2,475 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 75 | 60 | 80 | 14 | 0,54 | 0,06 | 2,46 | 5,4 | 0,3 | 3,6 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 150 | 48 | 32 | 29 | 0,72 | 0,24 | 5,952 | 4,32 | 0,816 | 2,88 |
| | GRUPO II | 0 | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 50 | 50 | 100 | 143 | 11,7 | 9,35 | 2,95 | 202,5 | 0,25 | 237,5 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 753,8 | 39,4 | 30,8 | 78,7 | 253,8 | 5,8 | 1858,2 |
| | | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | **Adecuación** | | | | | 30% | 45% | 37% | 23% | 23% | 61% | 124% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 22

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 100 | 85 | 85 | 26 | 0,68 | 0,17 | 4,93 | 17 | 0,68 | 0,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 20 | 18 | 90 | 27 | 2,268 | 1,944 | 0,054 | 9,54 | 0,306 | 25,02 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 523,4 | 14,2 | 19,8 | 70,1 | 69,3 | 2,8 | 485,4 |
| | | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 21% | 16% | 24% | 20% | 6% | 29% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA HILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | ESPAGUETTI CON SALSA CAMPESINA | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| CEREALES | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 65 | 65 | 100 | 241 | 8,45 | 0,975 | 48,555 | 16,25 | 2,535 | 3,9 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA VERDE | B059 | Lechuga común, cruda | 45 | 24,75 | 55 | 4 | 0,198 | 0,02475 | 0,6435 | 5,1975 | 0,22275 | 1,485 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 45 | 33,75 | 75 | 5 | 0,16875 | 0,03375 | 0,77625 | 6,075 | 0,10125 | 0,675 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 4 | 3,6 | 90 | 2 | 0,0828 | 0,0216 | 0,2124 | 2,952 | 0,0648 | 1,656 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE CURUBA | C021 | Curuba, cruda | 67 | 33,5 | 50 | 13 | 0,201 | 0,0335 | 2,8475 | 2,345 | 0,335 | 28,475 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 574,2 | 25,2 | 22,5 | 66,1 | 182,0 | 3,8 | 516,8 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 29% | 27% | 19% | 17% | 40% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE DE RES CON HOGAO | F099 | Res, carne magra, cruda | 78 | 78 | 100 | 108 | 17,004 | 4,446 | 0 | 4,68 | 2,106 | 39,78 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 71 | 71 | 100 | 251 | 4,757 | 0,284 | 56,871 | 6,39 | 0,568 | 1,42 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADITAS DE TOMATE CON LIMÓN Y | B103 | Tomate, crudo | 85 | 68 | 80 | 16 | 0,612 | 0,068 | 2,788 | 6,12 | 0,34 | 4,08 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 8 | 4 | 50 | 2 | 0,012 | 0,012 | 0,372 | 0,76 | 0,02 | 0,16 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 120 | 60 | 50 | 26 | 0,18 | 0,18 | 5,58 | 11,4 | 0,3 | 2,4 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 569,4 | 22,7 | 20,0 | 73,3 | 35,6 | 3,8 | 439,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 26% | 24% | 21% | 3% | 40% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

## FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GUISADO DE VERDURAS MIXTAS | B052 | Habichuela, cruda | 50 | 45 | 90 | 19 | 0,945 | 0 | 3,24 | 18 | 0,45 | 2,7 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 50 | 42,5 | 85 | 20 | 0,2975 | 0,0425 | 4,0375 | 11,475 | 0,17 | 14,875 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 7 | 2,8 | 40 | 1 | 0,0336 | 0,0028 | 0,1904 | 1,596 | 0,014 | 0,42 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 7 | 5,6 | 80 | 1 | 0,0504 | 0,0056 | 0,2296 | 0,504 | 0,028 | 0,336 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Total | | | | | | 504,8 | 12,3 | 17,8 | 72,0 | 83,9 | 2,8 | 477,7 |
| | | RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| | | Adecuación | | | | | | 20% | 14% | 21% | 21% | 8% | 29% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Secundaria

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA KRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 63 | 58,59 | 93 | 97 | 12,12813 | 5,39028 | 0,05859 | 6,4449 | 0,41013 | 36,9117 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 5 | 4 | 80 | 1 | 0,036 | 0,004 | 0,164 | 0,36 | 0,02 | 0,24 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 65 | 65 | 100 | 229 | 4,355 | 0,26 | 52,065 | 5,85 | 0,52 | 1,3 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ESPINACA CON FRESA, MANGO Y CREMA DE LECHE | B044 | Espinaca, cruda | 95 | 57 | 60 | 19 | 1,653 | 0,114 | 2,166 | 70,11 | 1,368 | 37,62 |
| | | | C025 | Fresa, madura, cruda | 30 | 28,5 | 95 | 13 | 0,228 | 0,1425 | 2,3655 | 5,985 | 0,1425 | 0,57 |
| | | | C051 | Mango común, crudo | 20 | 10 | 50 | 8 | 0,06 | 0 | 1,71 | 1,5 | 0,05 | 0,4 |
| | | | G001 | Crema de leche | 4 | 4 | 100 | 13 | 0,084 | 1,4 | 0,068 | 2,72 | 0 | 1,84 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 86 | 60,2 | 70 | 61 | 0,903 | 0,0602 | 13,4246 | 4,816 | 0,5418 | 1,806 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 12 | 12 | 100 | 108 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 643,9 | 22,9 | 22,8 | 84,2 | 222,5 | 3,1 | 517,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, SECUNDARIA** | | | | | | | | 2491 | 87,2 | 83 | 348,7 | 1100 | 9,5 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 26% | 28% | 24% | 20% | 33% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 1

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | CARNE ASADA | B009 | Ajo, crudo | 6 | 5,7 | 95 | 8 | 0,2679 | 0,0171 | 1,6701 | 2,28 | 0,0741 | 1,083 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 100 | 109 | 2,077 | 0,124 | 24,831 | 2,79 | 0,248 | 0,62 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 0 | 0,0096 | 0,0008 | 0,0544 | 0,456 | 0,004 | 0,12 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B059 | Lechuga común, cruda | 80 | 44 | 55 | 8 | 0,352 | 0,044 | 1,144 | 9,24 | 0,396 | 2,64 |
| | | LECHUGA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 80 | 64 | 80 | 15 | 0,576 | 0,064 | 2,624 | 5,76 | 0,32 | 3,84 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE CURUBA | C056 | Maracuyá, cruda | 150 | 48 | 32 | 29 | 0,72 | 0,24 | 5,952 | 4,32 | 0,816 | 2,88 |
| | GRUPO III | #¡REF! | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 60 | 60 | 100 | 172 | 14,04 | 11,22 | 3,54 | 243 | 0,3 | 285 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 666,3 | 38,6 | 35,1 | 47,9 | 275,1 | 4,7 | 732,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 38% | 36% | 12% | 25% | 40% | 49% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 2

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA KRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | B025 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | PEPINO GUISADO | B078 | Pepino de rellenar, crudo | 100 | 90 | 90 | 19 | 0,54 | 0,18 | 3,42 | 13,5 | 0,63 | 3,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 35 | 14 | 40 | 5 | 0,168 | 0,014 | 0,952 | 7,98 | 0,07 | 2,1 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 20 | 16 | 80 | 4 | 0,144 | 0,016 | 0,656 | 1,44 | 0,08 | 0,96 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 7 | 0,567 | 0,486 | 0,0135 | 2,385 | 0,0765 | 6,255 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 67 | 50,25 | 75 | 36 | 0,45225 | 0,15075 | 6,7335 | 6,5325 | 0,15075 | 1,5075 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 646,0 | 20,1 | 23,9 | 85,1 | 169,2 | 2,1 | 482,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 20% | 25% | 21% | 15% | 17% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 3

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE ZANAHORIA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 118 | 100,3 | 85 | 47 | 0,7021 | 0,1003 | 9,5285 | 27,081 | 0,4012 | 35,105 |
| | | | A038 | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 25 | 25 | 100 | 91 | 3,3 | 0,475 | 18,025 | 4,5 | 1,275 | 0,5 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 25 | 22,5 | 90 | 34 | 2,835 | 2,43 | 0,0675 | 11,925 | 0,3825 | 31,275 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 700,4 | 18,6 | 23,8 | 100,7 | 96,8 | 4,3 | 526,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 18% | 25% | 25% | 9% | 36% | 35% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 4

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO FRITO | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA ROJA | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 118 | 100,3 | 85 | 47 | 0,7021 | 0,1003 | 9,5285 | 27,081 | 0,4012 | 35,105 |
| | | | B098 | Remolacha, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 80 | 11 | 0,28 | 0,02 | 2,06 | 3,2 | 0,16 | 14,2 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 25 | 25 | 100 | 82 | 0,225 | 8,35 | 1,35 | 3,5 | 0,05 | 177,75 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | **Total** | | | | | | 672,2 | 13,1 | 29,2 | 86,1 | 73,9 | 2,4 | 685,5 |
| | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | **Adecuación** | | | | | | 23% | 13% | 30% | 21% | 7% | 21% | 46% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 5

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | ALBONDIGAS EN SALSA CRIOLLA (SERVIR SOBRE LA PASTA) | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI SUDADO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 80 | 80 | 100 | 297 | 10,4 | 1,2 | 59,76 | 20 | 3,12 | 4,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B059 | Lechuga común, cruda | 80 | 44 | 55 | 8 | 0,352 | 0,044 | 1,144 | 9,24 | 0,396 | 2,64 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 80 | 64 | 80 | 15 | 0,576 | 0,064 | 2,624 | 5,76 | 0,32 | 3,84 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 150 | 75 | 50 | 33 | 0,225 | 0,225 | 6,975 | 14,25 | 0,375 | 3 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 678,2 | 32,2 | 24,9 | 78,4 | 62,1 | 7,2 | 454,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 23% | 32% | 26% | 19% | 6% | 61% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** ULY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 6

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 5,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 118 | 100,3 | 85 | 30 | 0,8024 | 0,2006 | 5,8174 | 20,06 | 0,8024 | 1,003 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 25 | 22,5 | 90 | 34 | 2,835 | 2,43 | 0,0675 | 11,925 | 0,3825 | 31,275 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 95 | 57 | 60 | 23 | 0,399 | 0,171 | 5,016 | 18,81 | 0,741 | 1,14 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 596,5 | 15,5 | 23,5 | 79,7 | 88,9 | 3,5 | 493,1 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 21% | 15% | 24% | 20% | 8% | 29% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 7

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA DESHILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA | B059 | Lechuga común, cruda | 100 | 55 | 55 | 10 | 0,44 | 0,055 | 1,43 | 11,55 | 0,495 | 3,3 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 35 | 28 | 80 | 6 | 0,252 | 0,028 | 1,148 | 2,52 | 0,14 | 1,68 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 85 | 8 | 0,119 | 0,017 | 1,615 | 4,59 | 0,068 | 5,95 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 67 | 46,9 | 70 | 47 | 0,7035 | 0,0469 | 10,4587 | 3,752 | 0,4221 | 1,407 |
| | GRUPO III | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 648,7 | 19,8 | 23,2 | 88,2 | 160,2 | 2,2 | 480,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 19% | 24% | 22% | 15% | 19% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 8

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GUISADO DE CALABAZÍN CON ZANAHORIA | B026 | Calabaza, sin cáscara, cruda | 118 | 106,2 | 90 | 33 | 0,8496 | 0,4248 | 4,779 | 25,488 | 0,3186 | 0 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 25 | 22,5 | 90 | 34 | 2,835 | 2,43 | 0,0675 | 11,925 | 0,3825 | 31,275 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE GUAYABA CON LECHE | C031 | Guayaba, madura, cruda | 90 | 67,5 | 75 | 48 | 0,6075 | 0,2025 | 9,045 | 8,775 | 0,2025 | 2,025 |
| | | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 696,8 | 19,7 | 27,7 | 88,1 | 223,4 | 2,5 | 547,7 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 19% | 29% | 22% | 20% | 21% | 37% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 9

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DE RES SUDADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 80 | 80 | 100 | 282 | 5,36 | 0,32 | 64,08 | 7,2 | 0,64 | 1,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 80 | 76 | 95 | 30 | 1,064 | 0,076 | 5,852 | 18,24 | 0,228 | 3,04 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 80 | 64 | 80 | 15 | 0,576 | 0,064 | 2,624 | 5,76 | 0,32 | 3,84 |
| BEBIDAS | GRUPO II | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 150 | 90 | 60 | 37 | 0,63 | 0,27 | 7,92 | 29,7 | 1,17 | 1,8 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 689,1 | 28,3 | 24,1 | 88,2 | 73,3 | 5,3 | 450,2 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | | Adecuación | | | | | 24% | 28% | 25% | 22% | 7% | 45% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 10

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | CROQUETAS DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 118 | 100,3 | 85 | 30 | 0,8024 | 0,2006 | 5,8174 | 20,06 | 0,8024 | 1,003 |
| | | | G017 | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 60 | 60 | 100 | 181 | 10,5 | 15,3 | 0,18 | 351,6 | 0,24 | 561 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 25 | 22,5 | 90 | 34 | 2,835 | 2,43 | 0,0675 | 11,925 | 0,3825 | 31,275 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 95 | 30,4 | 32 | 18 | 0,456 | 0,152 | 3,7696 | 2,736 | 0,5168 | 1,824 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 770,0 | 26,0 | 38,7 | 78,3 | 422,6 | 3,4 | 1054,2 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 27% | 26% | 40% | 19% | 38% | 29% | 70% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 11

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS BATIDOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GOULASH DE HABICHUELA Y ZANAHORIA | B052 | Habichuela, cruda | 60 | 54 | 90 | 23 | 1,134 | 0 | 3,888 | 21,6 | 0,54 | 3,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 60 | 51 | 85 | 24 | 0,357 | 0,051 | 4,845 | 13,77 | 0,204 | 17,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 0,48 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 0,384 |
| BEBIDAS | GRUPO II | SORBETE DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 38 | 0,285 | 0 | 8,1225 | 7,125 | 0,2375 | 1,9 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 592,9 | 13,2 | 20,7 | 85,4 | 79,4 | 2,5 | 482,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 20% | 13% | 21% | 21% | 7% | 21% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **12** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE FRITA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 80 | 80 | 100 | 282 | 5,36 | 0,32 | 64,08 | 7,2 | 0,64 | 1,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA, TOMATE, ZANAHORIA Y LIMÓN | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 55 | 52,25 | 95 | 21 | 0,7315 | 0,05225 | 4,02325 | 12,54 | 0,15675 | 2,09 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 55 | 44 | 80 | 10 | 0,396 | 0,044 | 1,804 | 3,96 | 0,22 | 2,64 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 55 | 46,75 | 85 | 22 | 0,32725 | 0,04675 | 4,44125 | 12,6225 | 0,187 | 16,3625 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 10 | 5 | 50 | 2 | 0,015 | 0,015 | 0,465 | 0,95 | 0,025 | 0,2 |
| BEBIDAS | GRUPO II | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 85 | 51 | 60 | 24 | 0,459 | 0,051 | 4,539 | 5,1 | 0,306 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 684,7 | 27,9 | 23,9 | 86,7 | 53,0 | 4,5 | 462,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 27% | 25% | 21% | 5% | 38% | 31% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** **2097** |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **13** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | EMPAREDADO DE PECHUGA, TOMATE Y LECHUGA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| CEREALES | GRUPO I | | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 76 | 110 | 100 | 306 | 9,79 | 1,76 | 62,48 | 27,5 | 2,09 | 1301,3 |
| | | | B059 | Lechuga común, cruda | 45 | 24,75 | 55 | 4 | 0,198 | 0,02475 | 0,6435 | 5,1975 | 0,22275 | 1,485 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | B103 | Tomate, crudo | 45 | 36 | 80 | 8 | 0,324 | 0,036 | 1,476 | 3,24 | 0,18 | 2,16 |
| | | | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 50 | 50 | 100 | 143 | 11,7 | 9,35 | 2,95 | 202,5 | 0,25 | 237,5 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | C081 | Tomate de árbol amarillo, crudo | 67 | 40,2 | 60 | 23 | 0,6834 | 0,0402 | 5,025 | 4,02 | 0,3216 | 0,402 |
| | GRUPO II | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 724,8 | 32,3 | 30,5 | 79,6 | 247,8 | 3,4 | 1960,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 32% | 32% | 20% | 23% | 29% | 131% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 14

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PEHUGA DESMECHADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI GUISADO | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 76 | 76 | 100 | 282 | 9,88 | 1,14 | 56,772 | 19 | 2,964 | 4,56 |
| | | ANILLOS DE CABEZONA CON TOMATE, LIMÓN Y SAL | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 50 | 47,5 | 95 | 19 | 0,665 | 0,0475 | 3,6575 | 11,4 | 0,1425 | 1,9 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 50 | 40 | 80 | 9 | 0,36 | 0,04 | 1,64 | 3,6 | 0,2 | 2,4 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 50 | 1 | 0,0075 | 0,0075 | 0,2325 | 0,475 | 0,0125 | 0,1 |
| BEBIDAS | GRUPO II | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 67 | 33,5 | 50 | 15 | 0,1005 | 0,1005 | 3,1155 | 6,365 | 0,1675 | 1,34 |
| | GRUPO III | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 568,0 | 20,7 | 20,6 | 72,8 | 48,0 | 3,9 | 428,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 20% | 20% | 21% | 18% | 4% | 33% | 29% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 15

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE A LA PLANCHA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| CEREALES | GRUPO I | ESPAGUETTI CON GUISO | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 80 | 80 | 100 | 297 | 10,4 | 1,2 | 59,76 | 20 | 3,12 | 4,8 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADAS DE TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 80 | 64 | 80 | 15 | 0,576 | 0,064 | 2,624 | 5,76 | 0,32 | 3,84 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE GUAYABA | C031 | Guayaba, madura, cruda | 90 | 67,5 | 75 | 48 | 0,6075 | 0,2025 | 9,045 | 8,775 | 0,2025 | 2,025 |
| | GRUPO II | CON LECHE | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 758,1 | 36,1 | 28,8 | 84,8 | 186,6 | 6,7 | 505,5 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 26% | 36% | 30% | 21% | 17% | 57% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | Media y Nivel Complementario |
| **MENÚ No.** | 16 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS REVUELTOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | HABICHUELAS GUISADAS | B052 | Habichuela, cruda | 85 | 76,5 | 90 | 33 | 1,6065 | 0 | 5,508 | 30,6 | 0,765 | 4,59 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 35 | 29,75 | 85 | 14 | 0,20825 | 0,02975 | 2,82625 | 8,0325 | 0,119 | 10,4125 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 0,48 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 0,384 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 21 | 0,1425 | 0,1425 | 4,4175 | 9,025 | 0,2375 | 1,9 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 576,0 | 13,4 | 20,8 | 81,3 | 84,5 | 2,6 | 476,2 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 20% | 13% | 22% | 20% | 8% | 22% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 17

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CERDO DORADO | F011 | Cerdo, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 132 | 20,116 | 5,64 | 0,188 | 15,98 | 0,752 | 48,88 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 80 | 80 | 100 | 282 | 5,36 | 0,32 | 64,08 | 7,2 | 0,64 | 1,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA FRESCA DE REPOLLO Y PIÑA | B099 | Repollo blanco, crudo | 55 | 38,5 | 70 | 15 | 0,693 | 0,1155 | 2,464 | 16,94 | 0,1925 | 6,93 |
| | | | C055 | Manzana de agua, cruda | 55 | 35,75 | 65 | 19 | 0,60775 | 0,3575 | 3,289 | 4,29 | 0,143 | 2,86 |
| | | | G001 | Crema de leche | 15 | 15 | 100 | 50 | 0,315 | 5,25 | 0,255 | 10,2 | 0 | 6,9 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C062 | Naranja, cruda | 85 | 51 | 60 | 21 | 0,357 | 0,153 | 4,488 | 16,83 | 0,663 | 1,02 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | Total | | | | | 710,8 | 27,5 | 29,8 | 82,1 | 76,4 | 2,8 | 459,5 |
| RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| Adecuación | | | | | | | | 25% | 27% | 31% | 20% | 7% | 24% | 31% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 18

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE DESMECHADA | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 80 | 80 | 100 | 282 | 5,36 | 0,32 | 64,08 | 7,2 | 0,64 | 1,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA PICO DE GALLO | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 45 | 42,75 | 95 | 17 | 0,5985 | 0,04275 | 3,29175 | 10,26 | 0,12825 | 1,71 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 45 | 36 | 80 | 8 | 0,324 | 0,036 | 1,476 | 3,24 | 0,18 | 2,16 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 220 | 70,4 | 32 | 42 | 1,056 | 0,352 | 8,7296 | 6,336 | 1,1968 | 4,224 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | **Total** | | | | | | 674,7 | 28,0 | 24,1 | 85,3 | 39,4 | 5,1 | 449,6 |
| | | **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| | | **Adecuación** | | | | | | 23% | 28% | 25% | 21% | 4% | 43% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 19

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE VERDURAS Y MAYONESA | B052 | Habichuela, cruda | 40 | 36 | 90 | 15 | 0,756 | 0 | 2,592 | 14,4 | 0,36 | 2,16 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 85 | 16 | 0,238 | 0,034 | 3,23 | 9,18 | 0,136 | 11,9 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 15 | 12 | 80 | 3 | 0,108 | 0,012 | 0,492 | 1,08 | 0,06 | 0,72 |
| | | | D020 | Mayonesa, con sal | 10 | 10 | 100 | 33 | 0,09 | 3,34 | 0,54 | 1,4 | 0,02 | 71,1 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 70 | 60 | 0,8925 | 0,0595 | 13,2685 | 4,76 | 0,5355 | 1,785 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 709,3 | 17,5 | 28,1 | 94,4 | 208,1 | 2,7 | 602,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 17% | 29% | 23% | 19% | 23% | 40% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | Media y Nivel Complementario |
| **MENÚ No.** | 20 |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CARNE EN CUBITOS | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 80 | 80 | 100 | 282 | 5,36 | 0,32 | 64,08 | 7,2 | 0,64 | 1,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE CABEZONA Y PEPINO | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 45 | 33,75 | 75 | 5 | 0,16875 | 0,03375 | 0,77625 | 6,075 | 0,10125 | 0,675 |
| | | | B027 | Cebolla cabezona, cruda | 45 | 42,75 | 95 | 17 | 0,5985 | 0,04275 | 3,29175 | 10,26 | 0,12825 | 1,71 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE MANGO | C051 | Mango común, crudo | 220 | 110 | 50 | 87 | 0,66 | 0 | 18,81 | 16,5 | 0,55 | 4,4 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 718,4 | 27,4 | 23,8 | 95,4 | 49,1 | 4,0 | 445,1 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 25% | 27% | 25% | 24% | 4% | 34% | 30% |

| | |
|---|---|
| **NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** | **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ** |
| **FIRMA** | **MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097 |

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 21

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | CERDO ASADO | B009 | Ajo, crudo | 6 | 5,7 | 95 | 8 | 0,2679 | 0,0171 | 1,6701 | 2,28 | 0,0741 | 1,083 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A061 | Pan blanco, tipo molde, horneado | 110 | 110 | 100 | 306 | 9,79 | 1,76 | 62,48 | 27,5 | 2,09 | 1301,3 |
| | | | B059 | Lechuga común, cruda | 80 | 44 | 55 | 8 | 0,352 | 0,044 | 1,144 | 9,24 | 0,396 | 2,64 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | LECHUGA Y TOMATE | B103 | Tomate, crudo | 80 | 64 | 80 | 15 | 0,576 | 0,064 | 2,624 | 5,76 | 0,32 | 3,84 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE MARACUYÁ | C056 | Maracuyá, cruda | 150 | 48 | 32 | 29 | 0,72 | 0,24 | 5,952 | 4,32 | 0,816 | 2,88 |
| | GRUPO II | 0 | G021 | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 60 | 60 | 100 | 172 | 14,04 | 11,22 | 3,54 | 243 | 0,3 | 285 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 8 | 8 | 100 | 32 | 0 | 0 | 7,944 | 0 | 0,008 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 862,4 | 46,3 | 36,7 | 85,5 | 299,3 | 6,6 | 2032,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 30% | 46% | 38% | 21% | 27% | 56% | 136% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

| | |
|---|---|
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Cena - RE |
| **NIVEL** | **Media y Nivel Complementario** |
| **MENÚ No.** | **22** |

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVOS PERICOS | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | POTECA DE AHUYAMA | B006 | Ahuyama, cruda | 118 | 100,3 | 85 | 30 | 0,8024 | 0,2006 | 5,8174 | 20,06 | 0,8024 | 1,003 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 25 | 22,5 | 90 | 34 | 2,835 | 2,43 | 0,0675 | 11,925 | 0,3825 | 31,275 |
| BEBIDAS | GRUPO III | JUGO DE LULO | C045 | Lulo, crudo | 95 | 57 | 60 | 27 | 0,513 | 0,057 | 5,073 | 5,7 | 0,342 | 0 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | **Total** | | | | | 600,5 | 15,6 | 23,4 | 79,8 | 75,7 | 3,1 | 492,0 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 21% | 15% | 24% | 20% | 7% | 26% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** — **LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ**

**FIRMA** — **MATRÍCULA PROFESIONAL** — **2097**

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

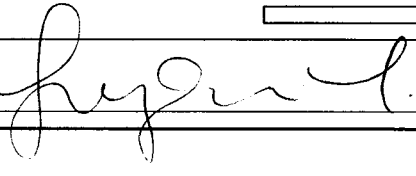
**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 23

