ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato: *Convenio De Asociación 663 de 2022*

Fecha: 15/08/2023 15 08 2023

Objeto De La Visita: Revisión bodega almacenamiento de grano

Lugar: Hogar San José **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

Cumpliendo con las funciones de la interventoría se realiza revisión a la bodega de almacenamiento de grano del Centro de Promoción y Centro Vida Hogar San José con el ánimo de observar que cuente con los alimentos necesarios para el cumplimiento del servicio de alimentación, se encontraron productos como arveja verde, sal, arroz, spaguetti, harina de trigo, leche entera, azúcar, los cuales estaban en buenas condiciones, eran de marcas reconocidas, las cantidades observadas eran suficientes para el cumplimiento de las raciones, el área se observó limpia y en buenas condiciones.

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	

FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA: Jc Miguel Fajardo R.

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: Darwin Azol

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 002













Registro fotografico 1-6: Se observar la bodega de almacenamiento de grano dentro del Hogar San José.

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato:	*Convenio De Asociación 663 de 2022*
Fecha:	16/08/2023 (16 08 2023)
Objeto De La Visita:	Seguimiento área de cocina
Lugar:	Centro Vida Zincuarco **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

En cumplimiento del Convenio de Asociación # 663 de 2022, la interventoría realizo seguimiento dentro de las instalaciones del Centro Vida Zincuarco con el objetivo de observar el estado en el que se encuentra el área de cocina evidenciando que el área estaba señalizada, los mesones estaban en buen estado y se observaron despejados, los equipos y neveras estaban funcionando adecuadamente, se contaba con el menaje necesario para llevar a cabo la prestación del servicio de alimentación. Dentro de la visita no se encontraron novedades

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	

FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA: _____

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: Sandra Milena Nino

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 023









Registro fotografico 1-4: Se puede observar el area de cocina que conforma el Centro Vida