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA HILADA | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | ESPAGUETTI CON SALSA CAMPESINA | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| CEREALES | GRUPO I | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| | | | A072 | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 76 | 76 | 100 | 282 | 9,88 | 1,14 | 56,772 | 19 | 2,964 | 4,56 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA VERDE | B059 | Lechuga común, cruda | 50 | 27,5 | 55 | 5 | 0,22 | 0,0275 | 0,715 | 5,775 | 0,2475 | 1,65 |
| | | | B077 | Pepino Cohombro, crudo | 50 | 37,5 | 75 | 5 | 0,1875 | 0,0375 | 0,8625 | 6,75 | 0,1125 | 0,75 |
| | | | B035 | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 90 | 2 | 0,1035 | 0,027 | 0,2655 | 3,69 | 0,081 | 2,07 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE CURUBA | C021 | Curuba, cruda | 67 | 33,5 | 50 | 13 | 0,201 | 0,0335 | 2,8475 | 2,345 | 0,335 | 28,475 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 100 | 75 | 3,945 | 3,99 | 5,76 | 141 | 0,075 | 55,35 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 623,7 | 24,2 | 24,5 | 74,6 | 185,7 | 4,2 | 510,6 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 24% | 25% | 18% | 17% | 35% | 34% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**



**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 24

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | CUBITOS DE CARNE DE RES CON HOGAO | F099 | Res, carne magra, cruda | 94 | 94 | 100 | 131 | 20,492 | 5,358 | 0 | 5,64 | 2,538 | 47,94 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 80 | 80 | 100 | 282 | 5,36 | 0,32 | 64,08 | 7,2 | 0,64 | 1,6 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | REBANADITAS DE TOMATE CON LIMÓN Y | B103 | Tomate, crudo | 90 | 72 | 80 | 17 | 0,648 | 0,072 | 2,952 | 6,48 | 0,36 | 4,32 |
| | | | C044 | Limón, crudo | 10 | 5 | 50 | 2 | 0,015 | 0,015 | 0,465 | 0,95 | 0,025 | 0,2 |
| BEBIDAS | GRUPO III | LIMONADA | C044 | Limón, crudo | 120 | 60 | 50 | 26 | 0,18 | 0,18 | 5,58 | 11,4 | 0,3 | 2,4 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K033 | Panela | 8 | 8 | 100 | 29 | 0,048 | 0,008 | 7,216 | 3,36 | 0,392 | 3,12 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 18 | 18 | 100 | 162 | 0 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 652,2 | 26,8 | 24,0 | 80,8 | 38,4 | 4,3 | 448,4 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 22% | 26% | 25% | 20% | 3% | 36% | 30% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 25

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | HUEVO EN TORTILLA | J004 | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 90 | 74 | 6,237 | 5,346 | 0,1485 | 26,235 | 0,8415 | 68,805 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | GUISADO DE VERDURAS MIXTAS | B052 | Habichuela, cruda | 60 | 54 | 90 | 23 | 1,134 | 0 | 3,888 | 21,6 | 0,54 | 3,24 |
| | | | B110 | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 60 | 51 | 85 | 24 | 0,357 | 0,051 | 4,845 | 13,77 | 0,204 | 17,85 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 8 | 3,2 | 40 | 1 | 0,0384 | 0,0032 | 0,2176 | 1,824 | 0,016 | 0,48 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 8 | 6,4 | 80 | 1 | 0,0576 | 0,0064 | 0,2624 | 0,576 | 0,032 | 0,384 |
| BEBIDAS | GRUPO III | NARANJADA | C051 | Mango común, crudo | 95 | 47,5 | 50 | 38 | 0,285 | 0 | 8,1225 | 7,125 | 0,2375 | 1,9 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Total** | | | | | | | | 592,9 | 13,2 | 20,7 | 85,4 | 79,4 | 2,5 | 482,3 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 20% | 13% | 21% | 21% | 7% | 21% | 32% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

**FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL**

**ENTIDAD TERRITORIAL:** GOBERNACIÓN DEL META

**MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** Cena - RE

**NIVEL** Media y Nivel Complementario

**MENÚ No.** 26

| COMPONENTE | GRUPO DE ALIMENTOS | NOMBRE DE PREPARACIÓN | CODIGO DEL ALIMENTO | NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES) | PESO BRUTO (g) | PESO NETO (g) | PORCENTAJE COMESTIBLE | CALORÍAS Y NUTRIENTES | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | CALORÍAS (Kcal) | PROTEÍNA (g) | GRASA (g) | CHO (g) | CALCIO (mg) | HIERRO (mg) | SODIO (mg) |
| ALIMENTO PROTEICO | GRUPO IV | PECHUGA KRISPY | F085 | Pollo, pechuga con piel, cruda | 50 | 46,5 | 93 | 77 | 9,6255 | 4,278 | 0,0465 | 5,115 | 0,3255 | 29,295 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 40 | 1 | 0,0288 | 0,0024 | 0,1632 | 1,368 | 0,012 | 0,36 |
| | | | B103 | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 80 | 1 | 0,0432 | 0,0048 | 0,1968 | 0,432 | 0,024 | 0,288 |
| CEREALES | GRUPO I | ARROZ | A010 | Arroz blanco, pulido, crudo | 76 | 76 | 100 | 268 | 5,092 | 0,304 | 60,876 | 6,84 | 0,608 | 1,52 |
| | | | B029 | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 40 | 1 | 0,024 | 0,002 | 0,136 | 1,14 | 0,01 | 0,3 |
| ENSALADA O VERDURAS CALIENTES | GRUPO II | ENSALADA DE ESPINACA CON FRESA, MANGO Y CREMA DE LECHE | B044 | Espinaca, cruda | 40 | 24 | 60 | 8 | 0,696 | 0,048 | 0,912 | 29,52 | 0,576 | 15,84 |
| | | | C025 | Fresa, madura, cruda | 25 | 23,75 | 95 | 11 | 0,19 | 0,11875 | 1,97125 | 4,9875 | 0,11875 | 0,475 |
| | | | C051 | Mango común, crudo | 25 | 12,5 | 50 | 10 | 0,075 | 0 | 2,1375 | 1,875 | 0,0625 | 0,5 |
| | | | G001 | Crema de leche | 6 | 6 | 100 | 20 | 0,126 | 2,1 | 0,102 | 4,08 | 0 | 2,76 |
| BEBIDAS | GRUPO III | SORBETE DE BANANO | C010 | Banano común, crudo | 86 | 60,2 | 70 | 61 | 0,903 | 0,0602 | 13,4246 | 4,816 | 0,5418 | 1,806 |
| | GRUPO II | | G008 | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 100 | 65 | 3,419 | 3,458 | 4,992 | 122,2 | 0,065 | 47,97 |
| | | EN LAS PREPARACIONES | L015 | Sal | 1 | 1 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,24 | 0,003 | 387,81 |
| AZÚCARES | GRUPO VI | EN LAS PREPARACIONES | K003 | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 100 | 28 | 0 | 0 | 6,951 | 0 | 0,007 | 0 |
| GRASAS | GRUPO V | EN LAS PREPARACIONES | D012 | Aceite de soya | 15 | 15 | 100 | 135 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | **Total** | | | | 685,2 | 20,2 | 25,4 | 91,9 | 182,6 | 2,4 | 488,9 |
| **RECOMENDACIÓN DE INGESTA DE ENERGÍA Y NUTRIENTES - RIEN, MEDIA Y CICLOS COMPLEMENTARIOS** | | | | | | | | 2900 | 101,5 | 96,7 | 406 | 1100 | 11,8 | 1500 |
| **Adecuación** | | | | | | | | 24% | 20% | 26% | 23% | 17% | 20% | 33% |

**NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS** LILY YOHANNA MORALES BERMUDEZ

**FIRMA**

**MATRÍCULA PROFESIONAL** 2097

# 11.Guías de preparación

| | |
|---|---|
| | **GUÍA DE PREPARACIONES** |
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Almuerzo jornada única y externos |

| | | MENÚ 1 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| **CARNE SUDADA** | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porciones la carne y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne porcionada y cuba con agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta que la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **SANCOCHO** | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 30 | 24 | 40 | 32 | 45 | 36 | 50 | 40 | Ponga al fuego una olla con el hueso carnudo y abundante agua, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la zanahoria, lave, ralle y agregue a la olla. Pele el platano, parta en astillas pequeñas, agregue al agua caliente, tape y deje cocinar. Pele la yuca, lave, parta en astillas y agregue a la olla. Pele las papas, lave y a la mitad, agregue al sancocho. Pruebe el punto de sal y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Plátano hartón, verde, crudo | 25 | 17 | 30 | 20,4 | 40 | 27,2 | 45 | 30,6 | 50 | 34 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 90 | 81 | |
| | Res, hueso carnudo, crudo | 10 | 6,8 | 15 | 10,2 | 20 | 13,6 | 25 | 17 | 30 | 20,4 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| **ARROZ BLANCO** | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO** | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | Pele la cebolla, corte en julianas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con la cebolla. Lave, pele y ralle la zanahoria; ponga en el recipiente con los demas ingredientes. Pele el, aguacate, pique y agregue a los demas ingregientes; Lave y pique el cilantro muy menudito; Agregue a la ensalada y sazone con sal y jugo de limon, mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Tomate, crudo | 15 | 12 | 20 | 16 | 25 | 20 | 30 | 24 | 35 | 28 | |
| | Aguacate Lorena, crudo | 10 | 7,7 | 15 | 11,55 | 25 | 19,25 | 20 | 15,4 | 20 | 15,4 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 7 | 6,3 | 10 | 9 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **NARANJADA** | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lave la fruta, exprímala y mezcle su jugo con agua fresca. Adicione azúcar, revuelva y sirva frío. |
| | | | | | | | | | | | | |
| **EN LAS PREPARACIONES** | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| **EN LAS PREPARACIONES** | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| **EN LAS PREPARACIONES** | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | |

| | | MENÚ 2 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| HUEVO PERICO | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Lavar la cebolla y el tomate, picar finamente, se sofrie; cuando este el guiso agregar los huevos, cuando la clare empiece a blanquear revolver hasta integrar completamente, dejar a fuego bajo revolviendo frecuentemente hasta que cocine el huevo. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| ARVEJA VERDE-SECA | Arveja seca, cruda | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego la olla pitadora con agua; cuando el agua este caliente agregue la arveja remojada desde la noche anterior, ponga la tapa y cocine por 20 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. Pele la zanahoria, ralle y agregue a las arvejas. Pele la papa, pique en cubitos y agregue a la arveja. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a las arvejas; pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 30 | 27 | 50 | 45 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 90 | 81 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| TORTICAS DE HARINA DE TRIGO | Harina de trigo, fortificada, para preparación, cruda | 15 | 15 | 20 | 20 | 15 | 15 | 15 | 15 | 10 | 10 | Ponga en un recipiente la harina, el huevo, panela rallada, un chorrito de agua y una pizca de sal; mezcle muy bien hasta tener una masa concistente. En aceite caliente frite la masa porcionada en tortas y deje dorar por ambos lados. |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 10 | 9 | 10 | 9 | 10 | 9 | 15 | 13,5 | |
| | Panela | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | Pele la cebolla, corte en julianas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con la cebolla. Lave, pele y ralle la zanahoria; ponga en el recipiente con los demas ingredientes; agregue mayonesa y sal al gusto, mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | |
| | Tomate, crudo | 10 | 8 | 15 | 12 | 25 | 20 | 20 | 16 | 20 | 16 | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE LULO CON LECHE | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lavar los lulos muy bien , pelar, partir en cruz e incorporar a la licuadora. Disolver la leche en polvo en el agua, agregar a la licuadora con el lulo, agregar azucar; licuar muy bien, colar y refrigerar. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 13 | 15 | 13 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | |

| | | MENÚ 3 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| **PECHUGA DORADA** | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Porcionar la pechuga y sazonar con sal. Calentar la plancha con un poco de aceite. Poner la pechuga porcionada sobre la plancha precalentada hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **CREMA DE VERDURAS** | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 10 | 9 | 30 | 27 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele, lave, pique la cebolla y agregue a la olla. Pele, lave, pique la zanahoria y la papa, agregue a la olla. Lave la papa criola y las acelgas, pique y agregue a la olla. Cocine hasta que la papa este blanda, retire del fuego y licúe. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 20 | 17 | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | |
| | Acelga, hojas, cruda | 5 | 4,25 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, | 20 | 20 | 25 | 25 | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | |
| | Papa, variedad harinosa, criolla, | 20 | 18,4 | 25 | 23 | 30 | 27,6 | 35 | 32,2 | 40 | 36,8 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 25 | 10 | 30 | 12 | 35 | 14 | 30 | 12 | |
| **ARROZ BLANCO** | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **PATACÓN DE PLATANO VERDE** | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 55 | 37,4 | 70 | 47,6 | 85 | 57,8 | 125 | 85 | Pele los platanos y porcione para pataconas. Caliente el aceite y sofria el platano a fuego bajo, retire los platanos del aceite y deje reposar. Aplaste los trozos de platano y lleve al aceite caliente nuevamente y deje dorar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **HABICHUELAS GUISADAS CON QUESO Y HUEVO** | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | 30 | 27 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele, lave y pique la zanahoria en cuadritos; agregue al agua caliente. Cuando este ablandando; lave la habichuela, pique y agregue a la olla, cocine por 5 minutos. Retire las verduras del fuego y escurra el agua. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite; cuando este el guiso, agregue las verduras, el huevo y la sal; cuando la clara empiece a blanquear mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 15 | 13,5 | 10 | 9 | 15 | 13,5 | 10 | 9 | |
| | Queso fresco, semiduro, | 10 | 10 | 12 | 12 | 30 | 30 | 35 | 35 | 45 | 45 | |
| | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 6 | 5,7 | |
| **JUGO DE GUAYABA EN LECHE** | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 15 | 11,25 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **EN LAS PREPARACIONES** | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| **EN LAS PREPARACIONES** | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| **EN LAS PREPARACIONES** | Aceite de soya | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | | MENÚ 4 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| CARNE DESMECHADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la carne y deje cocinar. Cuando la carne este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne desmechada, mezcle, tape y deje cocinar a fuego lento por 5 minutos. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego una olla con abundante agua y los frijoles remojados desde la noche anterior; cocine hasta que empiecen a ablandar. pele la ahuyama, pique en cubitos y agregue a los frijoles. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los frijoles. pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que la ahuyama este blanda. |
| | Ahuyama, cruda | 50 | 42,5 | 60 | 65 | 65 | 55,25 | 70 | 59,5 | 90 | 76,5 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| MONEDITAS DE PLATANO MADURO | plátano hartón, maduro, crudo | 95 | 68,4 | 108 | 77,76 | 142 | 102,24 | 167 | 120,24 | 225 | 162 | Lleve al fuego un sarten con abundante aceite. Pele el plátano y pique en rodajitas delgadas. Sofría la moneditas en el aceite precalentado hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE PIÑA | Piña, cruda | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | Lave, pele, pique la piña en cubos y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida y azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 13 | 13 | 16 | 16 | 20 | 20 | 22 | 22 | |
| | | | | | | | | | | | | |

| | | MENÚ 5 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y corte en cubitos. Disuelva harina en un poco de leche y lleve a fuego medio, agregue mantequilla, pizca de sal y revuelva constantemente hasta que espece; agregue la pechuga desmechada y mezcle muy bien. |
| | Harina de trigo, fortificada, para repostería, cruda | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 11 | 11 | 12 | 12 | |
| | Margarina, esparcible | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE CONCHITAS | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 12 | 10,8 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Deje en el fuego el caldo en el que cocinamos la pechuga. Pele, lave pique la cebolla y agregue a la olla. Cuando el agua este caliente, agregue las conchitas. Pele la zanahoria y la papa, lave muy bien y pique en cuadritos. Cuando las conchitas esten al dente; agregue la zanahoria picada y la papa. Deje cocinar cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 6 | 6 | 15 | 15 | 15 | 15 | 25 | 25 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 2 | 0,8 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CASCOS DE PAPA DORADA | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 35 | 35 | 40 | 40 | 70 | 70 | 100 | 100 | Pelar las papas, lavar y picar en cascos. Calentar abundante aceite, incorporar las papas y sofreir hasta dorar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA ROJA CON LIMÓN | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 25 | 20 | 30 | 24 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue zumo de limon, sal al gusto y mezcle hasta integrar los ingredientes. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | 17 | 14,45 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 3 | 1,5 | 4 | 2 | 5 | 2,5 | 6 | 3 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE BANANO CON LECHE | Banano común, crudo | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 15 | 10,5 | Pele, pique el banano y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el banano y azucar al gusto. Licue muy bien y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 6 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 13 | 13 | |

| | | MENÚ 6 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| CERDO ACARAMELADO | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | LLeve a fuego bajo un chorrito de agua, panela, tomillo y laurel; cocine hasta obtener un melado y reserve. Porcionar el cerdo y sazonar con sal. Calentar la plancha con un poco de aceite. Poner la pechuga porcionada sobre la plancha precalentada hasta dorar por ambos lados. Poner el cerdo asado a un recipiente, bañar con el melado de panela. |
| | Panela | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 11 | 11 | 10 | 10 | |
| | Tomillo y Laurel | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CREMA DE MAÍZ | Maíz tierno, crudo | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele, lave, pique la cebolla y agregue a la olla. Agregue el maiz tierno. Pele, lave, pique la zanahoria y la papa, agregue a la olla. Disuelva la harina en un poco de agua, y agregue al aolla. Cocine hasta que la papa este blanda, retire del fuego y licúe con el cilantro bien lavado y picado. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, ~~harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda~~ | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 15 | 15 | 25 | 25 | |
| | | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 2 | 0,8 | |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 2 | 1,8 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| CROQUETA DE YUCA | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 20 | 16 | 25 | 20 | 30 | 24 | 50 | 40 | Pele la yuca, lave muy bien, parta en astillas y cocine hasta que este blanda. Escurra el agua y hagala pure; ponga la yucac en un recipiente con la harina de maiz, agregue un chorrito de agua, sal y mezcle. Arme las croquetas y sofria hasta dorar.. |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 10 | 10 | 15 | 15 | 17 | 17 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, APIO Y PIÑA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | 17 | 14,45 | 25 | 21,25 | 45 | 38,25 | Lave, pique el apio en cuadritos, pase por agua caliente y escurra. Pele la piña, corte en cuadritos y ponga en un recipiente. Pele la zanahora, lave, ralle y ponga con el apio. Agregue el apio y mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Apio, crudo | 10 | 5 | 12 | 6 | 30 | 15 | 35 | 17,5 | 45 | 22,5 | |
| | Piña, cruda | 15 | 8,25 | 15 | 8,25 | 4 | 2,2 | 25 | 13,75 | 45 | 24,75 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lave, pele, pique el tomate en cruz y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en agua hervida; agregue a la licuadora con azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 9 | 9 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 10 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| | | | | | | | | | | | | |

| | | MENÚ 7 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| **HUEVOS REVUELTOS** | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Lleve al fuego un sarten con un chorrito de aceite y deje calentar. Incorpore los huevos, agregue sal al gusto, cuando las claras empiecen a blanquear revolver muy bien y deje cocinar a llama baja hasta que el huevo este cocido. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **LENTEJAS** | Lenteja real, cruda | 5 | 8 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleve al fuego la olla con agua; cuando el agua este caliente agregue las lentejas bien levadas, cocine por 30 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. Pele, ,lave, ralle la zanahoria y agregue a las lentejas. Pele la papa, lave, pique en cubitos y agregue a las lentejas. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a las lentejas, pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 44 | 39,6 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 90 | 81 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **ARROZ AL AJO** | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, triture el ajo; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 5 | 4,75 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **TORTICAS DE ZANAHORIA CON HARINA DE TRIGO** | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 45 | 38,25 | 55 | 46,75 | 60 | 51 | 65 | 55,25 | Lave la zanahoria, pele y ralle. Ponga la zanahoria rallada en un recipiente, agregue la harina, el huevo y una pizca se sal; mezcle muy bien hasta tener una masa concistente. En aceite caliente frite la masa porcionada en tortas y deje dorar por ambos lados. |
| | Harina de trigo, fortificada, para repostería, cruda | 10 | 10 | 15 | 15 | 12 | 12 | 12 | 12 | 15 | 15 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 10 | 9 | 6 | 5,4 | 8 | 7,2 | 8 | 7,2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **JUGO DE MANGO** | Mango común, crudo | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | Lave, pele, pique el mango, y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida, lleve a la licuadora con azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **EN LAS PREPARACIONES** | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| **EN LAS PREPARACIONES** | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 | 7 | 7 | |
| **EN LAS PREPARACIONES** | Aceite de soya | 8 | 8 | 7 | 7 | 7 | 7 | 10 | 10 | 12 | 12 | |

## MENÚ 8

| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Preescolar Peso Bruto | Preescolar Peso Neto | De 1ro a 3ro Peso Bruto | De 1ro a 3ro Peso Neto | de 4to a 5to Peso Bruto | de 4to a 5to Peso Neto | De 6to a 9no Peso Bruto | De 6to a 9no Peso Neto | Media y ciclos Peso Bruto | Media y ciclos Peso Neto | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| POLLO EN SALSA CRIOLLA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Porcione la pechuga y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la pechuga porcionada y cuba con poca agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la pechuga este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 7 | 2,8 | 12 | 4,8 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE AVENA | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 12 | 10,8 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Ponga al fuego la olla con la cocinadura de la pechuga, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Disuelva en un poco de agua la avena y agregue a la olla. Pele las papas, lave y corte en rodajas grandes, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar revolviendo de vez en cuando a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Avena en Hojuelas, Precocida | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| PAPA CHORRIADA | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 50 | 50 | 60 | 60 | 80 | 80 | 100 | 100 | Lave muy bien las papas y cocine en suficiente agua hasta que esten blandas. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite y sal al gusto; cuando este el guiso, escurra el agua alas papas y ponga sobre ellas el guiso. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA ROJA CON MAYONESA | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 25 | 20 | 30 | 24 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue mayonesa, sal al gusto y mezcle hasta integrar los ingredientes. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | 17 | 14,45 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE CURUBA EN LECHE | Curuba, cruda | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 15 | 7,5 | Lave, pele la curuba y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la curuba y azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 9 | 9 | 10 | 10 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 14 | 14 | |

## MENÚ 9

| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Preescolar Peso Bruto | Preescolar Peso Neto | De 1ro a 3ro Peso Bruto | De 1ro a 3ro Peso Neto | de 4to a 5to Peso Bruto | de 4to a 5to Peso Neto | De 6to a 9no Peso Bruto | De 6to a 9no Peso Neto | Media y ciclos Peso Bruto | Media y ciclos Peso Neto | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CARNE FRITA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 65 | 65 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porcionar la carne y sazonar con sal. Lleve al fuego un sarten con abundante aceite y deje calentar a fuego medio; sobria la carne hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CREMA DE GARBANZOS | Garbanzo, crudo | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego una olla con abundante agua y los garbanzos remojados desde la noche anterior; cocine hasta que empiecen a ablandar. pele la papa, lave muy bien, parta en rodajas y agregue a los garbanzos. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los garbanzos; pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio, cuando la papa este blanda licue los garbanzos muy bien hasta obtener una crema. |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 45 | 65 | 60 | 60 | 70 | 70 | 90 | 90 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ AL PIMENTÓN | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Lave el pimenton, licue muy bien en abundante agua, lleve al fuego con un chorrito de aceite. Cuando el agua empiece a hervir agregue el arroz ya lavado y sal al gusto. Cuando seque el agua, baje la llama a la minima, tape y cocine hasta que el arroz este listo. |
| | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 3 | 2,55 | 4 | 3,4 | 5 | 4,25 | 5 | 4,25 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CASCABELES DE PLATANO VERDE | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 55 | 37,4 | 70 | 47,6 | 85 | 57,8 | 115 | 78,2 | Lleve al fuego un sarten con abundante aceite. Pele el plátano y pique en rodajitas delgadas. Sofría la moneditas en el aceite precalentado hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | Lechuga común, cruda | 10 | 5,5 | 12 | 6,6 | 10 | 5,5 | 12 | 6,6 | 15 | 8,25 | Pique finamente la lechuga, lave y desinfecte. Pele la cebolla, lave muy bien y corte en rodajas. Ponga en un recipiente la lechuga y la cebolla, agregue un jugo de limón, sal al gusto y mezcle. |
| | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 12 | 11,4 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | 40 | 38 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 3 | 1,5 | 6 | 3 | 8 | 4 | 8 | 4 | |
| LIMONADA | Limón, crudo | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | A una jarra con agua exprimir los limones, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | 21 | 21 | |

| | | MENÚ 10 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 60 | 55,8 | 68 | 63,24 | 84 | 78,12 | 81 | 75,33 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche en hilos. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, agregue un chorrito de agua y deje espesar, incorpore la pechuga desilachada,pruebe punto de sal, tape y cocine por 50 minutos mas. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 7 | 2,8 | 12 | 4,8 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE VERDURAS | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 17 | 15,3 | 20 | 18 | 20 | 18 | 20 | 18 | Dejar en el fuego la cocinadura de la pechuga. Pelar, lavar y picar la cebolla finamente, agregar a la olla. Pelar la zanahoria, lavar, picar en cuadritos y agregar a la olla. Pelar la papa pastusa, lavar, partir en rodajas y agregar a la sopa; cuando esta empiece a ablandar agregar la papa criolla ya lavada y partida a la mitad. cocine hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 20 | 17 | 20 | 17 | 20 | 17 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, cruda | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 40 | 40 | 45 | 45 | |
| | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 25 | 23 | 30 | 27,6 | 40 | 36,8 | 40 | 36,8 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 5 | 2 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ESPAGUETTI GUISADO | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 26 | 26 | 37 | 37 | 46 | 46 | 60 | 60 | 64 | 64 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el espaguetti, cocine hasta que este al dente; retire del fuego y escurra. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue los espaguetis al guiso y mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 6 | 4,8 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| MADURO MELADO | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 50 | 36 | 70 | 50,4 | 80 | 57,6 | 115 | 82,8 | Lave los platanos, pele y parta en trozos a lo largo; ponga los platanos en una olla, cubra los platanos con agua y agregue la panela. Lleve al fuego y deje cocinar hasta que el agua reduzca y los platanos esten cocidos. |
| | Panela | 3 | 3 | 5 | 5 | 6 | 6 | 5 | 5 | 7 | 7 | |
| | Canela | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | |
| ENSALADA PICO DE GALLO | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 17 | 16,15 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 30 | 28,5 | Pele la cebolla, lave y pique en cuadritos. Lave y pique el tomate en cubitos. Leve muy bien el cilantro y pique muy finito. Mezcle en un recipiente la cebolla, el tomate y el cilantro; sazone con una pizca de sal. |
| | Tomate, crudo | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 20 | 16 | 15 | 12 | 20 | 16 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | |
| JUGO DE GUAYABA CON LECHE | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 9 | 9 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 11 | 11 | 13 | 13 | 15 | 15 | 19 | 19 | |

| | | MENÚ 11 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| POLLO A LAS HIERBAS | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 44 | 40,92 | 54 | 50,22 | 68 | 63,24 | 81 | 75,33 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche. en un recipiente ponga la crema de leche, agregue el tomillo, el perejil y el oregano ; cocine a fuego medio por 5 minutos; incorpore la pechuga desmechada, mezcle muy bien y pruebe el punto de sal. |
| | Crema de leche | 5 | 5 | 7 | 7 | 5 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | |
| | Tomillo, perejil, oregano, cebolla y ajo | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE FIDEOS | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 12 | 10,8 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Deje en el fuego el caldo en el que cocinamos la pechuga. Pele la zanahoria y la papa, lave muy bien y pique en cuadritos. Cuando el caldo hierva agregue la zanahoria picada y deje cocinar por 10 minutos. Lave y pique la habichuela. Agregue los fideos, la habichuela y la papa. deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 15 | 15 | 25 | 25 | 30 | 30 | 55 | 55 | 50 | 50 | |
| | | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 15 | 15 | 20 | 20 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 2 | 0,8 | |
| ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA DORADA) | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele la cebolla cabezona, lave, corte en juliana y sofria con un chorrito de aceite hasta dorar. Agregue y de hervir. Incorpore el arroz y la sal. Cuando seque el agua, ponga fuego al minimo y tape hasta que cocine el arroz. |
| | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 5 | 4,75 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| PATACÓN | Plátano hartón, verde, crudo | 45 | 30,6 | 55 | 37,4 | 70 | 47,6 | 70 | 47,6 | 115 | 78,2 | Pele los platanos y porcione para pataconas. Caliente el aceite y sofria el platano a fuego bajo, retire los platanos del aceite y deje reposar. Aplaste los trozos de platano y lleve al aceite caliente nuevamente y deje dorar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| TORTA DE ESPINACA CON HUEVO Y HARINA DE TRIGO | Espinaca, cruda | 20 | 12 | 25 | 15 | 17 | 10,2 | 25 | 15 | 30 | 18 | Ponga una olla al fuego con suficiente agua. Lave muy bien la espinaca pique en tiritas y agregue al agua caliente; deje cocinar por 5 minutos retire del fuego y escurra el agua. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite; agregue la espinaca, el queso rallado, el huevo y la sal; cuando la clara empiece a blanquear mezcle bien todos los ingredientes; tape y cocine a llama baja por 15 minutos mas. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 2 | 0,8 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 10 | 9 | 7 | 6,3 | 10 | 9 | 10 | 9 | |
| | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE CURUBA CON LECHE | Curuba, cruda | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 15 | 7,5 | Lave, pele la curuba y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la curuba y azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 8 | 8 | 8 | 8 | 9 | 9 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 6 | 8 | 8 | |

| | | MENÚ 12 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Corte la carne en cubitos y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla, pique menudito y sofria con un chorrito de aceite; cuando la cebolla este sofrita, incorpore la carne en cubitos. Leve muy bien el cilantro, licue con un poco de agua. Cubra la carne con el licuado de cilantro, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| FRIJOLES | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego la olla pitadora con agua; cuando el agua este caliente agregue los frijoles remojados desde la noche anterior, ponga la tapa y cocine por 20 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. pele el platano, pique en cubitos y agregue a los frijoles. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los frijoles. pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que el platano este blando. |
| | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 50 | 65 | 70 | 47,6 | 80 | 54,4 | 115 | 78,2 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 50 | 36 | 70 | 50,4 | 80 | 57,6 | 115 | 82,8 | Pele los platanos y corte en tajadas. Caliente el aceite y sofria las tajadas hasta dorar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA ROJA CON LIMÓN | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 20 | 65 | 25 | 20 | 35 | 28 | 35 | 28 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue zumo de limon, sal al gusto y mezcle hasta integrar los ingredientes. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 35 | 29,75 | 35 | 29,75 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE MANGO CON LECHE | Mango común, crudo | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | Lave, pele, pique el mango, y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el mango y azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 13 | 13 | 16 | 16 | 20 | 20 | 22 | 22 | |

| | | MENÚ 13 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| POLLO CRISPY | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 48 | 44,64 | 54 | 50,22 | 68 | 63,24 | 79 | 73,47 | Porcionar la pechuga, sazonar con sal. Batir el huevo; pasar la pèchuga por el huevo batido y sellar con la harina. Calentar abundante aceite y freir la pechuga a fuego medio hasta dorar. |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 7 | 6,3 | |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | |
| SOPA DE CEBADA | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 12 | 10,8 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Ponga al fuego una olla con abundante agua y la cebada bien lavada, agregue la cebolla lavada y picada. Cuando la cebada este blanda; pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Pele las papas, lave y corte en cuadritos, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar revolviendo de vez en cuando a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Cebada, perlada, cruda | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ARROZ CON FIDEOS | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite junto con los fideos, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| PAPA SALADA | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 50 | 50 | 60 | 60 | 80 | 80 | 90 | 90 | Lave muy bien las papas y cocine en suficiente agua hasta que esten blandas. Escurra el agua y espolvoree las papas con sal. |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 17 | 14,45 | 20 | 17 | Pele la cebolla, corte en julianas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con la cebolla. Lave, pele y ralle la zanahoria; ponga en el recipiente con los demas ingredientes; agregue mayonesa y sal al gusto, mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Tomate, crudo | 10 | 8 | 12 | 9,6 | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 20 | 16 | |
| | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 12 | 11,4 | 15 | 14,25 | 17 | 16,15 | 20 | 19 | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE BANANO CON LECHE | Banano común, crudo | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | Pele, pique el banano y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el banano y azucar al gusto. Licue muy bien y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 1 | 1 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 11 | 11 | 13 | 13 | |

| | | MENÚ 14 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| HUEVOS EN TORTILLA | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Caliente un sarten con un chorrito de aceite. Bata los huevos e incorpore al sarten precalenteda, deje cocinar a llama muy bajita hasta que los huevos esten listos. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE LENTEJAS | Lenteja real, cruda | 5 | 8 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lave muy bien las lentejas y llévelas a cocinar con abundante agua. Pele, lave, pique finamente la cebolla y agregue a las lentejas. Pele la zanahoria, pique en cuadritos y agregue a las lentejas. Pele y pique la papa en cuadritos. Cuando las lentejas estén un poco blandas, agregue la papa y sal al gusto; deje cocinar hasta que la papa esta blanda. |
| | Papa, variedad harinosa, pastosa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 44 | 39,6 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 90 | 81 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | Ahuyama, cruda | 40 | 34 | 45 | 38,25 | 55 | 46,75 | 60 | 51 | 65 | 55,25 | Lleve al fuego una olla con agua. Pele la ahuyana, corte en cubos, agregue al agua caliente y deje cocinar hasta que la ahuyama este blanda; escurra elagua y deje reposar. Con la ahuyama ya reposada haga un puré, agregue la harina, el huevo y una pizca se sal; mezcle muy bien hasta tener una masa concistente. En aceite caliente frite la masa porcionada en tortas y deje dorar por ambos lados. |
| | Harina de trigo, fortificada, para preparaciones de consumo inmediato | 15 | 15 | 20 | 20 | 15 | 15 | 17 | 17 | 18 | 18 | |
| | Queso fresco, semiduro, semimaduro, tipo campesino | 10 | 10 | 12 | 12 | 30 | 30 | 35 | 35 | 40 | 40 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 10 | 9 | 6 | 5,4 | 8 | 7,2 | 8 | 7,2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE TOMATE DE ARBOL | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lave, pele, pique el tomate en cruz y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida y azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | 8 | 8 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | |

| | | MENÚ 15 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| CARNE GUISADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porciones la carney sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne porcionada y cubra con agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SANCOCHO | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 30 | 24 | 40 | 32 | 45 | 36 | 50 | 40 | Ponga al fuego una olla con el hueso carnudo y abundante agua, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la zanahoria, lave, ralle y agregue a la olla. Pele el platano, parta en astillas pequeñas, agregue al agua caliente, tape y deje cocinar. Pele la yuca, lave, parta en astillas y agregue a la olla. Pele las papas, lave y a la mitad, agregue al sancocho. Pruebe el punto de sal y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Plátano hartón, verde, crudo | 25 | 17 | 30 | 20,4 | 40 | 27,2 | 45 | 30,6 | 50 | 34 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastosa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 100 | 90 | |
| | Res, hueso carnudo, crudo | 10 | 6,8 | 15 | 10,2 | 20 | 13,6 | 25 | 17 | 30 | 20,4 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| ARROZ AL AJO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, triture el ajo; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 5 | 4,75 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | Pele la cebolla, corte en julianas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con la cebolla. Lave, pele y ralle la zanahoria; ponga en el recipiente con los demas ingredientes; agregue mayonesa y sal al gusto, mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Tomate, crudo | 15 | 12 | 20 | 16 | 25 | 20 | 30 | 24 | 35 | 28 | |
| | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 15 | 14,25 | 25 | 23,75 | 20 | 19 | 20 | 19 | |
| | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE PIÑA | Piña, cruda | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | Lave, pele, pique la piña en cubos y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida y azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 9 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | |

| | | MENÚ 16 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| PECHUGA DESMECHADA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 48 | 44,64 | 54 | 50,22 | 68 | 63,24 | 80 | 74,4 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| AJIACO | Arracacha amarilla, sin cascara, cruda | 15 | 12 | 20 | 16 | 30 | 24 | 20 | 16 | 40 | 32 | Dejar en el fuego la cocinadura de la pechuga. Pelar, lavar y picar la cebolla finamente, agregar a la olla. Pelar la arracacha, lavar, rallar, agregar a la olla y dejar cocinar. Pelar la papa, lavar, partir en rodajas y agregar a la sopa; cuando esta empiece a ablandar agregar la papa criolla ya lavada y partida a la mitad. cocine hasta que la papa este blanda. |
| | Crema de leche | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | |
| | Guascas, crudas | 3 | 1,05 | 4 | 1,4 | 4 | 1,4 | 10 | 3,5 | 6 | 2,1 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, cruda | 15 | 15 | 20 | 20 | 30 | 30 | 35 | 35 | 40 | 40 | |
| | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 15 | 13,8 | 20 | 18,4 | 30 | 27,6 | 35 | 32,2 | 40 | 36,8 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | Harina de maíz blanco, precocida | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | 35 | 35 | 40 | 40 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue el huevo, un chorrito de agua, sal y mezcle. Arme los deditos y sofria en abundante aceite a fuego medio hasta que los deditos doren. |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 6 | 5,4 | 5 | 4,5 | 15 | 13,5 | 15 | 13,5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA, CABEZONA Y TOMATE | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 25 | 23,75 | 25 | 23,75 | Pele la cebolla, corte en julianas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con la cebolla. Lave, pele y ralle la zanahoria; ponga en el recipiente con los demas ingredientes. Pele el, aguacate, pique y agregue a los demas ingregientes; Lave y pique el cilantro muy menudito; Agregue a la ensalada y sazone con sal y jugo de limon, mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Tomate, crudo | 20 | 16 | 20 | 16 | 25 | 20 | 25 | 20 | 25 | 20 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 12 | 10,2 | 12 | 10,2 | |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 3 | 1,5 | 4 | 2 | 5 | 2,5 | 6 | 3 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE GUAYABA CON LECHE | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 15 | 11,25 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 9 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 3 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 10 | 10 | |

| | | MENÚ 17 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| CARNE GUISADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porciones la carney sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne porcionada y cubra con agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE COLÍ | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 8 | 7,2 | 17 | 15,3 | 25 | 22,5 | 40 | 36 | Ponga al fuego una olla con abundante agua, agregue la cebolla lavada y picada. Pele el platano, parta en astillas pequeñas, agregue al agua caliente, tape y deje cocinar. Pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Pele las papas, lave y corte en rodajas grandes, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Plátano colí o guíneo, verde, crudo | 35 | 21 | 40 | 65 | 30 | 18 | 35 | 21 | 45 | 27 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 35 | 29,75 | 35 | 29,75 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 35 | 35 | 40 | 40 | 30 | 30 | 55 | 55 | 45 | 45 | |
| ARROZ AL CILANTRO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Lave el cilantro, licue muy bien en abundante agua, lleve al fuego con un chorrito de aceite. Cuando el agua empiece a hervir agregue el arroz ya lavado y sal al gusto. Cuando seque el agua, baje la llama a la minima, tape y cocine hasta que el arroz este listo. |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ASTILLAS DE YUCA DORADA | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 40 | 32 | 65 | 52 | 70 | 56 | 90 | 72 | Pele la yuca, lave muy bien, parta en astillas y cocine hasta que este blanda. Escurra el agua y sofria en abundante aceite hasta dorar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA ROJA CON MAYONESA | Remolacha, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 20 | 65 | 25 | 20 | 35 | 28 | 35 | 28 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue mayonesa, sal al gusto y mezcle hasta integrar los ingredientes. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 35 | 29,75 | 35 | 29,75 | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 3 | 3 | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE CURUBA CON LECHE | Curuba, cruda | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | Lave, pele la curuba y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la curuba y azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 16 | 16 | 16 | 16 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 13 | 13 | 16 | 16 | |

| | | MENÚ 18 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| HUEVOS BATIDOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Ponga a calentar a llama baja un sarten con un chorrito de aceite. ponga en un recipiente los huevos, agregue sal al gusto y bata con un tenedor. Lleve los huevos batidos al sarten precalentado, mantega la llama baja, tape y deje hasta que los huevos esten cocidos. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARVEJAS SECAS GUISADAS | Arveja seca, cruda | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego la olla pitadora con agua; cuando el agua este caliente agregue la arveja remojada desde la noche anterior, ponga la tapa y cocine por 20 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. Pele la zanahoria, ralle y agregue a las arvejas. Pele la papa, pique en cubitos y agregue a la arveja. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a las arvejas; pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 60 | 54 | 70 | 63 | 85 | 76,5 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 20 | 17 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| PURÉ DE PAPA CON MAYONESA | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 50 | 50 | 60 | 60 | 70 | 70 | 85 | 85 | Pele la papa, lave muy bien, parta en cubos y cocine hasta que este blanda. Escurra el agua y hagala pure; ponga la papa, agregue la mayonesa, sal la gudto y mezcle hasta integrar los ingredientes. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 7 | |
| PICO DE GALLO | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 25 | 23,75 | 25 | 23,75 | Pele la cebolla, lave y pique en cuadritos. Lave y pique el tomate en cubitos. Leve muy bien el cilantro y pique muy finito. Mezcle en un recipiente la cebolla, el tomate y el cilantro; sazone con una pizca de sal. |
| | Tomate, crudo | 20 | 16 | 20 | 16 | 25 | 20 | 25 | 20 | 25 | 20 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | |
| JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lave, pele, pique el tomate en cruz y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en agua hervida; agregue a la licuadora con azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | |

| | | MENÚ 20 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| POLLO EN SALSA CRIOLLA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 48 | 44,64 | 54 | 50,22 | 68 | 63,24 | 81 | 75,33 | Porcione la pechuga y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la pechuga porcionada y cuba con poca agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la pechuga este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 7 | 2,8 | 12 | 4,8 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE ARRACACHA | Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 24 | 19,2 | 30 | 24 | 40 | 32 | 50 | 40 | Ponga al fuego una olla con abundante agua, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la arracacha, lave, ralle y agregue al agua caliente, tape y deje cocinar. Pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Pele las papas, lave y corte en rodajas grandes, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 20 | 20 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda | 10 | 9,2 | 12 | 11,04 | 15 | 13,8 | 20 | 18,4 | 25 | 23 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ARROZ ROJO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Lave el pimenton, licue muy bien en abundante agua, lleve al fuego con un chorrito de aceite. Cuando el agua empiece a hervir agregue el arroz ya lavado y sal al gusto. Cuando seque el agua, baje la llama a la minima, tape y cocine hasta que el arroz este listo. |
| | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 3 | 2,55 | 4 | 3,4 | 5 | 4,25 | 5 | 4,25 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | Cocine las conchitas en abundante agua hasta que la pasta este al dente, escurra y deje reposar. Pique la habichuela, cocine por 10 minutos, escurra el agua y deje reposar. Cuando la pasta este fria pele la zanahoria, ralle y agregue a la pasta. Lave el tomate, pique en cuadritos e incorpore con la pasta. Agregue a la pasta mayonesa, pizca de sal y mezcle muy bien hasta incorporar todos los ingredientes. |
| ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | Habichuela, cruda | 20 | 20 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 36 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 9,2 | 12 | 11,04 | 15 | 13,8 | 20 | 18,4 | 25 | 34 | |
| | Tomate, crudo | 10 | 8 | 10 | 8 | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 20 | 16 | |
| | Mayonesa, con sal | 6 | 6 | 10 | 10 | 15 | 15 | 17 | 17 | 20 | 20 | |
| JUGO DE BANANO CON LECHE | Banano común, crudo | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | Pele, pique el banano y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el banano y azucar al gusto. Licue muy bien y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Distrubuído en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| | | | | | | | | | | | | |

| | |
|---|---|
| | **GUÍA DE PREPARACIONES** |
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | No |
| **GRUPO ÉTNICO** | Sin Pertenencia Étnica |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | Desayuno Residencia escolar |

| | MENÚ 1 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| CHOCOLATE CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | En una olleta ponga el agua previamente hervida y lleve al fuego; ya caliente agregue el azucar y el chocolate en pastillas. Cuando el chocolate derrita, bata hasta espumar y retire del fuego; agregue la leche en polvo y bata nuevamente. |
| | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| CALDO DE HUEVO CON PAPA | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 61 | 54,9 | 61 | 54,9 | 61 | 54,9 | 61 | 54,9 | Lleve al fuego la olla con agua y agregue la cebolla larga lavada y picada, cuando el agua este caliente agregue la papa pelada, lavada y cortada en cuadritos; cuando la papa empiece a ablandar pruebe el punto de sal y agregue los huevos uno a uno y deje cocinar. Cuando el huevo este duro, retire del fuego y agregue el cilantro previamente lavado y picado finamente. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | 4 | 3,6 | 7 | 6,3 | 8 | 7,2 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 80 | 72 | 88 | 79,2 | 100 | 90 | |
| AREPA BLANCA | Harina de maíz blanco, precocida | 30 | 30 | 40 | 40 | 40 | 40 | 45 | 45 | 55 | 55 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y amase. Arme las arepas y ase en una plancha precalentada. |
| REBANADA DE PIÑA | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 182 | 100,1 | 182 | 100,1 | 182 | 100,1 | 182 | 100,1 | Lave muy bien la piña, pele y porcione en rodajas. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| | Aceite de soya | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 8 | 8 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 2 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| COLADA DE FECULA DE MAÍZ | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Disuelva la leche en polvo en el agua previamente hervida y lleve al fuego, agregue azucar y pruebe el punto de dulce. Disuelva al almidon en un poco de agua hervida y adiciones a la leche a punto de ebullicion, revuelva constantemente hasta que la colada hierva. |
| | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| SUDADO DE CARNE CON PAPA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Lave muy bien los tomates y la cebolla, pique finamente y sobria a fuego lento para tener un guiso; agregue la carne porcionada, deje sazonar por 5 minutos, agregue el agua y deje cocinar. Cuando la carne empiece a ablandar pele las papas, lave muy bien y agregue a la olla con la carne y pruebe el punto de sal, tape y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa cocine. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 4 | 3,2 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 80 | 72 | 88 | 79,2 | 100 | 90 | |
| PAN ROLLITO | Pan blanco, tipo molde, horneado | 30 | 30 | 40 | 40 | 40 | 40 | 45 | 45 | 55 | 55 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 4 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 10 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 3 | | | | | | | | | | | Preparación |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| COCOA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Disuelva la leche en polvo en el agua previamente hervida y lleve al fuego, cuando este a punto de ebullicion agregue la cocoa y bata hasta disolver por completo la cocoa, retire del fuego. |
| | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| CALDO DE CARNE CON PAPA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Lleve al fuego la olla con agua y agregue la cebolla larga lavada y picada; cuando el agua este caliente agregue la carne de res y deje cocinar, cuando la carne empiece a ablandar pruebe el punto de sal y agregue la papa pelada, lavada y cortada en rodajas, deje cocinar hasta que la papa este blanda. retire del fuego y agregue el cilantro previamente lavado y picado finamente. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | 4 | 3,6 | 7 | 6,3 | 8 | 7,2 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 40 | 36 | 50 | 45 | 80 | 72 | 88 | 79,2 | 100 | 90 | |
| DEDITOS DE HARINA DE | Harina de maíz blanco, precocida | 30 | 30 | 40 | 40 | 40 | 40 | 45 | 45 | 55 | 55 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y mezcle. Arme los deditos y sofria. |
| CUBITOS DE PAPAYA | Papaya, madura, cruda | 146 | 102,2 | 182 | 127,4 | 182 | 127,4 | 182 | 127,4 | 182 | 127,4 | Lave muy bien la papaya, pele y corte en cuadritos, porcione. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| | Aceite de soya | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 8 | 8 | |

| | MENÚ 4 | | | | | | | | | | | Preparación |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| AGUAPANELA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | ponga en una olla el agua y la panela, lleve al fuego hasta que esta hierva muy bien y retire del fuego. Agregue la leche en polvo y revuelva hasta disolver la leche completamente. |
| | Panela | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| TORREJAS DE TRIGO CON PECHUGA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche. En un recipiente ponga la harina de trigo, agregue el huevo, sal y un chorrito de agua, revuelva hasta tener una masa concistente, agregue el pollo desmechado y revuelva bien. en aceite precalentado frite la masa porcionada en tortas. |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 12 | 12 | 17 | 17 | 25 | 25 | 35 | 35 | 42 | 42 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 8 | 7,2 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 100 | 40 | |
| DEDITOS DE HARINA DE | Harina de maíz blanco, precocida | 12 | 12 | 17 | 17 | 25 | 25 | 35 | 35 | 42 | 42 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y mezcle. Arme los deditos y sofria. |
| CUBITOS DE PAPAYA | Papaya, madura, cruda | 146 | 102,2 | 182 | 127,4 | 182 | 127,4 | 182 | 127,4 | 182 | 127,4 | Lave muy bien la papaya, pele y corte en cuadritos, porcione. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| | Aceite de soya | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 5 | | | | | | | | | | | Preparación |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| CHOCOLATE CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | En una olleta ponga el agua previamente hervida y lleve al fuego; ya caliente agregue el azucar y el chocolate en pastillas. Cuando el chocolate derrita, bata hasta espumar y retire del fuego; agregue la leche en polvo y bata nuevamente. |
| | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| AREPA CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 15 | 15 | 20 | 20 | 30 | 30 | 40 | 40 | 50 | 50 | En un recipiente ponga la harina de maiz, agregue el queso rallado, la mantequilla, una pizca de sal y un chorrito de agua; amase hasta tener una masa concistente, tome bolitas de masa y forme las arepas, ponga sobre una plancha previamente precalentada, deje dorar por ambos lados y retire. |
| | Margarina, esparcible | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 35 | 35 | 50 | 50 | 65 | 65 | 80 | 80 | 100 | 100 | |
| POCIÓN DE SANDÍA | Sandía, cruda | 150 | 60 | 150 | 60 | 200 | 80 | 200 | 80 | 200 | 80 | Lave muy bien la sandia y porcione. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| | Aceite de soya | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | |

| | MENÚ 6 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | Guayaba, madura, cruda | 80 | 60 | 80 | 60 | 80 | 60 | 80 | 60 | 80 | 60 | |
| EMPAREDADO DE | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la carne y deje cocinar hasta que este blanda. Retire del agua, deje enfriar y desmeche. Lave muy bien los tomates y corte en rodajas. Tome una rodaja de pan, ponga rodaja de tomate, porcion de carne desmechda y otra rodaja de pan. Repita el proceso hasta terminar los emparedados. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 4 | 3,2 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| PAN ROLLITO | Pan blanco, tipo molde, horneado | 50 | 50 | 60 | 60 | 70 | 70 | 80 | 80 | 110 | 110 | |
| - | #N/D | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,2 | 0,2 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 4 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 10 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 7 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| REFRESCO DE AVENA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Ponga una olla con agua al fuego, cuando hierva agregue la harina de avena disuelta en agua y revuelva constantemente hasta que espece y hierva, retire del fuego y deje enfriar. Disuelva la leche en polvo en agua , lleve a la licuadora con la avena ya reposada y azucar al gusto, licue y refrigere. |
| | Harina de avena, cruda | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| SUDADO DE POLLO | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Lave muy bien los tomates y la cebolla, pique finamente y sobria a fuego lento para tener un guiso; agregue la pechuga porcionada, deje sazonar por 5 minutos. Pele las las papas, lave muy bien y parta a la mitad. agregue agua a la pecuga, pruebe el punto de sal, agregue las papas, tape y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 4 | 3,2 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 40 | 36 | 50 | 45 | 80 | 72 | 88 | 79,2 | 100 | 90 | |
| AREPA BLANCA | Harina de maíz blanco, precocida | 30 | 30 | 40 | 40 | 40 | 40 | 45 | 45 | 60 | 60 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y amase. Arme las arepas y ase en una plancha precalentada. |
| NARANJA | Naranja, cruda | 150 | 90 | 150 | 90 | 150 | 90 | 150 | 90 | 150 | 90 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 4 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 10 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 8 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| AGUAPANELA CON | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | ponga en una olla el agua y la panela, lleve al fuego hasta que esta hierva muy bien y retire del fuego. Agregue la leche en polvo y revuelva hasta disolver la leche completamente. |
| | Panela | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| TORTICAS DE TRIGO CON CARNE | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la carne de res y deje cocinar hasta que este blanda. retire del agua, deje enfriar y desmeche. En un recipiente ponga la harina de trigo, agregue el huevo, sal y un chorrito de agua, revuelva hasta tener una masa concistente, agregue la carne desmechada y revuelva bien. en aceite precalentado frite la masa porcionada en tortas. |
| | Harina de trigo, fortificada, para | 12 | 12 | 17 | 17 | 25 | 25 | 35 | 35 | 42 | 42 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 8 | 7,2 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 100 | 40 | |
| LUNAS DE PATILLA | Sandía, cruda | 146 | 58,4 | 182 | 72,8 | 182 | 72,8 | 182 | 72,8 | 182 | 72,8 | Lave muy bien la sandia y porcione en lunas. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| | Aceite de soya | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | 12 | 12 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 9 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| CHOCOLATE CON | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | En una olleta ponga el agua previamente hervida y lleve al fuego; ya caliente agregue el azucar y el chocolate en pastillas. Cuando el |
| | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | chocolate derrita, bata hasta espumar y retire del fuego; agregue la leche en polvo y bata nuevamente. |
| NUGGETS DE PECHUGA DE POLLO | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | |
| | Harina de trigo, fortificada, para | 8 | 8 | 12 | 12 | 15 | 15 | 25 | 25 | 30 | 30 | muela la pechuga de pollo. En un recipiente ponga la harina de trigo, agregue la pechuga molida, el huevo y sal al gusto. mezcle muy |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 8 | 7,2 | bien, si es necesario agregue un un chorrito de agua, cuando la mezcla este bien concistente forme arepitas pequeñas y sofria en el |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 8 | 7,6 | aceite precalentado. |
| PAN BLANCO | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 30 | 30 | 40 | 40 | 50 | 50 | 60 | 60 | |
| CUBITOS DE PIÑA | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 182 | 100,1 | 182 | 100,1 | 182 | 100,1 | 182 | 100,1 | Lave muy bien la piña, pele, corte en en cuadritos y porcione. |
| EN LAS | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| EN LAS | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 2 | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 10 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| REFRESCO DE COCOA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | Disuelva la leche en polvo en agua, lleve a la licuadora con la cocoa en polvo; licue y refrigere. |
| MIXTO DE CERDO Y RES | Res, carne magra, cruda | 27 | 27 | 23 | 23 | 32 | 32 | 37 | 37 | 47 | 47 | |
| | Cerdo, carne magra, cruda | 27 | 27 | 23 | 23 | 32 | 32 | 37 | 37 | 47 | 47 | lleve al fuego una olla con agua y sal, cuando este caliente incorpore la carne de res y deje cocinar hasta que este blanda. Repita el |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 7 | 2,8 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | mismo proceso con el cerdo. Cuando las carnes esten cocinadas escurra el agua, deje enfriar y desmechelas. Lave muy bien la cebolla y |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | el tomate, pique finamente y sofria, pruebe el punto de sal e incorpore las carnes desmechadas, tape y deje sazonar por 5 minutos. |
| PATACÓN | Plátano hartón, verde, crudo | 99 | 67,32 | 148 | 100,6 | 243 | 165,2 | 258 | 175,4 | 295 | 200,6 | Pele los platanos y porcione para pataconas. Caliente el aceite y sofria el platano a fuego bajo, retire los platanos del aceite y deje reposar. Aplaste los trozos de platano y lleve al aceite caliente nuevamente y deje dorar. |
| MANDARINA | Mandarina, cruda | 115 | 80,5 | 115 | 80,5 | 115 | 80,5 | 115 | 80,5 | 115 | 80,5 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| | Aceite de soya | 3 | 3 | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 13 | 13 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 11 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| COLADA DE FECULA DE MAÍZ | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Disuelva la leche en polvo en el agua previamente hervida y lleve al fuego, agregue azucar y pruebe el punto de dulce. Disuelva al |
| | Almidón de maiz, crudo | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | almidon en un poco de agua hervida y adiciones a la leche a punto de ebullicion, revuelva constantemente hasta que la colada hierva. |
| CALDO DE POLLO CON PAPA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | Lleve al fuego la olla con agua y agregue la cebolla larga lavada y picada; cuando el agua este caliente agregue pechuga porcionada y |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | 4 | 3,6 | 7 | 6,3 | 8 | 7,2 | deje cocinar, cuando la pechuga empiece a ablandar pruebe el punto de sal y agregue la papa pelada, lavada y cortada en rodajas, |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 40 | 36 | 50 | 45 | 80 | 72 | 88 | 79,2 | 100 | 90 | deje cocinar hasta que la papa este blanda. retire del fuego y agregue el cilantro previamente lavado y picado finamente. |
| AREPA BLANCA | Harina de maíz blanco, precocida | 30 | 30 | 40 | 40 | 40 | 40 | 45 | 45 | 60 | 60 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y amase. Arme las arepas y ase en una plancha precalentada. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 4 | 4 | 5 | 5 | 10 | 10 | 12 | 12 | 14 | 14 | |
| | Aceite de soya | 3 | 3 | 5 | 5 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 12 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| AGUAPANELA NEGRA (LECHE EN EL CALDO) | Panela | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | ponga en una olla el agua y la panela, lleve al fuego hasta que esta hierva muy bien y retire del fuego. |
| CHANGUA DE HUEVO CON LECHE | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 70 | 63 | 94 | 84,6 | 125 | 112,5 | 156 | 140,4 | Lleve al fuego una olla con agua y la leche, agregue la cebolla larga lavada y picada, cuando hierva pruebe el punto de sal agregue los huevos uno a uno y deje cocinar. Cuando el huevo este duro, retire del fuego y agregue el cilantro previamente lavado y picado finamente. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | 4 | 3,6 | 7 | 6,3 | 8 | 7,2 | |
| | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 120 | 120 | |
| AREPA FRITA | Harina de maíz blanco, precocida | 35 | 35 | 50 | 50 | 60 | 60 | 80 | 80 | 100 | 100 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y amase. Arme las arepas y frite en aceite precalentado. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 13 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| CHOCOLATE CON | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | En una olleta ponga el agua previamente hervida y lleve al fuego; ya caliente agregue el azucar y el chocolate en pastillas. Cuando el |
| | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | chocolate derrita, bata hasta espumar y retire del fuego; agregue la leche en polvo y bata nuevamente. |
| CARNE ENCEBOLLADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Pele y lave la cebolla, corte en rodajas y sofria con el ajo machacado. Porcione la carne de res, sazone con sal y ase por ambos lados, agregue la cebolla dofrita, tape y deje sazonar por 5 minutos. |
| | Cebolla cabezona, cruda | 5 | 4,75 | 6 | 5,7 | 4 | 3,8 | 7 | 6,65 | 8 | 7,6 | |
| | Ajo, crudo | 5 | 4,75 | 6 | 5,7 | 4 | 3,8 | 7 | 6,65 | 8 | 7,6 | |
| TAJADAS DE MADURO | plátano hartón, maduro, crudo | 99 | 71,28 | 148 | 106,6 | 243 | 175 | 258 | 185,8 | 295 | 212,4 | Pele los platanos y corte en tajadas. Caliente el aceite y sofria las tajadas hasta dorar. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 | 7 | 10 | 10 | 12 | 12 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 14 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| AGUAPANELA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | ponga en una olla el agua y la panela, lleve al fuego hasta que esta hierva muy bien y retire del fuego. Agregue la leche en polvo y |
| | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | revuelva hasta disolver la leche completamente. |
| TORTILLA DE HUEVO CON PAPA | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | pele las papas, lave, corte a la francesa y sofria. lave la cebolla y los tomates, pique finamente y haga un guiso, agregue las papas fritas. Bata los huevos e incorpore al guiso con las papas, deje cocinar a llama muy bajita, revuelva hasta que los huevos esten listos. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 4 | 3,2 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 80 | 72 | 100 | 90 | 125 | 112,5 | |
| PORCION DE PAN | Pan blanco, tipo molde, horneado | 25 | 25 | 30 | 30 | 40 | 40 | 50 | 50 | 65 | 65 | |
| PORCIÓN DE PAPAYA | Papaya, madura, cruda | 116 | 81,2 | 116 | 81,2 | 116 | 81,2 | 143 | 100,1 | 143 | 100,1 | Lave muy bien la papaya, pele y porcione. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 4 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 13 | 13 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 15 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| COCOA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Disuelva la leche en polvo en el agua previamente hervida y lleve al fuego, cuando este a punto de ebullicion agregue la cocoa y bata hasta disolver por completo la cocoa, retire del fuego. |
| | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| ARROZ CON HUEVO | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | Lave y pique cebolla finamente y sofria, agregue agua y deje hervir; agregue el arroz ya lavado y pruebe punto de sal, cuando seque el agua se tapa y se deja a fuego bajo, cuando este listo se retira del fuego y se deja reposar. Lavar la cebolla y el tomate, picar finamente; se sofrie, cuando este el guiso incorpora el arroz reposado se agregan los huevos y revolver hasta integrar completamente, dejar a fuego bajo revolviendo frecuentemente hasta que cocine el huevo. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 4 | 3,2 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| | Arroz blanco, pulido, crudo | 11 | 11 | 15 | 15 | 27 | 27 | 30 | 30 | 37 | 37 | |
| PAN MANTEQUILLA | Pan blanco, tipo molde, horneado | 25 | 25 | 30 | 30 | 60 | 60 | 50 | 50 | 65 | 65 | |
| NARANJA | Naranja, cruda | 143 | 85,8 | 143 | 85,8 | 143 | 85,8 | 143 | 85,8 | 143 | 85,8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 1 | 1 | 3 | 3 | 5 | 5 | 9 | 9 | 12 | 12 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 16 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| REFRESCO DE AVENA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Ponga una olla con agua al fuego, cuando hierva agregue la harina de avena disuelta en agua y revuelva constantemente hasta que espece y hierva, retire del fuego y deje enfriar. Disuelva la leche en polvo en agua , lleve a la licuadora con la avena ya reposada y |
| | Harina de avena, cruda | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| PORCIÓN DE CERDO A LA PLANCHA | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porcionar el cerdo y sazonar con sal. Calentar la plancha con un poco de aceite. Poner el cerdo porcionado sobre la plancha precalentada hasta dorar por ambos lados. |
| CHIPS DE PLATANO | Plátano hartón, verde, crudo | 75 | 51 | 105 | 71,4 | 185 | 125,8 | 205 | 139,4 | 240 | 163,2 | pelar los platanos y picar en fosforitos. Calentar abundante aceite, incorporar los fosdoritos de platanos hasta dorar. |
| GALLETAS TIPO DUCAL | Galletas dulces, sin relleno | 7 | 7 | 7 | 7 | 11 | 11 | 13 | 13 | 14 | 14 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| | Aceite de soya | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 17 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| CHOCOLATE CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | En una olleta ponga el agua previamente hervida y lleve al fuego; ya caliente agregue el azucar y el chocolate en pastillas. Cuando el chocolate derrita, bata hasta espumar y retire del fuego; agregue la leche en polvo y bata nuevamente. |
| | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| HUEVOS PERICOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | 56 | 50,4 | Lavar la cebolla y el tomate, picar finamente, se sofrie; cuando este el guiso agregar los huevos, cuando la clare empiece a blanquear revolver hasta integrar completamente, dejar a fuego bajo revolviendo frecuentemente hasta que cocine el huevo. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 4 | 3,2 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| AREPA FRITA | Harina de maíz blanco, precocida | 30 | 30 | 40 | 40 | 50 | 50 | 70 | 70 | 85 | 85 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y amase. Arme las arepas y frite en aceite precalentado. |
| GALLETAS DE SODA CON MARGARINA | Galletas saladas, tipo soda | 7 | 7 | 7 | 7 | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | |
| | Margarina, esparcible | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 7 | 7 | 10 | 10 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 18 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| AGUAPANELA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | ponga en una olla el agua y la panela, lleve al fuego hasta que esta hierva muy bien y retire del fuego. Agregue la leche en polvo y revuelva hasta disolver la leche completamente. |
| | Panela | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| SUDADO DE POLLO CON PAPA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Lave muy bien los tomates y la cebolla, pique finamente y sobria a fuego lento para tener un guiso; agregue la pechuga porcionada, deje sazonar por 5 minutos. Pele las las papas, lave muy bien y parta a la mitad. agregue agua a la pecuga, pruebe el punto de sal, agregue las papas, tape y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 4 | 3,2 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 35 | 31,5 | 45 | 40,5 | 80 | 72 | 100 | 90 | 120 | 108 | |
| DEDITOS DE HARINA DE | Harina de maíz blanco, precocida | 25 | 25 | 35 | 35 | 40 | 40 | 50 | 50 | 65 | 65 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y mezcle. Arme los deditos y sofria. |
| REBANADA DE PIÑA | Piña, cruda | 150 | 82,5 | 150 | 82,5 | 150 | 82,5 | 150 | 82,5 | 150 | 82,5 | Lave muy bien la piña, pele, corte en rodajas. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 0 | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | |
| | Aceite de soya | 4 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 10 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 19 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| REFRESCO DE COCOA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Disuelva la leche en polvo en el agua previamente hervida y lleve al fuego, cuando este a punto de ebullicion agregue la cocoa y bata hasta disolver por completo la cocoa, retire del fuego. |
| | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| TORTICAS DE CARNE MOLIDA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | En un recipiente ponga la carne molida, agregue la harina, la sal y el huevo, mezcle muy bien hasta incorporar muy bien los ingredientes. Llevar al fuego un darten con abundante aceite. Porcionar la carne en bolitas, formar torticas y llevar al aceite caliente, dejar dorar por ambos lados a fuego medio. |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 20 | 20 | 30 | 30 | 40 | 40 | 50 | 50 | 60 | 60 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 8 | 7,2 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 8 | 3,2 | |
| PAPA DORADA | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 70 | 70 | 90 | 90 | 100 | 100 | 125 | 125 | 130 | 130 | Pelar las papas, lavar y picar a la francesa. Calentar abundante aceite, incorporar las papas y sofreir hasta dorar. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 140 | 140 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| | Aceite de soya | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | 12 | 12 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 20 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| COLADA DE FECULA DE MAÍZ | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Disuelva la leche en polvo en el agua previamente hervida y lleve al fuego, agregue azucar y pruebe el punto de dulce. Disuelva al |
| | Almidón de maíz, crudo | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | almidon en un poco de agua hervida y adiciones a la leche a punto de ebullicion, revuelva constantemente hasta que la colada hierva. |
| POLLO KRISPY | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 8 | 8 | 12 | 12 | 15 | 15 | 25 | 25 | 30 | 30 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 8 | 7,2 | Porcionar la pechuga, sazonar con sal y ajo machacado. batir el huevo; pasar la pèchuga por el huevo batido y sellar con la harina. |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 8 | 7,6 | Calentar abundante aceite y freir la pechuga a fuego medio hasta dorar. |
| PAN BLANCO | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 30 | 30 | 40 | 40 | 50 | 50 | 60 | 60 | |
| PORCION DE PAPAYA | Papaya, madura, cruda | 117 | 81,9 | 117 | 81,9 | 117 | 81,9 | 117 | 81,9 | 117 | 81,9 | Lave muy bien la papaya, pele y porcione. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 2 | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 21 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| CHOCOLATE CON | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Disuelva la leche en polvo en el agua previamente hervida y lleve al fuego, cuando este a punto de ebullicion agregue la cocoa y bata |
| | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | hasta disolver por completo la cocoa, retire del fuego. |
| CALDO DE CARNE CON | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | Lleve al fuego la olla con agua y agregue la cebolla larga lavada y picada; cuando el agua este caliente agregue la carne de res y deje |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | 4 | 3,6 | 7 | 6,3 | 8 | 7,2 | cocinar, cuando la carne empiece a ablandar pruebe el punto de sal y agregue la papa pelada, lavada y cortada en rodajas, deje |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 40 | 36 | 50 | 45 | 70 | 63 | 90 | 81 | 100 | 90 | cocinar hasta que la papa este blanda. retire del fuego y agregue el cilantro previamente lavado y picado finamente. |
| AREPA BLANCA | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 25 | 25 | 35 | 35 | 45 | 45 | 55 | 55 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y amase. Arme las arepas y ase en una plancha precalentada. |
| MANDARINA | Mandarina, cruda | 117 | 81,9 | 117 | 81,9 | 117 | 81,9 | 117 | 81,9 | 117 | 81,9 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 8 | 8 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 10 | |
| | Aceite de soya | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 8 | 8 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 22 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| CHOCOLATE CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | En una olleta ponga el agua previamente hervida y lleve al fuego; ya caliente agregue el azucar y el chocolate en pastillas. Cuando el |
| | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | chocolate derrita, bata hasta espumar y retire del fuego; agregue la leche en polvo y bata nuevamente. |
| SUDADO DE CARNE CON PAPA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | Lave muy bien los tomates y la cebolla, pique finamente y sobria a fuego lento para tener un guiso; agregue la carne porcionada, deje |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 4 | 3,2 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | sazonar por 5 minutos, agregue el agua y deje cocinar. Cuando la carne empiece a ablandar pele las papas, lave muy bien y agregue a |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin | 40 | 36 | 50 | 45 | 80 | 72 | 88 | 79,2 | 100 | 90 | la olla con la carne y pruebe el punto de sal, tape y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa cocine. |
| PATACÓN | Plátano hartón, verde, crudo | 65 | 44,2 | 90 | 61,2 | 110 | 74,8 | 165 | 112,2 | 200 | 136 | Pele los platanos y porcione para pataconas. Caliente el aceite y sofria el platano a fuego bajo, retire los platanos del aceite y deje reposar. Aplaste los trozos de platano y lleve al aceite caliente nuevamente y deje dorar. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 4 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 23 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| COLADA DE AVENA CON LECHE Y CANELA | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Ponga una olla con agua y las astillas de canela al fuego, cuando hierva agregue la harina de avena disuelta en agua y revuelva constantemente hasta que espece y hierva, retire del fuego y deje enfriar. Disuelva la leche en polvo en agua , lleve a la licuadora con la avena ya reposada y azucar al gusto, licue y refrigere. |
| | Harina de avena, cruda | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| CALDO DE HUEVO CON PAPA | Huevo de gallina, entero, crudo | 61 | 54,9 | 61 | 54,9 | 61 | 54,9 | 61 | 54,9 | 61 | 54,9 | Lleve al fuego la olla con agua y agregue la cebolla larga lavada y picada, cuando el agua este caliente agregue la papa pelada, lavada y cortada en cuadritos; cuando la papa empiece a ablandar pruebe el punto de sal y agregue los huevos uno a uno y deje cocinar. Cuando el huevo este duro, retire del fuego y agregue el cilantro previamente lavado y picado finamente. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | 4 | 3,6 | 7 | 6,3 | 8 | 7,2 | |
| | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 80 | 72 | 88 | 79,2 | 100 | 90 | |
| AREPA BLANCA | Harina de maíz blanco, precocida | 15 | 15 | 40 | 40 | 45 | 45 | 60 | 60 | 75 | 75 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue un chorrito de agua, sal y amase. Arme las arepas y ase en una plancha precalentada. |
| EN LAS PREPARACIONES | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | Lave muy bien la piña, pele, corte en rodajas. |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 9 | 9 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 1 | 1 | 2 | 2 | 5 | 5 | 7 | 7 | 10 | 10 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 24 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| COCOA CON LECHE Y CANELA | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Disuelva la leche en polvo en el agua previamente hervida y lleve al fuego con las astillas de canela, cuando este a punto de ebullicion agregue la cocoa y bata hasta disolver por completo la cocoa, retire del fuego. |
| | Cocoa, en polvo, sin azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| NUGGETS DE PECHUGA DE POLLO | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Muela la pechuga de pollo con los ajos. En un recipiente ponga la harina de trigo, agregue la pechuga molida, el huevo y sal al gusto. mezcle muy bien, si es necesario agregue un un chorrito de agua, cuando la mezcla este bien concistente forme arepitas pequeñas y sofria en el aceite precalentado. |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 8 | 8 | 12 | 12 | 15 | 15 | 25 | 25 | 30 | 30 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 8 | 7,2 | |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 8 | 7,6 | |
| MOGOLLA INTEGRAL | Pan integral, regular, horneado | 24 | 24 | 35 | 35 | 50 | 50 | 65 | 65 | 80 | 80 | |
| CUBITOS DE PIÑA | Piña, cruda | 146 | 80,3 | 182 | 100,1 | 182 | 100,1 | 182 | 100,1 | 182 | 100,1 | Lave muy bien la piña, pele, corte en en cuadritos y porcione. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 2 | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 25 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licue muy bien, cuele y refrigere. |
| | Panela | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | |
| CARNE DE RES DESMECHADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la carne y deje cocinar hasta que este blanda. Retire del agua, deje enfriar y desmeche. Lave muy bien los tomates y la cebolla y con ellos haga un hogao para aderezar la carne. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 4 | 1,6 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 4 | 3,2 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| | Arepa blanca | 50 | 50 | 60 | 60 | 70 | 70 | 100 | 100 | 120 | 120 | |
| MIXTO DE PAPAYA Y MELÓN | Papaya, madura, cruda | 40 | 28 | 40 | 28 | 40 | 28 | 40 | 28 | 40 | 28 | Lave muy bien la papaya, pele y corte en cuadritos. Lave muy bien el melon, pele y corte en cuadritos. Porcione combinando papaya y melon. |
| | Melón, crudo | 40 | 20 | 40 | 20 | 40 | 20 | 40 | 20 | 40 | 20 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 0 | 0 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | |
| | Aceite de soya | 4 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 13 | 13 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 26 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la | Nombre Alimento | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | Peso | |
| CHOCOLATE CON LECHE | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | En una olleta ponga el agua previamente hervida y lleve al fuego; ya caliente agregue el azucar y el chocolate en pastillas. Cuando el chocolate derrita, bata hasta espumar y retire del fuego; agregue la leche en polvo y bata nuevamente. |
| | Chocolate, en pastilla, con azúcar | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 15 | 15 | |
| CERDO A LA PLANCHA | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porcionar el cerdo y sazonar con sal. Calentar la plancha con un poco de aceite. Poner el cerdo porcionado sobre la plancha precalentada hasta dorar por ambos lados. |
| PAPAS DORADAS | Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cocida, sin sal | 63 | 63 | 105 | 105 | 185 | 185 | 205 | 205 | 260 | 260 | Pelar las papas, lavar y picar a la francesa. Calentar abundante aceite, incorporar las papas y sofreir hasta dorar. |
| PORCIÓN DE MANGO | Mango común, crudo | 140 | 70 | 140 | 70 | 140 | 70 | 140 | 70 | 140 | 70 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | Aceite de soya | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 | 7 | 10 | 10 | 12 | 12 | Éstos ingredientes fueron distribuidos en las demás preparaciones |

## GUÍA DE PREPARACIONES

**ENTIDAD TERRITORIAL:** DEPARTAMENTO DEL META

**MUNICIPIO** 28 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS

**SEDE EDUCATIVA** LAS ATENDIDAS POR EL DEPARTAMENTO

**MINUTA CON ENFOQUE** No

**GRUPO ÉTNICO** Sin Pertenencia Étnica

**MODALIDAD DE ATENCIÓN** Ración para Preparar en Sitio

**TIPO DE COMPLEMENTO** REFRIGERIO AM RESIDENCIA ESCOLAR

| | MENÚ 1 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| TORTICAS DE TRIGO CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | En un recipiente ponga la harina de trigo, agregue el queso rallado, el huevo, sal y un chorrito de agua, revuelva hasta tener una masa concistente, en aceite precalentado frite tortas a fuego medio hasta dorar. |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 1 | 0,9 | 1 | 0,9 | 2 | 1,8 | 2 | 1,8 | |
| CUBOS DE SANDIA | Sandía, cruda | 150 | 60 | 175 | 70 | 200 | 80 | 250 | 100 | 275 | 110 | Lave muy bien la sandia y corte en cubitos. |

| | MENÚ 2 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| TROZO DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| GALLETAS DE SAL | Galletas saladas, tipo soda | 14 | 14 | 14 | 14 | 21 | 21 | 24 | 24 | 24 | 24 | |
| MANDARINA | Mandarina, cruda | 86 | 60,2 | 100 | 70 | 115 | 80,5 | 143 | 100,1 | 157 | 109,9 | |

| | MENÚ 3 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| AREPA CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | En un recipiente ponga la harina de maiz, el queso rallado, una pizca de sal y un chorrito de agua; amase hasta tener una masa concistente, tome bolitas de masa y forme las arepas, ponga sobre una plancha precalentada, deje dorar por ambos lados. |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| PORCIÓN DE PIÑA | Piña, cruda | 110 | 60,5 | 128 | 70,4 | 146 | 80,3 | 182 | 100,1 | 200 | 110 | Lave muy bien la piña, pele, corte en en cuadritos y porcione. |

| | MENÚ 4 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| SANDWICH DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | Tome una rodaja de pan, ponga trozo de queso y otra rodaja de pan. Repita proceso hasta armar los sandwich. |
| | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| NARANJA | Naranja, cruda | 100 | 60 | 117 | 70,2 | 134 | 80,4 | 167 | 100,2 | 184 | 110,4 | |

| | MENÚ 5 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PORCIÓN DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| PAN LECHE | Pan blanco, regular, horneado | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| TROZO DE PAPAYA | Papaya, madura, cruda | 85 | 59,5 | 100 | 70 | 115 | 80,5 | 143 | 100,1 | 157 | 109,9 | Lave muy bien la papaya, pele y porcione. |

| | MENÚ 6 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | En un recipiente ponga la harina de maiz, el queso rallado, una pizca de sal y un chorrito de agua; amase hasta tener una masa concistente, tome bolitas de masa y forme las arepas, ponga sobre una plancha precalentada, deje dorar por ambos lados. |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| CUBOS DE SANDIA | Banano común, crudo | 86 | 60,2 | 100 | 70 | 115 | 80,5 | 142 | 99,4 | 157 | 109,9 | Lave muy bien la sandia y corte en cubitos. |

| | MENÚ 7 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| ABORRAJADO DE PLATANO MADURO CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | En un recipiente mezclar harina, huevo , pizca de sal y chorrito de agua, mezclar muy bien hasta tener una masa muy espesa. Pelar los platanos y cortar en tajadas grandes. tome una tajada, ponga lonja de queso y encima otra tajada, cubra con la mezcla de harina y sofria en abundante aceite caliente a fuego medio hasta dorar. |
| | plátano hartón, maduro, crudo | 15 | 10,8 | 30 | 21,6 | 45 | 32,4 | 45 | 32,4 | 50 | 36 | |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 5 | 5 | 10 | 10 | 15 | 15 | 15 | 15 | 20 | 20 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 2 | 1,8 | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 2 | 1,8 | |
| MANZANA | Manzana común cruda | 71 | 60,35 | 83 | 70,55 | 95 | 80,75 | 118 | 100,3 | 130 | 110,5 | |

| | MENÚ 8 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| TROZO DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| PATACÓN | Plátano hartón, verde, crudo | 30 | 20,4 | 60 | 40,8 | 90 | 61,2 | 90 | 61,2 | 105 | 71,4 | Pele los platanos y porcione para pataconas. Caliente el aceite y sofria el platano a fuego bajo, retire los platanos del aceite y deje reposar. Aplaste los trozos de platano y lleve al |
| | Aceite de soya | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | |
| NARANJA | Naranja, cruda | 100 | 60 | 118 | 70,8 | 133 | 79,8 | 167 | 100,2 | 184 | 110,4 | |

| | MENÚ 9 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| AREPA ASADA CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | En un recipiente ponga la harina de maiz, el queso rallado, una pizca de sal y un chorrito de agua; amase hasta tener una masa concistente, tome bolitas de masa y forme las arepas, ponga sobre una plancha precalentada, deje dorar por ambos lados. |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| CUBOS DE PAPAYA | Papaya, madura, cruda | 85 | 59,5 | 100 | 70 | 115 | 80,5 | 145 | 101,5 | 158 | 110,6 | Lave muy bien la papaya, pele y corte en cubitos. |

| | MENÚ 10 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| SANDWICH DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | Tome una rodaja de pan, ponga trozo de queso y otra rodaja de pan. Repita proceso hasta armar los sandwich. |
| | Pan blanco, regular, horneado | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| PORCIÓN DE SANDÍA | Sandía, cruda | 150 | 60 | 175 | 70 | 200 | 80 | 250 | 100 | 275 | 110 | Lave muy bien la sandia y porcione. |

| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PORCIÓN DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| PAN DE SAL | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| REBANADA DE PIÑA | Piña, cruda | 110 | 60,5 | 128 | 70,4 | 146 | 80,3 | 182 | 100,1 | 200 | 110 | Lave muy bien la piña, pele, corte en rodajas. |

| | MENÚ 12 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| TAJADAS DE PLATANO MADURO CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | Pele los platanos y corte en tajadas, sofria en abundante aceite precalentado a fuego medio hasta dorar por ambos lados. |
| | plátano hartón, maduro, crudo | 30 | 21,6 | 55 | 39,6 | 85 | 61,2 | 85 | 61,2 | 98 | 70,56 | |
| | Aceite de soya | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | |
| MANDARINA | Mandarina, cruda | 85 | 59,5 | 100 | 70 | 114 | 79,8 | 142 | 99,4 | 158 | 110,6 | |

| | MENÚ 13 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | En un recipiente ponga la harina de trigo, agregue el queso rallado, el huevo, sal y un chorrito de agua, revuelva hasta tener una masa concistente, en aceite precalentado frite tortas a fuego medio hasta dorar. |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 1 | 0,9 | 1 | 0,9 | 2 | 1,8 | 2 | 1,8 | |
| JULIANAS DE MANGO | Mango común, crudo | 120 | 60 | 140 | 70 | 160 | 80 | 200 | 100 | 220 | 110 | lave el mango, pele y corte en julianas. |

| | MENÚ 14 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| PAN BLANDITO | Pan blanco, regular, horneado | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| BANANO | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 100 | 70 | 115 | 80,5 | 143 | 100,1 | 158 | 110,6 | |

| | MENÚ 15 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| AREPA ASADA CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | En un recipiente ponga la harina de maiz, el queso rallado, una pizca de sal y un chorrito de agua; amase hasta tener una masa concistente, tome bolitas de masa y forme las arepas, ponga sobre una plancha precalentada, deje dorar por ambos lados. |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| BANANO | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 100 | 70 | 115 | 80,5 | 143 | 100,1 | 158 | 110,6 | |

| | MENÚ 16 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| SANDWICH DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 |
| | Pan blanco, regular, horneado | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 |
| MANDARINA | Mandarina, cruda | 85 | 59,5 | 100 | 70 | 114 | 79,8 | 142 | 99,4 | 158 | 110,6 |

| Preparación |
|---|
| Tome una rodaja de pan, ponga trozo de queso y otra rodaja de pan. Repita proceso hasta armar los sandwich. |

| | MENÚ 17 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| PORCIÓN DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 |
| PATACÓN | plátano hartón, maduro, crudo | 30 | 21,6 | 56 | 40,32 | 84 | 60,48 | 84 | 60,48 | 99 | 71,28 |
| | Aceite de soya | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| MANGO | Mango común, crudo | 120 | 60 | 140 | 70 | 160 | 80 | 200 | 100 | 220 | 110 |

| Preparación |
|---|
| Pele los platanos y porcione para pataconas. Caliente el aceite y sofria el platano a fuego bajo, retire los platanos del aceite y deje reposar. Aplaste los trozos de platano y lleve al aceite caliente nuevamente y deje dorar. |

| | MENÚ 18 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| AREPA BLANCA CON QUESO RALLADO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 |
| NARANJA | Naranja, cruda | 100 | 60 | 118 | 70,8 | 133 | 79,8 | 165 | 99 | 184 | 110,4 |

| Preparación |
|---|
| En un recipiente ponga la harina de maiz, el queso rallado, una pizca de sal y un chorrito de agua; amase hasta tener una masa concistente, tome bolitas de masa y forme las arepas, ponga sobre una plancha precalentada, deje dorar por ambos lados. |

| | MENÚ 19 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| TORREJAS DE TRIGO CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | En un recipiente ponga la harina de trigo, agregue el queso rallado, el huevo, sal y un chorrito de agua, revuelva hasta tener una masa concistente, en aceite precalentado frite tortas a fuego medio hasta dorar. |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 1 | 0,9 | 1 | 0,9 | 2 | 1,8 | 2 | 1,8 | |
| LUNA DE SANDÍA | Sandía, cruda | 150 | 60 | 175 | 70 | 200 | 80 | 250 | 100 | 275 | 110 | Lave muy bien la sandia y porcione en lunas. |

| | MENÚ 20 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| MADURO COCIDO | plátano hartón, maduro, crudo | 30 | 21,6 | 56 | 40,32 | 84 | 60,48 | 84 | 60,48 | 98 | 70,56 | pelar el platano, cortar en trozos a lo largo y llevar a cocinar con agua. |
| CUBOS DE PIÑA | Piña, cruda | 110 | 60,5 | 128 | 70,4 | 150 | 82,5 | 182 | 100,1 | 200 | 110 | Lave muy bien la piña, pele, corte en en cuadritos y porcione. |

| | MENÚ 2 1 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| AREPA FRITA CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | En un recipiente ponga la harina de maiz, el queso rallado, una pizca de sal y un chorrito de agua; amase hasta tener una masa concistente, tome bolitas de masa y forme las arepas, sofria en abundante aceite precalentado a fuego medio hasta dorar por ambos lados. |
| | Aceite de soya | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | |
| MANZANA | Manzana de agua, cruda | 93 | 60,45 | 108 | 70,2 | 124 | 80,6 | 154 | 100,1 | 170 | 110,5 | |

| | MENÚ 22 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| SANDWICH DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | Tome una rodaja de pan, ponga trozo de queso y otra rodaja de pan. Repita proceso hasta armar los sandwich. |
| TROZO DE SANDÍA | Sandía, cruda | 150 | 60 | 175 | 70 | 200 | 80 | 250 | 100 | 275 | 110 | Lave muy bien la sandia y porcione. |

| | MENÚ 23 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PORCIÓN DE QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| PAN DE SAL | Pan blanco, tipo molde, horneado | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| MANGO | Mango común, crudo | 120 | 60 | 140 | 70 | 160 | 80 | 200 | 100 | 220 | 110 | |

| | MENÚ 24 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| AREPA CON QUESO RALLADO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | En un recipiente ponga la harina de maiz, el queso rallado, una pizca de sal y un chorrito de agua; amase hasta tener una masa concistente, tome bolitas de masa y forme las arepas, ponga sobre una plancha precalentada, deje dorar por ambos lados. |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | |
| NARANJA | Naranja, cruda | 100 | 60 | 118 | 70,8 | 133 | 79,8 | 165 | 99 | 184 | 110,4 | |

| | MENÚ 25 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| AREPUELAS DE TRIGO CON QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| | Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 70 | 70 | En un recipiente ponga la harina de trigo, agregue el queso rallado, el huevo, sal y un chorrito de agua, revuelva hasta tener una masa concistente, en aceite precalentado frite tortas a fuego medio hasta dorar. |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 1 | 0,9 | 1 | 0,9 | 1 | 0,9 | 2 | 1,8 | 2 | 1,8 | |
| MANDARINA | Mandarina, cruda | 85 | 59,5 | 100 | 70 | 114 | 79,8 | 142 | 99,4 | 157 | 109,9 | |

| | MENÚ 26 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| QUESO | Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino | 20 | 20 | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 35 | 35 | |
| TAJADAS DE PLATANO MADURO | plátano hartón, maduro, crudo | 30 | 21,6 | 56 | 40,32 | 84 | 60,48 | 84 | 60,48 | 98 | 70,56 | Pele los platanos y corte en tajadas, sofria en abundante aceite precalentado a fuego medio hasta dorar por ambos lados. |

| | |
|---|---|
| | **GUÍAS DE PREPARACIÓN** |
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en Sitio |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | ALMUERZO RE |

| | MENÚ 1 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE SUDADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porciones la carne y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne porcionada y cuba con agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta que la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| SANCOCHO | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 30 | 24 | 40 | 32 | 45 | 36 | 50 | 40 | Ponga al fuego una olla con el hueso carnudo y abundante agua, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la zanahoria, lave, ralle y agregue a la olla. Pele el platano, parta en astillas pequeñas, agregue al agua caliente, tape y deje cocinar. Pele la yuca, lave, parta en astillas y agregue a la olla. Pele las papas, lave y a la mitad, agregue al sancocho. Pruebe el punto de sal y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Plátano hartón, verde, crudo | 25 | 17 | 30 | 20,4 | 40 | 27,2 | 45 | 30,6 | 50 | 34 | |
| | cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 90 | 81 | |
| | Res, hueso carnudo, crudo | 10 | 6,8 | 15 | 10,2 | 20 | 13,6 | 25 | 17 | 30 | 20,4 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CABEZONA Y TOMATE MOJADAS CON CREMA DE AGUACATE Y CILANTRO | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | Pele la cebolla, corte en julianas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con la cebolla. Lave, rl cilantro y pique finamente; sazone con sal y jugo de limon, mezde para integrar todos los ingredientes. |
| | Tomate, crudo | 15 | 12 | 20 | 16 | 25 | 20 | 30 | 24 | 35 | 28 | |
| | Aguacate Lorena, crudo | 10 | 7,7 | 15 | 11,55 | 25 | 19,25 | 20 | 15,4 | 20 | 15,4 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 7 | 6,3 | 10 | 9 | |
| NARANJADA | Naranja, cruda | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | |

| | MENÚ 2 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVO PERICO | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Lavar la cebolla y el tomate, picar finamente, se sofrie; cuando este el guiso agregar los huevos, cuando la clare empiece a blanquear revolver hasta integrar completamente, dejar a fuego bajo revolviendo frecuentemente hasta que cocine el huevo. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| ARVEJA VERDE-SECA | Arveja seca, cruda | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego la olla pitadora con agua; cuando el agua este caliente agregue la arveja remojada desde la noche anterior, ponga la tapa y cocine por 20 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. Pele la zanahoria, ralle y agregue a las arvejas. Pele la papa, pique en cubitos y agregue a la arveja. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a las arvejas; pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | cáscara, cruda | 30 | 27 | 50 | 45 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 90 | 81 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| TORTICAS DE HARINA DE TRIGO | panificación, cruda | 15 | 15 | 20 | 20 | 15 | 15 | 15 | 15 | 10 | 10 | Ponga en un recipiente la harina, el huevo, panela rallada, un chorrito de agua y una pizca de sal; mezcle muy bien hasta tener una masa concistente. En aceite caliente frite la masa porcionada en tortas y deje dorar por ambos lados. |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 5 | 4,5 | 10 | 9 | 10 | 9 | 10 | 9 | 15 | 13,5 | |
| | Panela | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | Ponga una olla con agua a calentar. Cuando el agua este caliente, pele, lave, pique la zanahoria en cuadritos y agregue al agua caliente; cocine hasta que este blanda, retire del fuego y escurra el agua. Pele la cebolla, lave muy bien y corte en en cuadritos. Lave muy bien el tomate, corte en cuadritos. Ponga en un recipiente la cebolla, la zanahoria y el tomate; agregue la mayonesa, sal al gusto y mezcle muy bien. |
| | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | |
| | Tomate, crudo | 10 | 8 | 15 | 12 | 25 | 20 | 20 | 16 | 20 | 16 | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | |
| JUGO DE LULO CON LECHE | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 15 | 15 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lavar los lulos muy bien , pelar, partir en cruz e incorporar a la licuadora. Disolver la leche en polvo en el agua, agregar a la licuadora con el lulo, agregar azucar; licuar muy bien, colar y refrigerar. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 60 | 36 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | |

| | MENÚ 3 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PECHUGA DORADA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Porcionar la pechuga y sazonar con sal. Calentar la plancha con un poco de aceite. Poner la pechuga porcionada sobre la plancha precalentada hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CREMA DE VERDURAS | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 10 | 9 | 30 | 27 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele, lave, pique la cebolla y agregue a la olla. Pele, lave, pique la zanahoria y la papa, agregue a la olla. Lave la papa criola y las acelgas, pique y agregue a la olla. Cocine hasta que la papa este blanda, retire del fuego y licúe. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 20 | 17 | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | |
| | Acelga, hojas, cruda | 5 | 4,25 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 25 | 25 | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | |
| | cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 25 | 23 | 30 | 27,6 | 35 | 32,2 | 40 | 36,8 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 25 | 10 | 30 | 12 | 35 | 14 | 30 | 12 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| PATACÓN DE PLATANO VERDE | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 55 | 37,4 | 70 | 47,6 | 85 | 57,8 | 125 | 85 | Pele los platanos y porcione para pataconas. Caliente el aceite y sofria el platano a fuego bajo, retire los platanos del aceite y deje reposar. Aplaste los trozos de platano y lleve al aceite caliente nuevamente y deje dorar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| HABICHUELAS GUISADAS CON HUEVO | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | 30 | 27 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele, lave y pique la zanahoria en cuadritos; agregue al agua caliente. Cuando este ablandando; lave la habichuela, pique y agregue a la olla, cocine por 5 minutos. Retire las verduras del fuego y escurra el agua. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite; cuando este el guiso, agregue las verduras, el huevo y la sal; cuando la clara empiece a blanquear mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 15 | 13,5 | 15 | 13,5 | 10 | 9 | 15 | 13,5 | 10 | 9 | |
| | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 6 | 5,7 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| JUGO DE GUAYABA CON LECHE | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 15 | 11,25 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 4 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE DESMECHADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la carne y deje cocinar. Cuando la carne este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne desmechada, mezcle, tape y deje cocinar a fuego lento por 5 minutos. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | | | | | | | | | | | |
| | | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| SOPA DE FRIJOL CON AHUYAMA | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego una olla con abundante agua y los frijoles remojados desde la noche anterior; cocine hasta que empiecen a ablandar. pele la ahuyama, pique en cubitos y agregue a los frijoles. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los frijoles. pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que la ahuyama este blanda. |
| | Ahuyama, cruda | 50 | 42,5 | 60 | 65 | 65 | 55,25 | 70 | 59,5 | 90 | 76,5 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| MONEDITAS DE PLATANO MADURO | plátano hartón, maduro, crudo | 95 | 68,4 | 108 | 77,76 | 142 | 102,24 | 167 | 120,24 | 225 | 162 | Lleve al fuego un sarten con abundante aceite. Pele el plátano y pique en rodajitas delgadas. Sofría la moneditas en el aceite precalentado hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE PIÑA | Piña, cruda | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | Lave, pele, pique la piña en cubos y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 13 | 13 | 16 | 16 | 20 | 20 | 22 | 22 | |

| | MENÚ 5 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CUBITOS DE PECHUGA EN SALSA BLANCA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y corte en cubitos. Disuelva harina en un poco de leche y lleve a fuego medio, agregue mantequilla, pizca de sal y revuelva constantemente hasta que espece; agregue la pechuga desmechada y mezcle muy bien. |
| | panificación, cruda | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 11 | 11 | 12 | 12 | |
| | Margarina, esparcible | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE CONCHITAS | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 12 | 10,8 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Deje en el fuego el caldo en el que cocinamos la pechuga. Pele, lave pique la cebolla y agregue a la olla. Cuando el agua este caliente, agregue las conchitas. Pele la zanahoria y la papa, lave muy bien y pique en cuadritos. Cuando las conchitas esten al dente; agregue la zanahoria picada y la papa. Deje cocinar cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 6 | 6 | 15 | 15 | 15 | 15 | 25 | 25 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 2 | 0,8 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CASCOS DE PAPA DORADA | cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 35 | 35 | 40 | 40 | 70 | 70 | 100 | 100 | Pelar las papas, lavar y picar en cascos. Calentar abundante aceite, incorporar las papas y sofreir hasta dorar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA ROJA CON LIMÓN | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 25 | 20 | 30 | 24 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue zumo de limon, sal al gusto y mezcle hasta integrar los ingredientes. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | 17 | 14,45 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 3 | 1,5 | 4 | 2 | 5 | 2,5 | 6 | 3 | |
| JUGO DE BANANO CON LECHE | Banano común, crudo | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 15 | 10,5 | Pele, pique el banano y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el banano y azucar al gusto. Licúe muy bien y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 6 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 13 | 13 | |

| | MENÚ 6 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CERDO FRITO | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 65 | 65 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porcionar el cerdo y sazonar con sal. Lleve al fuego un sarten con abundante aceite y deje calentar a fuego medio; sobria el cerdohasta dorar por ambos lados. |
| GARBANZOS GUISADOS | Garbanzo, crudo | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego la olla pitadora con agua; cuando el agua este caliente agregue los garbanzados remojados desde la noche anterior, ponga la tapa y cocine por 20 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. Pele el la papa, lave, pique en cubitos y agregue a los garbanzos. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los garbanzos, pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 45 | 65 | 60 | 60 | 70 | 70 | 90 | 90 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| CROQUETAS DE ZANAHORIA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 45 | 38,25 | 55 | 46,75 | 60 | 51 | 65 | 55,25 | Lave la zanahoria, pele y ralle. Ponga la zanahoria rallada en un recipiente, agregue la harina, el huevo y una pizca se sal; mezcle muy bien hasta tener una masa concistente. En aceite caliente frite la masa porcionada en tortas y deje dorar por ambos lados. |
| | panificación, cruda | 10 | 10 | 15 | 15 | 12 | 12 | 12 | 12 | 15 | 15 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 10 | 9 | 30 | 30 | 8 | 7,2 | 8 | 7,2 | |
| JUGO DE LULO | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 6 | 5,4 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lavar los lulos muy bien , pelar, partir en cruz e incorporar a la licuadora con agua y azucar; licuar muy bien, colar y refrigerar. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 60 | 36 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 7 | 7 | 8 | 8 | 1 | 1 | 10 | 10 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 12 | 12 | 9 | 9 | 18 | 18 | 21 | 21 | |

| | MENÚ 7 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE EN CUBITOS | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Corte la carne en cubitos y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla, pique menudo y sofria con el ajo pelado y machacado en un chorrito de aceite; cuando este el sofrito, incorpore la carne en cubitos, sofria a fuego bajo hasta que la carne cambie de color; cubra con un poco de agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 6 | 5,7 | |
| SOPA DE CEBADA | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 8 | 7,2 | 17 | 15,3 | 25 | 22,5 | 40 | 36 | Ponga al fuego una olla con abundante agua y la cebada bien lavada, agregue la cebolla lavada y picada. Cuando la cebada este blanda; pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Pele las papas, lave y corte en cuadritos, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar revolviendo de vez en cuando a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 40 | 65 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 45 | 38,25 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | |
| | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 5 | 5 | 15 | 15 | 20 | 20 | 35 | 35 | 35 | 35 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 40 | 16 | 30 | 12 | 55 | 22 | 45 | 18 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | |
| YUCA FRITA | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 40 | 32 | 65 | 52 | 70 | 56 | 90 | 72 | Poner al fuego una olla olla con agua y sal. Pelar la yuca, lavar y partir en astillas; cuando el agua este caliente agregar la yuca y cocinar hasta que este blanda. Escurrir el agua. Calentar abundante aceite, y sofreir la yuca hasta dorar. |
| ENSALADA FRIA DE VERDURAS CON MAYONESA | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 20 | 65 | 25 | 22,5 | 35 | 31,5 | 35 | 31,5 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele, lave y pique la zanahoria en cuadritos; agregue al agua caliente. Cuando este ablandando; lave la habichuela, pique y agregue a la olla, cocine por 5 minutos. Retire las verduras del fuego y escurra el agua. Leve el tomate, corte en cuadritos y ponga en un recipiente con la zanahoria y la habichuela; agregue la mayonesa, sal al gusto y mezcle muy bien. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 35 | 29,75 | 35 | 29,75 | |
| | Mayonesa, con sal | | | | | | | | | | | |
| | Tomate, crudo | 2 | 2 | 3 | 3 | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 | |
| JUGO DE TOMATE DE ARBOL | Tomate de árbol amarillo, crudo | 13 | 7,8 | 13 | 7,8 | 13 | 7,8 | 16 | 9,6 | 16 | 9,6 | Lave, pele, pique el tomate en cruz y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 13 | 13 | 16 | 16 | |

## MENÚ 8

| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| CERDO ACARAMELADO | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Lleve a fuego bajo un chorrito de agua, panela, tomillo y laurel; cocine hasta obtener un melado y reserve. Porcionar el cerdo y sazonar con sal. Calentar la plancha con un poco de aceite. Poner la pechuga porcionada sobre la plancha precalentada hasta dorar por ambos lados. Poner el cerdo asado a un recipiente, bañar con el melado de panela. |
| | Panela | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 11 | 11 | 10 | 10 | |
| | Tomillo y Laurel | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | cs | 0 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CREMA DE MAÍZ | Maíz tierno, crudo | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele, lave, pique la cebolla y agregue a la olla. Agregue el maiz tierno. Pele, lave, pique la zanahoria y la papa, agregue a la olla. Disuelva la harina en un poco de agua, y agregue al aolla. Cocine hasta que la papa este blanda, retire del fuego y licúe con el cilantro bien lavado y picado. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 15 | 15 | 25 | 25 | |
| | panificación, cruda | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 2 | 0,8 | |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 2 | 1,8 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CROQUETA DE YUCA | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 20 | 16 | 25 | 20 | 30 | 24 | 50 | 40 | Pele la yuca, lave muy bien, parta en astillas y cocine hasta que este blanda. Escurra el agua y hagala pure; ponga la yucac en un recipiente con la harina de maiz, agregue un chorrito de agua, sal y mezcle. Arme las croquetas y sofria hasta dorar.. |
| | Harina de maíz blanco, precocida | 10 | 10 | 15 | 15 | 17 | 17 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, APIO Y PIÑA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | 17 | 14,45 | 25 | 21,25 | 45 | 38,25 | Lave, pique el apio en cuadritos, pase por agua caliente y escurra. Pele la piña, corte en cuadritos y ponga en un recipiente. Pele la zanahora, lave, ralle y ponga con el apio. Agregue el apio y mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Apio, crudo | 10 | 5 | 12 | 6 | 30 | 15 | 35 | 17,5 | 45 | 22,5 | |
| | Piña, cruda | 15 | 8,25 | 15 | 8,25 | 4 | 2,2 | 25 | 13,75 | 45 | 24,75 | |
| JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lave, pele, pique el tomate en cruz y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 9 | 9 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 10 | |

## MENÚ 9

| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| HUEVOS REVUELTOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Lleve al fuego un sarten con un chorrito de aceite y deje calentar. Incorpore los huevos, agregue sal al gusto, cuando las claras empiecen a blanquear revolver muy bien y deje cocinar a llama baja hasta que el huevo este cocido. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| LENTEJAS | Lenteja real, cruda | 5 | 8 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleve al fuego la olla con agua; cuando el agua este caliente agregue las lentejas bien levadas, cocine por 30 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. Pele, ,lave, ralle la zanahoria y agregue a las lentejas. Pele la papa, lave, pique en cubitos y agregue a las lentejas. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a las lentejas, pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | cáscara, cruda | 40 | 36 | 44 | 39,6 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 90 | 81 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ AL AJO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, triture el ajo; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 5 | 4,75 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| TORTICAS DE ZANAHORIA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 40 | 34 | 45 | 38,25 | 55 | 46,75 | 60 | 51 | 65 | 55,25 | Lave la zanahoria, pele y ralle. Ponga la zanahoria rallada en un recipiente, agregue la harina, el queso rallado, el huevo y una pizca se sal; mezcle muy bien hasta tener una masa concistente. En aceite caliente frite la masa porcionada en tortas y deje dorar por ambos lados. |
| | panificación, cruda | 10 | 10 | 15 | 15 | 12 | 12 | 12 | 12 | 15 | 15 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 10 | 9 | 6 | 5,4 | 8 | 7,2 | 8 | 7,2 | |
| JUGO DE MANGO | Mango común, crudo | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | Lave, pele, pique el mango, y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el mango y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 7 | 7 | 7 | 7 | 10 | 10 | 12 | 12 | |

## MENÚ 10

| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Preescolar Peso Bruto | Preescolar Peso Neto | De 1ro a 3ro Peso Bruto | De 1ro a 3ro Peso Neto | de 4to a 5to Peso Bruto | de 4to a 5to Peso Neto | De 6to a 9no Peso Bruto | De 6to a 9no Peso Neto | Media y ciclos Peso Bruto | Media y ciclos Peso Neto | Preparación |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| POLLO EN SALSA CRIOLLA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Porcione la pechuga y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la pechuga porcionada y cuba con poca agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la pechuga este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 7 | 2,8 | 12 | 4,8 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 6 | 4,8 | |
| SOPA DE AVENA | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 12 | 10,8 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Ponga al fuego la olla con la cocinadura de la pechuga, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Disuelva en un poco de agua la avena y agregue a la olla. Pele las papas, lave y corte en rodajas grandes, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar revolviendo de vez en cuando a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Avena en Hojuelas, Precocida | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| PAPA CHORRIADA | cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 50 | 50 | 60 | 60 | 80 | 80 | 100 | 100 | Lave muy bien las papas y cocine en suficiente agua hasta que esten blandas. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite y sal al gusto; cuando este el guiso, escurra el agua alas papas y ponga sobre ellas el guiso. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| ENSALADA ROJA CON MAYONESA | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 25 | 20 | 30 | 24 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue mayonesa, sal al gusto y mezde hasta integrar los ingredientes. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | 17 | 14,45 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | |
| JUGO DE CURUBA EN LECHE | Curuba, cruda | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 15 | 7,5 | Lave, pele la curuba y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la curuba y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 9 | 9 | 10 | 10 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 14 | 14 | |

## MENÚ 11

| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Preescolar Peso Bruto | Preescolar Peso Neto | De 1ro a 3ro Peso Bruto | De 1ro a 3ro Peso Neto | de 4to a 5to Peso Bruto | de 4to a 5to Peso Neto | De 6to a 9no Peso Bruto | De 6to a 9no Peso Neto | Media y ciclos Peso Bruto | Media y ciclos Peso Neto | Preparación |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CARNE FRITA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 65 | 65 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porcionar la carne y sazonar con sal. Lleve al fuego un sarten con abundante aceite y deje calentar a fuego medio; sobria la carne hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CREMA DE GARBANZOS | Garbanzo, crudo | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego una olla con abundante agua y los garbanzos remojados desde la noche anterior; cocine hasta que empiecen a ablandar. pele la papa, lave muy bien, parta en rodajas y agregue a los garbanzos. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los garbanzos; pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio, cuando la papa este blanda licúe los garbanzos muy bien hasta obtener una crema. |
| | cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 45 | 65 | 60 | 60 | 70 | 70 | 90 | 90 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ AL PIMENTÓN | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Lave el pimenton, licúe muy bien en abundante agua, lleve al fuego con un chorrito de aceite. Cuando el agua empiece a hervir agregue el arroz ya lavado y sal al gusto. Cuando seque el agua, baje la llama a la minima, tape y cocine hasta que el arroz este listo. |
| | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 3 | 2,55 | 4 | 3,4 | 5 | 4,25 | 5 | 4,25 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CASCABELES DE PLATANO VERDE | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 55 | 37,4 | 70 | 47,6 | 85 | 57,8 | 115 | 78,2 | Lleve al fuego un sarten con abundante aceite. Pele el plátano y pique en rodajitas delgadas. Sofría la moneditas en el aceite precalentado hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | Lechuga común, cruda | 10 | 5,5 | 12 | 6,6 | 10 | 5,5 | 12 | 6,6 | 15 | 8,25 | Pique finamente la lechuga, lave y desinfecte. Pele la cebolla, lave muy bien y corte en rodajas. Ponga en un recipiente la lechuga y la cebolla, agregue un jugo de limón, sal al gusto y mezcle. |
| | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 12 | 11,4 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | 40 | 38 | |
| | Limón, crudo | | | | | | | | | | | |
| LIMONADA | Limón, crudo | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | A una jarra con agua exprimir los limones, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | 21 | 21 | |

| | MENÚ 12 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HILOS DE PECHUGA EN SALSA CAMPESINA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 60 | 55,8 | 68 | 63,24 | 84 | 78,12 | 81 | 75,33 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche en hilos. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, agregue un chorrito de agua y deje espesar, incorpore la pechuga desilachada,pruebe punto de sal, tape y cocine por 50 minutos mas. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 7 | 2,8 | 12 | 4,8 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE VERDURAS | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 17 | 15,3 | 20 | 18 | 20 | 18 | 20 | 18 | Dejar en el fuego la cocinadura de la pechuga. Pelar, lavar y picar la cebolla finamente, agregar a la olla. Pelar la zanahoria, lavar, picar en cuadritos y agregar a la olla. Pelar la papa pastusa, lavar, partir en rodajas y agregar a la sopa; cuando esta empiece a ablandar agregar la papa criolla ya lavada y partida a la mitad. cocine hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 20 | 17 | 20 | 17 | 20 | 17 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 40 | 40 | 45 | 45 | |
| | cáscara, cruda | 20 | 18,4 | 25 | 23 | 30 | 27,6 | 40 | 36,8 | 40 | 36,8 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 5 | 2 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ESPAGUETTI GUISADO | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 26 | 26 | 37 | 37 | 46 | 46 | 60 | 60 | 64 | 64 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el espaguetti, cocine hasta que este al dente; retire del fuego y escurra. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue los espaguetis al guiso y mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 6 | 4,8 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | | | | | | | | | | | |
| | | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| MADURO MELADO | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 50 | 36 | 70 | 50,4 | 80 | 57,6 | 115 | 82,8 | Lave los platanos, pele y parta en trozos a lo largo; ponga los platanos en una olla, cubra los platanos con agua y agregue la panela. Lleve al fuego y deje cocinar hasta que el agua reduzca y los platanos esten cocidos. |
| | Panela | 3 | 3 | 5 | 5 | 6 | 6 | 5 | 5 | 7 | 7 | |
| | Canela | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ENSALADA PICO DE GALLO | Cebolla cabezona, cruda | 15 | 14,25 | 17 | 16,15 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 30 | 28,5 | Pele la cebolla, lave y pique en cuadritos. Lave y pique el tomate en cubitos. Leve muy bien el cilantro y pique muy finito. Mezcle en un recipiente la cebolla, el tomate y el cilantro; sazone con una pizca de sal. |
| | Tomate, crudo | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 20 | 16 | 15 | 12 | 20 | 16 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | |
| JUGO DE GUAYABA CON LECHE | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 9 | 9 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 11 | 11 | 13 | 13 | 15 | 15 | 19 | 19 | |

| | MENÚ 12 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE GUISADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porciones la carney sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne porcionada y cubra con agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| SOPA DE FRIJOL CON PLATANO VERDE | Frijol cargamanto rojo, crudo | 10 | 10 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego una olla con abundante agua y los frijoles remojados desde la noche anterior; cocine hasta que empiecen a ablandar. pele los platanos, pique en cubitos y agregue a los frijoles. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los frijoles. pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que el platano este blando. |
| | Plátano hartón, verde, crudo | 92 | 62,56 | 60 | 65 | 65 | 44,2 | 70 | 47,6 | 90 | 61,2 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 22 | 22 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y ZANAHORIA | Tomate, crudo | 20 | 16 | 108 | 86,4 | 142 | 113,6 | 167 | 133,6 | 225 | 180 | Pele el pepino, corte en media lunas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con el pepino. Lave, pele y ralle la zanahoria; ponga en el recipiente con los demas ingredientes; agregue jugo de limón y sal al gusto, mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Pepino Cohombro, crudo | 15 | 11,25 | 3 | 2,25 | 4 | 3 | 5 | 3,75 | 5 | 3,75 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 3 | 2,55 | 4 | 3,4 | 5 | 4,25 | 5 | 4,25 | |
| JUGO DE PIÑA | Piña, cruda | 110 | 60,5 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | Lave, pele, pique la piña en cubos y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 13 | 13 | 16 | 16 | 20 | 20 | 22 | 22 | |

| | MENÚ 14 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PALITOS DE PECHUGA APANADOS | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 48 | 44,64 | 61 | 56,73 | 81 | 75,33 | 95 | 88,35 | Porcione la pechuga, corte en palitos y sazonecon sal. Calentar la plancha con un chorrito de aceite. Poner la pechuga porcionada sobre la plancha precalentada hasta dorar. |
| SOPA DE ARRACACHA | Habichuela, cruda | 15 | 13,5 | 15 | 13,5 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Ponga al fuego una olla con abundante agua, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la arracacha, lave, ralle y agregue al agua caliente, tape y deje cocinar. Pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Pele las papas, lave y corte en rodajas grandes, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | cruda | 20 | 16 | 25 | 20 | 35 | 28 | 40 | 32 | 45 | 36 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | 25 | 25 | |
| | cáscara, cruda | 12 | 11,04 | 15 | 13,8 | 20 | 18,4 | 25 | 23 | 25 | 23 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 5 | 2 | 5 | 2 | 5 | 2 | 7 | 2,8 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 22 | 22 | 33 | 33 | 45 | 45 | 51 | 51 | 60 | 60 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| MONEDITAS DE PLATANO MADURO | plátano hartón, maduro, crudo | 65 | 46,8 | 65 | 46,8 | 65 | 46,8 | 110 | 79,2 | 145 | 104,4 | Lleve al fuego un sarten con abundante aceite. Pele el plátano y pique en rodajitas delgadas. Sofria la moneditas en el aceite precalentado hasta dorar por ambos lados. |
| VERDURAS EN GOULASH | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 20 | 18 | 20 | 18 | 15 | 13,5 | 25 | 22,5 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele la guatila, pique en cubos y agregue al agua caliente. Pele, lave y pique la zanahoria en cuadritos; agregue al agua caliente. Cuando esten ablandando; lave la habichuela, pique y agregue a la olla, cocine por 5 minutos. Retire las verduras del fuego y escurra el agua. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite; cuando este el guiso, agregue las verduras, el huevo y la sal; cuando la clara empiece a blanquear mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 20 | 18 | 20 | 18 | 30 | 27 | 25 | 22,5 | 30 | 27 | |
| | Guatila, sin cáscara, cruda | 20 | 13 | 12 | 7,8 | 30 | 19,5 | 15 | 9,75 | 25 | 16,25 | |
| | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 6 | 5,7 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| JUGO DE MARACUYÁ | Maracuyá, cruda | 165 | 52,8 | 165 | 52,8 | 165 | 52,8 | 165 | 52,8 | 165 | 52,8 | Parta la maracuya y ponga la pulpa en la licuadora, agregue agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 15 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| POLLO A LAS HIERBAS | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 44 | 40,92 | 54 | 50,22 | 68 | 63,24 | 81 | 75,33 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche. en un recipiente ponga la crema de leche, agregue el tomillo, el perejil y el oregano ; cocine a fuego medio por 5 minutos; incorpore la pechuga desmechada, mezcle muy bien y pruebe el punto de sal. |
| | Crema de leche | 5 | 5 | 7 | 7 | 5 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | |
| | ajo | | | | | | | | | | | |
| | | cs | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| SOPA DE FIDEOS | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 12 | 10,8 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Deje en el fuego el caldo en el que cocinamos la pechuga. Pele la zanahoria y la papa, lave muy bien y pique en cuadritos. Cuando el caldo hierva agregue la zanahoria picada y deje cocinar por 10 minutos. Lave y pique la habichuela. Agregue los fideos, la habichuela y la papa. deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 25 | 25 | 30 | 30 | 55 | 55 | 50 | 50 | |
| | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 15 | 15 | 20 | 20 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 2 | 0,8 | |
| ARROZ GRILLÉ (CON CABEZONA DORADA) | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele la cebolla cabezona, lave, corte en juliana y sofria con un chorrito de aceite hasta dorar. Agregue y de hervir. Incorpore el arroz y la sal. Cuando seque el agua, ponga fuego al minimo y tape hasta que cocine el arroz. |
| | Cebolla cabezona, cruda | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 5 | 4,75 | |
| PATACÓN | Plátano hartón, verde, crudo | 45 | 30,6 | 55 | 37,4 | 70 | 47,6 | 70 | 47,6 | 115 | 78,2 | Pele los platanos y porcione para pataconas. Caliente el aceite y sofria el platano a fuego bajo, retire los platanos del aceite y deje reposar. Aplaste los trozos de platano y lleve al aceite caliente nuevamente y deje dorar. |
| TORTA DE ESPINACA CON HUEVO | Espinaca, cruda | 20 | 12 | 25 | 15 | 17 | 10,2 | 25 | 15 | 30 | 18 | Ponga una olla al fuego con suficiente agua. Lave muy bien la espinaca pique en tiritas y agregue al agua caliente; deje cocinar por 5 minutos retire del fuego y escurra el agua. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite; agregue la espinaca, el queso rallado, el huevo y la sal; cuando la clara empiece a blanquear mezcle bien todos los ingredientes; tape y cocine a llama baja por 15 minutos mas. |
| | tipo campesino | 10 | 10 | 12 | 12 | 30 | 30 | 35 | 35 | 45 | 45 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 3 | 1,2 | 2 | 0,8 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 10 | 9 | 7 | 6,3 | 10 | 9 | 10 | 9 | |
| | Tomate, crudo | 3 | 2,4 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| JUGO DE CURUBA CON LECHE | Curuba, cruda | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 15 | 7,5 | Lave, pele la curuba y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la curuba y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | | | | | | | | | | | |
| | | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 8 | 8 | 8 | 8 | 9 | 9 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 6 | 8 | 8 | |

| | MENÚ 16 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CUBITOS DE CARNE AL CILANTRO | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Corte la carne en cubitos y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla, pique menudito y sofria con un chorrito de aceite; cuando la cebolla este sofrita, incorpore la carne en cubitos. Leve muy bien el cilantro, licúe con un poco de agua. Cubra la carne con el licuado de cilantro, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| FRIJOLES | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego la olla pitadora con agua; cuando el agua este caliente agregue los frijoles remojados desde la noche anterior, ponga la tapa y cocine por 20 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. pele el platano, pique en cubitos y agregue a los frijoles. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los frijoles. pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que el platano este blando. |
| | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 50 | 65 | 70 | 47,6 | 80 | 54,4 | 115 | 78,2 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| TAJADAS DE PLATANO MADURO FRITAS | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 50 | 36 | 70 | 50,4 | 80 | 57,6 | 115 | 82,8 | Pele los platanos y corte en tajadas. Caliente el aceite y sofria las tajadas hasta dorar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA ROJA CON LIMÓN | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 20 | 65 | 25 | 20 | 35 | 28 | 35 | 28 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue zumo de limon, sal al gusto y mezcle hasta integrar los ingredientes. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 35 | 29,75 | 35 | 29,75 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | |
| JUGO DE MARACUYÁ | Maracuyá, cruda | 60 | 19,2 | 60 | 19,2 | 60 | 19,2 | 60 | 19,2 | 60 | 19,2 | Parta la maracuya y ponga la pulpa en la licuadora, agregue agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 13 | 13 | 16 | 16 | 20 | 20 | 22 | 22 | |

| | MENÚ 17 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| POLLO CRISPY | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 48 | 44,64 | 54 | 50,22 | 68 | 63,24 | 79 | 73,47 | Porcionar la pechuga, sazonar con sal. Batir el huevo; pasar la pèchuga por el huevo batido y sellar con la harina. Calentar abundante aceite y freir la pechuga a fuego medio hasta dorar. |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 7 | 6,3 | |
| | panificación, cruda | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | |
| SOPA DE CEBADA | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 12 | 10,8 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Ponga al fuego una olla con abundante agua y la cebada bien lavada, agregue la cebolla lavada y picada. Cuando la cebada este blanda; pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Pele las papas, lave y corte en cuadritos, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar revolviendo de vez en cuando a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Cebada, perlada, cruda | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ARROZ CON FIDEOS | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite junto con los fideos, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| PAPA SALADA | cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 50 | 50 | 60 | 60 | 80 | 80 | 90 | 90 | Lave muy bien las papas y cocine en suficiente agua hasta que esten blandas. Escurra el agua y espolvoree las papas con sal. |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 17 | 14,45 | 20 | 17 | Pele la cebolla, corte en julianas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con la cebolla. Lave, pele y ralle la zanahoria; ponga en el recipiente con los demas ingredientes; agregue mayonesa y sal al gusto, mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Tomate, crudo | 10 | 8 | 12 | 9,6 | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 20 | 16 | |
| | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 12 | 11,4 | 15 | 14,25 | 17 | 16,15 | 20 | 19 | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 3 | 3 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | |
| JUGO DE BANANO CON LECHE | Banano común, crudo | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | 60 | 42 | Pele, pique el banano y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el banano y azucar al gusto. Licúe muy bien y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 1 | 1 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 11 | 11 | 13 | 13 | |

| | MENÚ 18 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVOS EN TORTILLA | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Caliente un sarten con un chorrito de aceite. Bata los huevos e incorpore al sarten precalenteda, deje cocinar a llama muy bajita hasta que los huevos esten listos. |
| SOPA DE LENTEJAS | Lenteja real, cruda | 5 | 8 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lave muy bien las lentejas y llévelas a cocinar con abundante agua. Pele, lave, pique finamente la cebolla y agregue a las lentejas. Pele la zanahoria, pique en cuadritos y agregue a las lentejas. Pele y pique la papa en cuadritos. Cuando las lentejas estén un poco blandas, agregue la papa y sal al gusto; deje cocinar hasta que la papa esta blanda. |
| | cáscara, cruda | 40 | 36 | 44 | 39,6 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 90 | 81 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| CROQUETAS DE AHUYAMA RALLADA, QUESO Y HARINA DE TRIGO | Ahuyama, cruda | 40 | 34 | 45 | 38,25 | 55 | 46,75 | 60 | 51 | 65 | 55,25 | Lleve al fuego una olla con agua. Pele la ahuyana, corte en cubos, agregue al agua caliente y deje cocinar hasta que la ahuyama este blanda; escurra elagua y deje reposar. Con la ahuyama ya reposada haga un puré, agregue la harina, el huevo y una pizca se sal; mezcle muy bien hasta tener una masa concistente. En aceite caliente frite la masa porcionada en tortas y deje dorar por ambos lados. |
| | panificación, cruda | 15 | 15 | 20 | 20 | 15 | 15 | 17 | 17 | 18 | 18 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 10 | 9 | 6 | 5,4 | 8 | 7,2 | 8 | 7,2 | |
| JUGO DE TOMATE DE ARBOL | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lave, pele, pique el tomate en cruz y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 5 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | 8 | 8 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | |

| | MENÚ 19 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE GUISADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porciones la carney sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne porcionada y cubra con agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| SANCOCHO | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 25 | 20 | 30 | 24 | 40 | 32 | 45 | 36 | 50 | 40 | Ponga al fuego una olla con el hueso carnudo y abundante agua, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la zanahoria, lave, ralle y agregue a la olla. Pele el platano, parta en astillas pequeñas, agregue al agua caliente, tape y deje cocinar. Pele la yuca, lave, parta en astillas y agregue a la olla. Pele las papas, lave y a la mitad, agregue al sancocho. Pruebe el punto de sal y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Plátano hartón, verde, crudo | 25 | 17 | 30 | 20,4 | 40 | 27,2 | 45 | 30,6 | 50 | 34 | |
| | cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 65 | 58,5 | 80 | 72 | 100 | 90 | |
| | Res, hueso carnudo, crudo | 10 | 6,8 | 15 | 10,2 | 20 | 13,6 | 25 | 17 | 30 | 20,4 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 30 | 25,5 | |
| ARROZ AL AJO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, triture el ajo; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 5 | 4,75 | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA COCIDA, TOMATE, CABEZONA Y MAYONESA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | Ponga una olla con agua a calentar. Cuando el agua este caliente, pele, lave, pique la zanahoria en cuadritos y agregue al agua caliente; cocine hasta que este blanda, retire del fuego y escurra el agua. Pele la cebolla, lave muy bien y corte en en cuadritos. Lave muy bien el tomate, corte en cuadritos. Ponga en un recipiente la cebolla, la zanahoria y el tomate; agregue la mayonesa, sal al gusto y mezcle muy bien. |
| | Tomate, crudo | 15 | 12 | 20 | 16 | 25 | 20 | 30 | 24 | 35 | 28 | |
| | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 15 | 14,25 | 25 | 23,75 | 20 | 19 | 20 | 19 | |
| | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | |
| JUGO DE PIÑA | Piña, cruda | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | 60 | 33 | Lave, pele, pique la piña en cubos y lleve a la licuadora. Agregue agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 9 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | |

| | MENÚ 20 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE FRITA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 65 | 65 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porcionar la carne y sazonar con sal. Lleve al fuego un sarten con abundante aceite y deje calentar a fuego medio; sobria la carne hasta dorar por ambos lados. |
| CREMA DE GARBANZOS | Garbanzo, crudo | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego una olla con abundante agua y los garbanzos remojados desde la noche anterior; cocine hasta que empiecen a ablandar. pele la papa, lave muy bien, parta en rodajas y agregue a los garbanzos. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los garbanzos; pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio, cuando la papa este blanda licúe los garbanzos muy bien hasta obtener una crema. |
| | cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 45 | 65 | 60 | 60 | 70 | 70 | 90 | 90 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | | | | | | | | | | | |
| | | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| ARROZ AL PIMENTÓN | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Lave el pimenton, licúe muy bien en abundante agua, lleve al fuego con un chorrito de aceite. Cuando el agua empiece a hervir agregue el arroz ya lavado y sal al gusto. Cuando seque el agua, baje la llama a la minima, tape y cocine hasta que el arroz este listo. |
| | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 3 | 2,55 | 4 | 3,4 | 5 | 4,25 | 5 | 4,25 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CASCABELES DE PLATANO VERDE | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 55 | 37,4 | 70 | 47,6 | 85 | 57,8 | 115 | 78,2 | Lleve al fuego un sarten con abundante aceite. Pele el plátano y pique en rodajitas delgadas. Sofría la moneditas en el aceite precalentado hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA FRESCA DE LECHUGA Y CABEZONA CON LIMÓN | Lechuga común, cruda | 10 | 5,5 | 12 | 6,6 | 10 | 5,5 | 12 | 6,6 | 15 | 8,25 | Pique finamente la lechuga, lave y desinfecte. Pele la cebolla, lave muy bien y corte en rodajas. Ponga en un recipiente la lechuga y la cebolla, agregue un jugo de limón, sal al gusto y mezde. |
| | Cebolla cabezona, cruda | 10 | 9,5 | 12 | 11,4 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | 40 | 38 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 3 | 1,5 | 6 | 3 | 8 | 4 | 8 | 4 | |
| LIMONADA | Limón, crudo | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | A una jarra con agua exprimir los limones, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | 21 | 21 | |

| | MENÚ 21 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PEHUGA EN SALSA BLANCA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 75 | 69,75 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche. Disuelva harina en un poco de leche y lleve a fuego medio, agregue mantequilla, pizca de sal y revuelva constantemente hasta que espece; agregue la pechuga desmechada y mezde muy bien. |
| | panificación, cruda | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 11 | 11 | 12 | 12 | |
| | Margarina, esparcible | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| SOPA DE AVENA | Habichuela, cruda | 10 | 9 | 12 | 10,8 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | Ponga al fuego la olla con la cocinadura de la pechuga, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Disuelva en un poco de agua la avena y agregue a la olla. Pele las papas, lave y corte en rodajas grandes, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar revolviendo de vez en cuando a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Harina de avena, cruda | 5 | 5 | 6 | 6 | 15 | 15 | 15 | 15 | 25 | 25 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 2 | 0,8 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| PAPA FRANCESA | cáscara, cocida, sin sal | 30 | 30 | 35 | 35 | 40 | 40 | 70 | 70 | 100 | 100 | Pelar las papas, lavar y picar a la francesa. Calentar abundante aceite, incorporar las papas y sofreir hasta dorar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA | Remolacha, sin cáscara, cruda | 15 | 12 | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 25 | 20 | 30 | 24 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue zumo de limon, sal al gusto y mezde hasta integrar los ingredientes. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 15 | 12,75 | 17 | 14,45 | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 3 | 1,5 | 4 | 2 | 5 | 2,5 | 6 | 3 | |
| JUGO DE MANGO CON LECHE | Mango común, crudo | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 15 | 7,5 | Lave, pele, pique el mango, y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el mango y azucar al gusto. licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 2 | 2 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 5 | 5 | 6 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 13 | 13 | |

| | MENÚ 22 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PECHUGA DESMECHADA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 48 | 44,64 | 54 | 50,22 | 68 | 63,24 | 80 | 74,4 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche. |
| AJIACO | cruda | 15 | 12 | 20 | 16 | 30 | 24 | 20 | 16 | 40 | 32 | Dejar en el fuego la cocinadura de la pechuga. Pelar, lavar y picar la cebolla finamente, agregar a la olla. Pelar la arracacha, lavar, rallar, agregar a la olla y dejar cocinar. Pelar la papa, lavar, partir en rodajas y agregar a la sopa; cuando esta empiece a ablandar agregar la papa criolla ya lavada y partida a la mitad. cocine hasta que la papa este blanda. |
| | Crema de leche | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | |
| | Guascas, crudas | 3 | 1,05 | 4 | 1,4 | 4 | 1,4 | 10 | 3,5 | 6 | 2,1 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 15 | 15 | 20 | 20 | 30 | 30 | 35 | 35 | 40 | 40 | |
| | cáscara, cruda | 15 | 13,8 | 20 | 18,4 | 30 | 27,6 | 35 | 32,2 | 40 | 36,8 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ | Harina de maiz blanco, precocida | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | 35 | 35 | 40 | 40 | En un recipiente ponga la harina de maiz agregue el huevo, un chorrito de agua, sal y mezcle. Arme los deditos y sofria en abundante aceite a fuego medio hasta que los deditos doren. |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 10 | 9 | 6 | 5,4 | 5 | 4,5 | 15 | 13,5 | 15 | 13,5 | |
| ENSALADA DE ZANAHORIA, CABEZONA Y TOMATE | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 25 | 23,75 | 25 | 23,75 | Pele la cebolla, corte en julianas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con la cebolla. Lave, pele y ralle la zanahoria; ponga en el recipiente con los demas ingredientes. Pele el, aguacate, pique y agregue a los demas ingregientes; Lave y pique el cilantro muy menudito; Agregue a la ensalada y sazone con sal y jugo de limon, mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Tomate, crudo | 20 | 16 | 20 | 16 | 25 | 20 | 25 | 20 | 25 | 20 | |
| | Aguacate Lorena, crudo | 10 | 7,7 | 10 | 7,7 | 12 | 9,24 | 12 | 9,24 | 12 | 9,24 | |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 6 | 5,4 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 3 | 1,5 | 4 | 2 | 5 | 2,5 | 6 | 3 | |
| JUGO DE GUAYABA CON LECHE | Guayaba, madura, cruda | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 60 | 45 | 15 | 11,25 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 9 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 3 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 23 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE GUISADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porciones la carney sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne porcionada y cubra con agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| SOPA DE COLÍ | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 8 | 7,2 | 17 | 15,3 | 25 | 22,5 | 40 | 36 | Ponga al fuego una olla con abundante agua, agregue la cebolla lavada y picada. Pele el platano, parta en astillas pequeñas, agregue al agua caliente, tape y deje cocinar. Pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Pele las papas, lave y corte en rodajas grandes, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Plátano colí o guíneo, verde, crudo | 35 | 21 | 40 | 65 | 30 | 18 | 35 | 21 | 45 | 27 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 35 | 29,75 | 35 | 29,75 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 35 | 35 | 40 | 40 | 30 | 30 | 55 | 55 | 45 | 45 | |
| ARROZ AL CILANTRO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Lave el cilantro, licúe muy bien en abundante agua, lleve al fuego con un chorrito de aceite. Cuando el agua empiece a hervir agregue el arroz ya lavado y sal al gusto. Cuando seque el agua, baje la llama a la minima, tape y cocine hasta que el arroz este listo. |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | |
| ASTILLAS DE YUCA FRITA | Yuca blanca, sin cáscara, cruda | 35 | 28 | 40 | 32 | 65 | 52 | 70 | 56 | 90 | 72 | Pele la yuca, lave muy bien, parta en astillas y cocine hasta que este blanda. Escurra el agua y sofria en abundante aceite hasta dorar. |
| ENSALADA ROJA CON MAYONESA | Remolacha, sin cáscara, cruda | 20 | 16 | 20 | 65 | 25 | 20 | 35 | 28 | 35 | 28 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue mayonesa, sal al gusto y mezcle hasta integrar los ingredientes. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 35 | 29,75 | 35 | 29,75 | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 3 | 3 | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 | |
| JUGO DE CURUBA CON LECHE | Curuba, cruda | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | Lave, pele la curuba y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la curuba y azucar al gusto. licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 13 | 13 | 16 | 16 | |

| | MENÚ 24 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVOS BATIDOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Ponga a calentar a llama baja un sarten con un chorrito de aceite. ponga en un recipiente los huevos, agregue sal al gusto y bata con un tenedor. Lleve los huevos batidos al sarten precalentado, mantega la llama baja, tape y deje hasta que los huevos esten cocidos. |
| ARVEJAS SECAS GUISADAS | Arveja seca, cruda | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego la olla pitadora con agua; cuando el agua este caliente agregue la arveja remojada desde la noche anterior, ponga la tapa y cocine por 20 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. Pele la zanahoria, ralle y agregue a las arvejas. Pele la papa, pique en cubitos y agregue a la arveja. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a las arvejas; pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | cáscara, cruda | 40 | 36 | 50 | 45 | 60 | 54 | 70 | 63 | 85 | 76,5 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 15 | 12,75 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 20 | 17 | |
| ARROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| PURÉ DE PAPA CON MAYONESA | cáscara, cocida, sin sal | 40 | 40 | 50 | 50 | 60 | 60 | 70 | 70 | 85 | 85 | Ponga una oola mcon agua a calentar. Pele, lave, corte la papa en cubos y agregue a la olla con agua caliente. Cuando la papa este blandita, retirar del fuego, escurrir el agua y dejar reposar. Triturar la papa y mezclar con mayonesa y sal al gusto. |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 7 | |
| PICO DE GALLO | Cebolla cabezona, cruda | 20 | 19 | 20 | 19 | 25 | 23,75 | 25 | 23,75 | 25 | 23,75 | Pele la cebolla, lave y pique en cuadritos. Lave y pique el tomate en cubitos. Leve muy bien el cilantro y pique muy finito. Mezcle en un recipiente la cebolla, el tomate y el cilantro; sazone con una pizca de sal. |
| | Tomate, crudo | 20 | 16 | 20 | 16 | 25 | 20 | 25 | 20 | 25 | 20 | |
| | Cilantro, crudo | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | 5 | 4,5 | |
| JUGO DE TOMATE DE ARBOL | Tomate de árbol amarillo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lave, pele y corte el tomate en cruz. Lleve a la licuadora con agua y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | |

| | MENÚ 25 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CERDO DESMECHADO | Res, carne magra, cruda | 24 | 24 | 26 | 26 | 32 | 32 | 38 | 38 | 47 | 47 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la carne de cerdo y deje cocinar hasta que este blanda. retire del agua, deje enfriar y desmeche. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore el cerdo desmechado mezcle hasta incorporar, tape y cocine a fuego lento por 10 minutos. |
| | Cerdo, carne magra, cruda | 24 | 24 | 26 | 26 | 32 | 32 | 38 | 38 | 47 | 47 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| FRIJOLES SUDADOS | Frijol cargamanto rojo, crudo | 5 | 5 | 8 | 8 | 17 | 17 | 25 | 25 | 40 | 40 | Lleva al fuego la olla pitadora con agua; cuando el agua este caliente agregue los frijoles remojados desde la noche anterior, ponga la tapa y cocine por 20 minutos aproximadamente o hasta que empiecen a ablandar. pele el platano, pique en cubitos y agregue a los frijoles. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso agregue a los frijoles. pruebe el punto de sal, cocine a fuego medio hasta que el platano este blando. |
| | Plátano hartón, verde, crudo | 50 | 34 | 50 | 65 | 70 | 47,6 | 80 | 54,4 | 115 | 78,2 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| ARRROZ BLANCO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| MADURO COCIDO | plátano hartón, maduro, crudo | 50 | 36 | 50 | 36 | 70 | 50,4 | 80 | 57,6 | 115 | 82,8 | Pelar el platano, cortar en trozos a lo largo y llevar a cocinar con agua. |
| REBANADAS DE TOMATE LIMÓN Y SAL | Tomate, crudo | 60 | 48 | 60 | 65 | 60 | 48 | 60 | 48 | 60 | 48 | Lave muy bien los tomates, corte en rodajas, ponga en un recipiente y sazone con jugo de limon y sal al gusto. |
| | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | |
| LIMONADA | Limón, crudo | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | 60 | 30 | A una jarra con agua exprimir los limones, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 10 | 10 | 13 | 13 | 16 | 16 | 20 | 20 | 22 | 22 | |

| | MENÚ 26 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| POLLO EN SALSA CRIOLLA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 41 | 38,13 | 48 | 44,64 | 54 | 50,22 | 68 | 63,24 | 81 | 75,33 | Porcione la pechuga y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la pechuga porcionada y cuba con poca agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la pechuga este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | 7 | 2,8 | 12 | 4,8 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 6 | 4,8 | |
| SOPA DE ARRACACHA | cruda | 20 | 16 | 24 | 19,2 | 30 | 24 | 40 | 32 | 50 | 40 | Ponga al fuego una olla con abundante agua, agregue la cebolla lavada y picada. Pele la arracacha, lave, ralle y agregue al agua caliente, tape y deje cocinar. Pele la zanahoria, lave, corte en cuadritos y agregue a la sopa. Pele las papas, lave y corte en rodajas grandes, agregue a la sopa. pruebe el punto de sal y deje cocinar a fuego medio hasta que la papa este blanda. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 10 | 8,5 | 12 | 10,2 | 15 | 12,75 | 20 | 17 | 25 | 21,25 | |
| | cáscara, cocida, sin sal | 20 | 20 | 12 | 12 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | cáscara, cruda | 10 | 9,2 | 12 | 11,04 | 15 | 13,8 | 20 | 18,4 | 25 | 23 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ARROZ ROJO | Arroz blanco, pulido, crudo | 24 | 24 | 31 | 31 | 40 | 40 | 56 | 56 | 62 | 62 | Lave el pimenton, licúe muy bien en abundante agua, lleve al fuego con un chorrito de aceite. Cuando el agua empiece a hervir agregue el arroz ya lavado y sal al gusto. Cuando seque el agua, baje la llama a la minima, tape y cocine hasta que el arroz este listo. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | Pimentón rojo, crudo | 2 | 1,7 | 3 | 2,55 | 4 | 3,4 | 5 | 4,25 | 5 | 4,25 | |
| ENSALADA FRIA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | 20 | 20 | 25 | 25 | 30 | 30 | 45 | 45 | 50 | 50 | Cocine las conchitas en abundante agua hasta que la pasta este al dente, escurra y deje reposar. Pique la habichuela, cocine por 10 minutos, escurra el agua y deje reposar. Cuando la pasta este fria pele la zanahoria, ralle y agregue a la pasta. Lave el tomate, pique en cuadritos e incorpore con la pasta. Agregue a la pasta mayonesa, pizca de sal y mezcle muy bien hasta incorporar todos los ingredientes. |
| | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 25 | 22,5 | 30 | 27 | 35 | 31,5 | 40 | 36 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 40 | 34 | |
| | Tomate, crudo | 10 | 8 | 10 | 8 | 15 | 12 | 17 | 13,6 | 20 | 16 | |
| | Mayonesa, con sal | 6 | 6 | 10 | 10 | 15 | 15 | 17 | 17 | 20 | 20 | |
| SORBETE DE LULO CON LECHE | Lulo, crudo | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | 60 | 36 | Lavar los lulos muy bien , pelar, partir en cruz e incorporar a la licuadora. Disolver la leche en polvo en el agua, agregar a la licuadora con el lulo, agregar azucar; licuar muy bien, colar y refrigerar. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuídos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 7 | 7 | 9 | 9 | 10 | 10 | 9 | 9 | 10 | 10 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 14 | 14 | |

| | | |
|---|---|---|
| | | **GUÍAS DE PREPARACIÓN** |
| **ENTIDAD TERRITORIAL:** | | **GOBERNACIÓN DEL META** |
| **MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:** | **No** | |
| **GRUPO ÉTNICO** | **Sin Pertenencia Étnica** | |
| **MODALIDAD DE ATENCIÓN** | Ración para Preparar en | |
| **TIPO DE COMPLEMENTO** | REFRIGERIO PM | |

| | MENÚ 1 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | **Preparación** |
| REFRESCO DE AVENA CON LECHE | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | Ponga agua al fuego. Aparte disuelva en la leche la harina del cereal e incorpore sin dejar de revolver. Agregue azucar al gusto y continúe revolviendo de manera eventual para evitar que se pegue. Después de hervir, continue revolviendo unos minutos más hasta logra R la consistencia deseada. Deje enfriar y sirva. |
| | Harina de avena, cruda | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 2 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| ARROZ DE LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | Ponga el cereal al fuego con agundante agua. Cuando los granitos ablanden, baje la intensidad del fuego e incorpore la leche. Deje hervir unos minutos más. Baje del fuego, deje reposar y sirva. |
| | crudo | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 3 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Bruto | Neto | | | | | | | | | |
| VASO DE LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | |
| MANTECADA | Mantecada, horneada | 20 | 20 | 35 | 35 | 40 | 40 | 50 | 50 | 65 | 65 | |

| | MENÚ 4 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | Ponga agua al fuego. Aparte disuelva en la leche la harina del cereal e incorpore sin dejar de revolver. Agregue azucar al gusto y continúe revolviendo de manera eventual para evitar que se pegue. Después de hervir, continue revolviendo unos minutos más hasta lograr la consistencia deseada. Deje enfriar y sirva. |
| | Harina de trigo, fortificada, para | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 5 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| MAZAMORRA CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | ablanden, baje la intensidad del fuego e incorpore la leche. Deje hervir unos minutos más. Baje del fuego, deje reposar y sirva. |
| | Maíz opaco, crudo | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |

| | MENÚ 6 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| CEBADA CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | ablanden, baje la intensidad del fuego e incorpore la leche. Deje hervir unos minutos más. Baje del fuego, deje reposar y sirva. |
| | Cebada, perlada, cruda | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |

| | MENÚ 7 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| VASO DE LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| GALLETA DULCE | relleno | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 21 | 21 | 21 | 21 |

| | MENÚ 8 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | Ponga la leche con el azucar al fuego, reservando un poco para disolver la fécula, cuando la leche del fuego hierba, incorpore la fécula disuelta en la leche reservada. Revuelva constantemente y continúe revolviendo de manera eventual para evitar que se pegue. |
| | Almidón de maíz, crudo | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 9 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| REFRESCO DE HOJUELAS DE AVENA | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | Ponga agua al fuego. Aparte disuelva en la leche la harina del cereal e incorpore sin dejar de revolver. Agregue azucar al gusto y continúe revolviendo de manera eventual para evitar que se pegue. Después de hervir, continue revolviendo unos minutos más hasta lograr la |
| | Harina de avena, cruda | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 10 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| DULCE DE ARROZ CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | Ponga el cereal al fuego con agundante agua. Cuando los granitos ablanden, baje la intensidad del fuego e incorpore la leche. Deje hervir unos minutos más. Baje del fuego, deje reposar y sirva. |
| | crudo | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 11 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| VASO DE LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| PONQUÉ | de chocolate, horneado | 20 | 20 | 35 | 35 | 40 | 40 | 50 | 50 | 65 | 65 |

| | MENÚ 12 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| REFRESCO DE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| HARINA DE | fortificada, para | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 |
| TRIGO CON | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 |
| CANELA Y LECHE | Canela | CS | CS | CS | CS | CS | CS | CS | CS | CS | CS |

Preparación: Ponga agua al fuego con canela. Aparte disuelva en la leche la harina del cereal e incorpore sin dejar de revolver. Agreque azucar al gusto y continúe revolviendo de manera eventaual para evitar que se pegue. Deje enfriar y sirva.

| | MENÚ 13 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| MAZAMORRA | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| CON LECHE | Maíz opaco, crudo | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 |

Preparación: ablanden, baje la intensidad del fuego e incorpore la leche. Deje hervir unos minutos más. Baje del fuego, deje reposar y sirva.

| | MENÚ 14 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| DULCE DE | Leche de vaca, entera, | | | | | | | | | | |
| GRANO DE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| CEBADA CON | | | | | | | | | | | |
| LECHE | Cebada, perlada, cruda | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 |

Preparación: Ponga el cereal al fuego con agundante agua. Cuando los granitos ablanden, baje la intensidad del fuego e incorpore la leche. Deje hervir unos minutos más. Baje del fuego, deje reposar y sirva.

| | MENÚ 15 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| VASO DE LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | |
| MANTECADA | Mantecada, horneada | 20 | 20 | 35 | 35 | 40 | 40 | 50 | 50 | 65 | 65 | |

| | MENÚ 16 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | Ponga agua al fuego. Aparte disuelva en la leche la harina del cereal e incorpore sin dejar de revolver. Agregue azucar al gusto y continúe revolviendo de manera eventual para evitar que se pegue. Después de hervir, continue revolviendo unos minutos más hasta lograr la consistencia deseada. Deje enfriar y sirva. |
| | Harina de trigo, fortificada, para | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 | |

| | MENÚ 17 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| MAZAMORRA CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | Ponga el cereal al fuego con agundante agua. Cuando los granitos ablanden, baje la intensidad del fuego e incorpore la leche. Deje hervir unos minutos más. Baje del fuego, deje reposar y sirva. |
| | Maíz opaco, crudo | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 | |

| | MENÚ 18 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | | Preparación |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| VASO DE LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 | |
| BROWNIE | de chocolate, horneado | 20 | 20 | 35 | 35 | 40 | 40 | 50 | 50 | 65 | 65 | |

| | MENÚ 19 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| VASO DE LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| GALLETAS | relleno | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 21 | 21 | 21 | 21 |

| Preparación |
|---|
| |
| |

| | MENÚ 20 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| NATILLA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| | Almidón de maíz, crudo | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 |

| Preparación |
|---|
| disolver la fécula, cuando la leche del fuego hierba, incorpore la fécula disuelta en la leche reservada. Revuelva constantemente y continúe revolviendo de manera eventual para evitar que se pegue. Después de hervir, continue revolviendo unos minutos más hasta |

| | MENÚ 21 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| REFRESCO DE AVENA CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| | Harina de avena, cruda | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 |

| Preparación |
|---|
| incorpore sin dejar de revolver. Agregue azucar al gusto y continúe revolviendo de manera eventual para evitar que se pegue. Después de hervir, continue revolviendo unos minutos más hasta lograr la |

| | MENÚ 22 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| DULCE DE ARROZ CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| | crudo | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 |

| Preparación |
|---|
| Ponga el cereal al fuego con agundante agua. Cuando los granitos ablanden, baje la intensidad del fuego e incorpore la leche. Deje hervir unos minutos más. Baje del fuego, deje reposar y sirva. |

| | MENÚ 23 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| VASO DE LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| PONQUÉ | de chocolate, horneado | 20 | 20 | 35 | 35 | 40 | 40 | 50 | 50 | 65 | 65 |

| Preparación |
|---|
| |
| |

| | MENÚ 24 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| REFRESCO DE HARINA DE TRIGO CON LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| | Harina de trigo, fortificada, para | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 |
| | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 |

| Preparación |
|---|
| Ponga agua al fuego. Aparte disuelva en la leche la harina del cereal e incorpore sin dejar de revolver. Agregue azucar al gusto y continúe revolviendo de manera eventual para evitar que se pegue. Después de hervir, continue revolviendo unos minutos más hasta lograr la |

| | MENÚ 25 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| VASO DE LECHE | líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| CHOCOLATE | relleno | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 14 | 21 | 21 | 21 | 21 |

| Preparación |
|---|
| |
| |

| | MENÚ 26 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a | | Media y ciclos | |
| preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto |
| GRANITOS DE CEBADA CON LECHE | Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada | 100 | 100 | 100 | 100 | 120 | 120 | 150 | 150 | 200 | 200 |
| | Cebada, perlada, cruda | 25 | 25 | 45 | 45 | 55 | 55 | 65 | 65 | 70 | 70 |

| Preparación |
|---|
| Ponga el cereal al fuego con agundante agua. Cuando los granitos ablanden, baje la intensidad del fuego e incorpore la leche. Deje hervir unos minutos más. Baje del fuego, deje reposar y sirva. |

| | |
|---|---|
| | GUÍAS DE PREPARACIÓN |
| ENTIDAD TERRITORIAL: | GOBERNACIÓN DEL META |
| MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: | No |
| GRUPO ÉTNICO | Sin Pertenencia Étnica |
| MODALIDAD DE ATENCIÓN | Ración para Preparar en Sitio |
| TIPO DE COMPLEMENTO | CENA RE |

| | | MENÚ 1 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| AREPITAS DE CARNE | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | Muela la carne; de no tener molino: cocínela y desmechela. Posteriormente arme bolitas con la carne |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 6 | 5,7 | molida, sasónela con cebolla y sal. Arme arepitas con la mezcla anterior y dórela. |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar |
| | | | | | | | | | | | | el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama |
| | | | | | | | | | | | | minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| LECHUGA Y TOMATE | Lechuga común, cruda | 40 | 22 | 45 | 24,75 | 50 | 27,5 | 75 | 41,25 | 80 | 44 | Lave y desinfecte los vegetales. Pique finamente la lechuga en tiritas. Pique en cuadritos el tomate, mezcle |
| | Tomate, crudo | 40 | 32 | 45 | 36 | 50 | 40 | 75 | 60 | 80 | 64 | con la lechujga, sasone co sal y sirva refrigerada. |
| SORBETE DE CURUBA | Curuba | 15 | 4,8 | 150 | 48 | 150 | 48 | 150 | 48 | 150 | 48 | |
| | | | | | | | | | | | | Lave, pele la curuba y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora |
| | | | | | | | | | | | | con la curuba y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 2 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| NUGGETS DE PECHUGA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 50 | 46,5 | Porcionar la pechuga, sazonar con sal. Batir el huevo; pasar la pèchuga por el huevo batido y sellar con la harina. Calentar abundante aceite y freir la pechuga a fuego medio hasta dorar. |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Harina de trigo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| PEPINO GUISADO CON HUEVO | Pepino de rellenar, crudo | 50 | 45 | 67 | 60,3 | 78 | 70,2 | 95 | 85,5 | 100 | 90 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el pepino previamente cortado en cubos grandes, deje hervir por unos minutos; retire del fuego y escurra. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue el pepino al guiso y mezcle bien todos los ingredientes y adicione los huevos batidos; cocine por 5 minutos mas. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 5 | 2 | 20 | 8 | 25 | 10 | 30 | 12 | 35 | 14 | |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 15 | 12 | 25 | 20 | 20 | 16 | 20 | 16 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | |
| SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | Guayaba, madura, cruda | 67 | 50,25 | 67 | 50,25 | 67 | 50,25 | 67 | 50,25 | 67 | 50,25 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 3 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVOS REVUELTOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Lleve al fuego un sarten con un chorrito de aceite y deje calentar. Incorpore los huevos, agregue sal al gusto, cuando las claras empiecen a blanquear revolver muy bien y deje cocinar a llama baja hasta que el huevo este cocido. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CROQUETAS DE ZANAHORIA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 60 | 51 | 70 | 59,5 | 80 | 68 | 100 | 85 | 118 | 100,3 | Lave la zanahoria, pele y ralle. Ponga la zanahoria rallada en un recipiente, agregue la harina, el huevo y una pizca se sal; mezcle muy bien hasta tener una masa concistente. En aceite caliente frite la masa porcionada en tortas y deje dorar por ambos lados. |
| | panificación, cruda | 8 | 8 | 10 | 10 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 8 | 7,2 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| NARANJADA | Naranja, cruda | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | A una jarra con agua exprimir las naranjas, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 4 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVO FRITO | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Ponga un sarten a calentar con un chorrito de aceite, incorpore el huevo y sofria a llama media hasta que la yema empiece a endurecer; repita el proceso con todos los huevos. |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ENSALADA ROJA | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 80 | 68 | 100 | 85 | 118 | 100,3 | Lave la remolacha y la zanahoria, cocine hasta que esten blandas. Escurra el agua, deje reposar; pele y corte en cubitos. Ponga la zanahoria y la remolacha en cubitos en un recipiente, agregue mayonesa, sal al gusto y mezcle hasta integrar los ingredientes. |
| | Remolacha, sin cáscara, cruda | 30 | 24 | 35 | 28 | 15 | 12 | 20 | 16 | 25 | 20 | |
| | Mayonesa, con sal | 2 | 2 | 3 | 3 | 15 | 15 | 20 | 20 | 25 | 25 | |
| JUGO DE LULO | Lulo, crudo | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | Lavar los lulos muy bien , pelar, partir en cruz e incorporar a la licuadora con agua y azucar; licuar muy bien, colar y refrigerar. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 5 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| (SERVIR SOBRE LA PASTA) | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | molida, sasónela con cebolla y sal. Arme boloitas de carne. Aparte, Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto. Adicione las bolitas de carne al guiso anterior. cubra con agua y deje cocinar hasta que la carne esté completamente cocida. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| ESPAGUETTI SUDADO | cruda | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el espaguetti, cocine hasta que este al dente; retire del fuego y escurra. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue los espaguetis al guiso y mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| LECHUGA Y TOMATE | Lechuga común, cruda | 40 | 22 | 45 | 24,75 | 50 | 27,5 | 75 | 41,25 | 80 | 44 | |
| | Tomate, crudo | 40 | 32 | 45 | 36 | 50 | 40 | 75 | 60 | 80 | 64 | |
| LIMONADA | Limón, crudo | 15 | 7,5 | 150 | 75 | 150 | 75 | 150 | 75 | 150 | 75 | A una jarra con agua exprimir los limones, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | |

| | MENÚ 6 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVOS PERICOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto. Adicione lo huevos y sobre ellos espolvoree un poco de sal, deje blanquear un poco las claras y revuelva. Tras otros minutos, revuelva nuevamente. Repita la operación están que lo huevos estén secos. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| POTECA DE AHUYAMA | Ahuyama, cruda | 60 | 51 | 70 | 59,5 | 80 | 68 | 100 | 85 | 118 | 100,3 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el calabazín, cocine hasta que este blanda; retire del fuego, escurra y con ayuda de un tenedor triture. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue el calabazín triturada al guiso y mezcle bien todos los ingredientes y adicione los huevos batidos; cocine por 5 minutos mas. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 8 | 7,2 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | |
| NARANJADA | Naranja, cruda | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | A una jarra con agua exprimir las naranjas, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 7 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PECHUGA DESHILADA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 50 | 46,5 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche en hilos. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, agregue un chorrito de agua y deje espesar, incorpore la pechuga desilachada,pruebe punto de sal, tape y cocine por 50 minutos mas. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA | Lechuga común, cruda | 50 | 27,5 | 67 | 36,85 | 78 | 42,9 | 95 | 52,25 | 100 | 55 | Lave y desinfecte los vegetales. Pique finamente la lechuga en tiritas. Pique en cuadritos el tomate, ralle la zanahoria y mezcle con la lechujga, sasone con limón y sal y sirva refrigerada. |
| | Tomate, crudo | 5 | 4 | 20 | 16 | 25 | 20 | 30 | 24 | 35 | 28 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 5 | 4,25 | 15 | 12,75 | 25 | 21,25 | 20 | 17 | 20 | 17 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 3 | 1,5 | 3 | 1,5 | 4 | 2 | 5 | 2,5 | |
| SORBETE DE BANANO | Banano común, crudo | 67 | 46,9 | 67 | 46,9 | 67 | 46,9 | 67 | 46,9 | 67 | 46,9 | Pele, pique el banano y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el banano y azucar al gusto. Licúe muy bien y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 8 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| HUEVO EN TORTILLA | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Caliente un sarten con un chorrito de aceite. Bata los huevos e incorpore al sarten precalenteda, deje cocinar a llama muy bajita hasta que los huevos esten listos. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| GUISADO DE CALABAZÍN | Calabaza, sin cáscara, cruda | 60 | 54 | 70 | 63 | 80 | 72 | 100 | 85 | 118 | 106,2 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el calabazín, cocine hasta que este blanda; retire del fuego, escurra y con ayuda de un tenedor triture. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue el calabazín triturada al guiso y mezcle bien todos los ingredientes y adicione los huevos batidos; cocine por 5 minutos mas. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 8 | 7,2 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | |
| JUGO DE GUAYABA CON LECHE | Guayaba, madura, cruda | 80 | 60 | 80 | 60 | 80 | 60 | 90 | 67,5 | 90 | 67,5 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 9 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| CARNE DE RES SUDADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Sasone la carne con sal y ponga a cocer hasta que esté blanda. Desmeche. Aparte, Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto. Adicione la carne desmechada al guiso anterior. Deje al fuego por unos minutos más hasta que los sabores se incorporen. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA PICO DE GALLO | Cebolla cabezona, cruda | 40 | 38 | 45 | 42,75 | 50 | 47,5 | 75 | 71,25 | 80 | 76 | Lave y desinfecte lo vegetales. Pique la cebolla muy delgada en cubitos muy delgados y pase por agua caliente. Pique el tomate en cubitos. Sasone con sal, sírvala refrigerada. |
| | Tomate, crudo | 40 | 32 | 45 | 36 | 50 | 40 | 75 | 60 | 80 | 64 | |
| NARANJADA | Naranja, cruda | 15 | 9 | 150 | 90 | 150 | 90 | 150 | 90 | 150 | 90 | A una jarra con agua exprimir las naranjas, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | |

| | MENÚ 10 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVOS PERICOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto. Adicione lo huevos y sobre ellos espolvoree un poco de sal, deje blanquear un poco las claras y revuelva. Tras otros minutos, revuelva nuevamente. Repita la operación están que lo huevos estén secos. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| CROQUETAS DE AHUYAMA | Ahuyama, cruda | 60 | 51 | 70 | 59,5 | 80 | 68 | 100 | 85 | 118 | 100,3 | Ralle la ahuyama,adicione el huevo y la harina de trigo, mezcle. Aparte ponga un sartén a calentar con unas gotas de aceite, disponga la masa a cucharadas sobre el sartén formando pequeñas croquetas, deje dorar por un lado y voltee, luego deje dorar por el otro y retire del fuego. |
| | Harina de trigo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 8 | 7,2 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | |
| JUGO DE MARACUYÁ | Maracuyá, cruda | 95 | 30,4 | 95 | 30,4 | 95 | 30,4 | 95 | 30,4 | 95 | 30,4 | lave muy bien las frutas. Abra y axtraiga la pulpa. Licúe la pulpa con agua. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 11 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVOS BATIDOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Ponga a calentar a llama baja un sarten con un chorrito de aceite. ponga en un recipiente los huevos, agregue sal al gusto y bata con un tenedor. Lleve los huevos batidos al sarten precalentado, mantega la llama baja, tape y deje hasta que los huevos esten cocidos. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| GOULASH DE HABICHUELA Y ZANAHORIA | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 35 | 31,5 | 40 | 36 | 50 | 45 | 60 | 54 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele, lave y pique la zanahoria en cuadritos; agregue al agua caliente. Cuando este ablandando; lave la habichuela, pique y agregue a la olla, cocine por 5 minutos. Retire las verduras del fuego y escurra el agua. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite; cuando este el guiso, agregue las verduras, y la sal, mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 40 | 34 | 50 | 42,5 | 60 | 51 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| JUGO DE MANGO | Mango común, crudo | 95 | 47,5 | 95 | 47,5 | 95 | 47,5 | 95 | 47,5 | 95 | 47,5 | Lave, pele, pique el mango y lleve a la licuadora con agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 12 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE FRITA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porcionar la carne y sazonar con sal. Lleve al fuego un sarten con abundante aceite y deje calentar a fuego medio; sobria la carne hasta dorar por ambos lados. |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| ENSALADA DE CABEZONA, TOMATE, ZANAHORIA Y LIMÓN | Cebolla cabezona, cruda | 30 | 28,5 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | 50 | 47,5 | 55 | 52,25 | Pele la cebolla, corte en julianas, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate pique en media lunas y ponga en el recipiente con la cebolla. Lave, pele y ralle la zanahoria; ponga en el recipiente con los demas ingredientes. Sazone con sal y jugo de limon, mezcle para integrar todos los ingredientes. |
| | Tomate, crudo | 30 | 24 | 30 | 24 | 35 | 28 | 50 | 40 | 55 | 44 | |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 50 | 42,5 | 55 | 46,75 | |
| | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 7 | 3,5 | 8 | 4 | 9 | 4,5 | 10 | 5 | |
| JUGO DE LULO | Lulo, crudo | 80 | 48 | 80 | 48 | 80 | 48 | 85 | 51 | 85 | 51 | Lavar los lulos muy bien , pelar, partir en cruz e incorporar a la licuadora con agua y azucar; licuar muy bien, colar y refrigerar. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | |

| | MENÚ 13 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| POLLO A LA PLANCHA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 50 | 46,5 | Porcionar la pechuga y sazonar con sal. Calentar la plancha con un poco de aceite. Poner la pechuga porcionada sobre la plancha precalentada hasta dorar por ambos lados. |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO | Lechuga común, cruda | 25 | 13,75 | 30 | 16,5 | 35 | 19,25 | 42 | 23,1 | 45 | 24,75 | Lave y desinfecte los vegetales. Pique las lechugas en tiritas. Pique el pepino en rebanadas muy finas. Mezcle los 2 ingredientes. Sasone con sal y sirva fresca. |
| | Pepino cohombro | 25 | 13,75 | 30 | 16,5 | 35 | 19,25 | 42 | 23,1 | 45 | 24,75 | |
| JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE | Tomate de árbol amarillo, crudo | 67 | 40,2 | 67 | 40,2 | 67 | 40,2 | 67 | 40,2 | 67 | 40,2 | Lave, pele, pique el tomate en cruz y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en agua hervida, agregue a la licuadora con azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 14 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PEHUGA DESMECHADA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 50 | 46,5 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ESPAGUETTI GUISADO | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el espaguetti, cocine hasta que este al dente; retire del fuego y escurra. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue los espaguetis al guiso y mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | cruda | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ANILLOS DE CABEZONA CON TOMATE, LIMÓN Y SAL | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | 45 | 42,75 | 50 | 47,5 | Pele la cebolla, corte en redojs, lave con agua, limon y sal; escurra y ponga en un recipiente. Lave el tomate corte en rodajas y ponga en el recipiente con la cebolla; sazone con sal y jugo de limon. |
| | Tomate, crudo | 25 | 20 | 30 | 24 | 35 | 28 | 45 | 36 | 50 | 40 | |
| | Limón, crudo | 2 | 1 | 3 | 1,5 | 3 | 1,5 | 4 | 2 | 5 | 2,5 | |
| LIMONADA | Limón, crudo | 67 | 33,5 | 67 | 33,5 | 67 | 33,5 | 67 | 33,5 | 67 | 33,5 | A una jarra con agua exprimir los limones, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 15 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE A LA PLANCHA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porcionar la carne y sazonar con sal. Calentar la plancha con un poco de aceite. Poner la carne porcionada sobre la plancha precalentada hasta dorar por ambos lados. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ESPAGUETTI CON GUISO | cruda | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el espaguetti, cocine hasta que este al dente; retire del fuego y escurra. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue los espaguetis al guiso y mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| REBANADAS DE TOMATE | Tomate, crudo | 60 | 48 | 60 | 48 | 70 | 56 | 75 | 60 | 80 | 64 | Lave y desinfecte los tomates. Fraccionaleos en rebanadas. Espolvoree sal y sirva las rebanadas frescas. |
| | | | | | | | | | | | | |
| SORBETE DE GUAYABA CON LECHE | Guayaba, madura, cruda | 90 | 67,5 | 90 | 67,5 | 90 | 67,5 | 90 | 67,5 | 90 | 67,5 | Lave y corte la guayaba en cuadros. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la guayaba picada y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | |

| | MENÚ 17 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CERDO DORADO | Cerdo, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Porcione y sasone la carne con sal. Ponga a calentar aceite en una sarten y disponga el cerdo porcionado sobre él. Dore por ambos lados. |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA FRESCA DE REPOLLO Y MANZANA | Repollo blanco, crudo | 30 | 21 | 30 | 21 | 35 | 24,5 | 50 | 35 | 55 | 38,5 | Lave y desinfecte los vegetales. Pique el repollo en rebanadas muy finas. Trocee la manzana en laminas delgadas. Mezcle con el repollo, bañe con crema de leche y sirva refrigerada. |
| | Manzana de agua, cruda | 30 | 19,5 | 30 | 19,5 | 35 | 22,75 | 50 | 32,5 | 55 | 35,75 | |
| | Crema de leche | 5 | 5 | 7 | 7 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |
| NARANJADA | Naranja, cruda | 80 | 48 | 80 | 48 | 80 | 48 | 85 | 51 | 85 | 51 | A una jarra con agua exprimir las naranjas, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 18 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE DESMECHADA | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Sazone la carne con sal; cocinela y desmechela. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne y cubra con agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA PICO DE GALLO | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | 42 | 39,9 | 45 | 42,75 | Lave y desinfecte lo vegetales. Pique la cebolla muy delgada en cubitos muy delgados y pase por agua caliente. Pique el tomate en cubitos. Sasone con sal, sírvala refrigerada. |
| | Tomate, crudo | 25 | 20 | 30 | 24 | 35 | 28 | 42 | 33,6 | 45 | 36 | |
| JUGO DE MARACUYÁ | Maracuyá, cruda | 190 | 60,8 | 190 | 60,8 | 190 | 60,8 | 220 | 70,4 | 220 | 70,4 | lave muy bien las frutas. Abra y axtraiga la pulpa. Licúe la pulpa con agua. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 19 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVOS PERICOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto. Adicione los huevos y sobre ellos espolvoree un poco de sal, deje blanquear un poco las claras y revuelva. Tras otros minutos, revuelva nuevamente. Repita la operación están que lo huevos estén secos. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE VERDURAS Y MAYONESA | Habichuela, cruda | 20 | 18 | 25 | 22,5 | 30 | 27 | 35 | 31,5 | 40 | 36 | Lave las verduras. Corte finamente las habichuelas y corte la zanahoria en cuadritos y pongalas unos minutos en agua caliente, deje hervir. Retire del fuego, escurra el agua caliente y ponga en agua fría. Adciione tomate fresco en cubitos e incorpore. Aderece con mayonesa. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 20 | 17 | 25 | 21,25 | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 40 | 34 | |
| | Tomate, crudo | 10 | 8 | 10 | 8 | 10 | 8 | 15 | 12 | 15 | 12 | |
| | Mayonesa, con sal | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | |
| SORBETE DE BANANO | Banano común, crudo | 85 | 59,5 | 85 | 59,5 | 85 | 59,5 | 85 | 59,5 | 85 | 59,5 | Pele, pique el banano y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el banano y azucar al gusto. Licúe muy bien y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 20 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CARNE EN CUBITOS | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Trocee el cerdo, sasone con sal y ponga a hervir. Aparte, lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto. Adicione los cubitos de cerdo al guiso y permita que todos los ingredientes se incorporen. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA DE CABEZONA Y PEPINO | Pepino Cohombro, crudo | 25 | 18,75 | 30 | 22,5 | 35 | 26,25 | 42 | 31,5 | 45 | 33,75 | Lave los vegetales. Saque rodajas muy finas de la cebolla cabezona. Y páselas por agua caliente y escurra muy bien. Saque rebanadas de pepino muy finas e incorpore a la cebolla. Espolvoree sal. |
| | Cebolla cabezona, cruda | 25 | 23,75 | 30 | 28,5 | 35 | 33,25 | 42 | 39,9 | 45 | 42,75 | |
| JUGO DE MANGO | Mango común, crudo | 190 | 95 | 190 | 95 | 190 | 95 | 220 | 110 | 220 | 110 | Lave, pele, pique el mango y lleve a la licuadora con agua hervida y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 21 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| AREPITAS DE CARNE DE CERDO | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | Muela la carne; de no tener molino: cocínela y desmechela. Posteriormente arme bolitas con la carne |
| | Ajo, crudo | 2 | 1,9 | 3 | 2,85 | 4 | 3,8 | 5 | 4,75 | 6 | 5,7 | molida, sasónela con cebolla y sal. Arme arepitas con la mezcla anterior y dórelas por ambos lados. |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar |
| | | | | | | | | | | | | el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama |
| | | | | | | | | | | | | minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| LECHUGA Y TOMATE | Lechuga común, cruda | 40 | 22 | 45 | 24,75 | 50 | 27,5 | 75 | 41,25 | 80 | 44 | Lave y desinfecte los vegetales. Pique en la lechuga en tiritas y el tomate en medias rodajas. Incorpore. |
| | Tomate, crudo | 40 | 32 | 45 | 36 | 50 | 40 | 75 | 60 | 80 | 64 | Sasone con sal. |
| JUGO DE MARACUYÁ | Maracuyá, cruda | 15 | 4,8 | 150 | 48 | 150 | 48 | 150 | 48 | 150 | 48 | lave muy bien las frutas. Abra y axtraiga la pulpa. Licúe la pulpa con agua. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |

| | MENÚ 22 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | Preparación |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | |
| HUEVOS PERICOS | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | Adicione lo huevos y sobre ellos espolvoree un poco de sal, deje blanquear un poco las claras y revuelva. |
| | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | Tras otros minutos, revuelva nuevamente. Repita la operación están que lo huevos estén secos. |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar |
| | | | | | | | | | | | | el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama |
| | | | | | | | | | | | | minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| POTECA DE AHUYAMA | Ahuyama, cruda | 60 | 51 | 70 | 59,5 | 80 | 68 | 100 | 85 | 118 | 100,3 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el calabazín, cocine |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | hasta que este blanda; retire del fuego, escurra y con ayuda de un tenedor triture. Lave muy bien la cebolla |
| | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue el calabazín triturada al |
| | Huevo de gallina, entero, crudo | 6 | 5,4 | 8 | 7,2 | 15 | 13,5 | 20 | 18 | 25 | 22,5 | guiso y mezcle bien todos los ingredientes y adicione los huevos batidos; cocine por 5 minutos mas. |
| JUGO DE LULO | Lulo, crudo | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | Lavar los lulos muy bien , pelar, partir en cruz e incorporar a la licuadora con agua y azucar; licuar muy bien, |
| | | | | | | | | | | | | colar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 23 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| PECHUGA HILADA | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 50 | 46,5 | Lleve al fuego una olla con agua y la cebolla en tronco, agregue la pechuga y deje cocinar. Cuando la pechuga este cocinada retire del agua, deje enfriar y desmeche en hilitos. |
| ESPAGUETTI CON SALSA CAMPESINA | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | Ponga una olla al fuego con abundante agua, cuando el agua este hirviendo agregue el espaguetti, cocine hasta que este al dente; retire del fuego y escurra. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite y sal al gusto; agregue los espaguetis al guiso y mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | cruda | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ENSALADA VERDE | Lechuga común, cruda | 25 | 13,75 | 30 | 16,5 | 35 | 19,25 | 45 | 24,75 | 50 | 27,5 | Lave y desinfecte los vegetales. Pique en tiras finas la lechuga. Corte el pepino en rueditas e incorpore. Aderece con cilanteo y sal. |
| | Pepino Cohombro, crudo | 25 | 18,75 | 30 | 22,5 | 35 | 26,25 | 45 | 33,75 | 50 | 37,5 | |
| | Cilantro, crudo | 2 | 1,8 | 3 | 2,7 | 3 | 2,7 | 4 | 3,6 | 5 | 4,5 | |
| SORBETE DE CURUBA | Curuba, cruda | 67 | 33,5 | 67 | 33,5 | 67 | 33,5 | 67 | 33,5 | 67 | 33,5 | Lave, pele la curuba y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con la curuba y azucar al gusto. Licúe muy bien, cuele y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 15 | 15 | 15 | 15 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 24 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| CUBITOS DE CARNE DE RES CON HOGAO | Res, carne magra, cruda | 47 | 47 | 55 | 55 | 63 | 63 | 78 | 78 | 94 | 94 | Pique la carne en cubitos y sazone con sal. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique menudo y sofria con un chorrito de aceite; cuando este el guiso, incorpore la carne porcionada y cubra con agua, tape y deje cocinar a fuego lento hasta reducir el agua y la carne este blanda. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 35 | 35 | 40 | 40 | 55 | 55 | 71 | 71 | 80 | 80 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| REBANADITAS DE TOMATE CON LIMÓN Y SAL | Tomate, crudo | 50 | 40 | 60 | 48 | 70 | 56 | 85 | 68 | 90 | 72 | Lave muy bien los tomates, corte en rodajas, ponga en un recipiente y sazone con jugo de limon y sal al gusto. |
| | Limón, crudo | 5 | 2,5 | 5 | 2,5 | 7 | 3,5 | 8 | 4 | 10 | 5 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| LIMONADA | Limón, crudo | 120 | 60 | 120 | 60 | 120 | 60 | 120 | 60 | 120 | 60 | A una jarra con agua exprimir los limones, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| | | | | | | | | | | | | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Panela | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | |

| | MENÚ 25 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| HUEVO EN TORTILLA | Huevo de gallina, entero, crudo | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | 55 | 49,5 | Caliente un sarten con un chorrito de aceite. Bata los huevos e incorpore al sarten precalenteda, deje cocinar a llama muy bajita hasta que los huevos esten listos. |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| GUISADO DE VERDURAS MIXTAS | Habichuela, cruda | 30 | 27 | 35 | 31,5 | 40 | 36 | 50 | 45 | 60 | 54 | Ponga una olla con agua al fuego. Pele, lave y pique la zanahoria en cuadritos; agregue al agua caliente. Cuando este ablandando; lave la habichuela, pique y agregue a la olla, cocine por 5 minutos. Retire las verduras del fuego y escurra el agua. Lave muy bien la cebolla y el tomate, pique en cuadritos y sofria en un poco de aceite; cuando este el guiso, agregue las verduras, y la sal; mezcle bien todos los ingredientes; cocine por 5 minutos mas. |
| | Zanahoria, sin cáscara, cruda | 30 | 25,5 | 35 | 29,75 | 40 | 34 | 50 | 42,5 | 60 | 51 | |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 6 | 2,4 | 7 | 2,8 | 8 | 3,2 | |
| | Tomate, crudo | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 6 | 4,8 | 7 | 5,6 | 8 | 6,4 | |
| NARANJADA | Naranja, cruda | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 57 | 95 | 47,5 | A una jarra con agua exprimir las naranjas, agregar azucar; mezclar y refrigerar. |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

| | MENÚ 26 | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Preescolar | | De 1ro a 3ro | | de 4to a 5to | | De 6to a 9no | | Media y ciclos | | |
| Nombre de la preparación | Nombre Alimento | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
| POLLO APANADO | Pollo, pechuga con piel, cruda | 38 | 35,34 | 44 | 40,92 | 50 | 46,5 | 63 | 58,59 | 50 | 46,5 | Porcionar la pechuga, sazonar con sal y ajo machacado. batir el huevo; pasar la pèchuga por el huevo batido y sellar con la harina. Calentar abundante aceite y freir la pechuga a fuego medio hasta dorar. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 6 | 2,4 | |
| | Tomate, crudo | 2 | 1,6 | 3 | 2,4 | 4 | 3,2 | 5 | 4 | 6 | 4,8 | |
| ARROZ | Arroz blanco, pulido, crudo | 31 | 31 | 36 | 36 | 51 | 51 | 65 | 65 | 76 | 76 | pele, lave, pique la cebolla finamente; sofria en un chorrito de aceite, agregue el agua y deje hervir. Agregar el arroz ya lavado, probar punto de sal y dejar cocinar hasta que seque el agua. Baje el fuego a llama minima, tape y deje cocinar hasta que este listo el arroz. |
| | Cebolla junca, tallos, cruda | 2 | 0,8 | 3 | 1,2 | 4 | 1,6 | 5 | 2 | 5 | 2 | |
| ENSALADA DE ESPINACA CON FRESA, MANGO Y CREMA DE LECHE | Espinaca, cruda | 20 | 12 | 30 | 18 | 30 | 18 | 95 | 57 | 40 | 24 | Lave y desinfecte los vegetales. Pique en tiras muy finas la espinaca. Trocee las fresas y el mango. Incorpore todos los ingredientes y aderece con crema de leche. |
| | Fresa, madura, cruda | 15 | 14,25 | 20 | 19 | 20 | 19 | 30 | 28,5 | 25 | 23,75 | |
| | Mango común, crudo | 15 | 7,5 | 20 | 10 | 20 | 10 | 20 | 10 | 25 | 12,5 | |
| | Crema de leche | 2 | 2 | 3 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 6 | 6 | |
| SORBETE DE BANANO | Banano común, crudo | 86 | 60,2 | 85 | 59,5 | 67 | 46,9 | 86 | 60,2 | 86 | 60,2 | Pele, pique el banano y lleve a la licuadora. Disuelva la leche en polvo en el agua hervida, lleve a la licuadora con el banano y azucar al gusto. Licue muy bien y refrigere. |
| | Leche de vaca, entera, en polvo | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Sal | 0,7 | 0,7 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Ingredientes distribuidos en las demás preparaciones |
| EN LAS PREPARACIONES | Azúcar blanco, granulado | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | |
| EN LAS PREPARACIONES | Aceite de soya | 7 | 7 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 15 | 15 | |

ELABORÓ: ND. LILY YOHANNA MORALES BERMÚDEZ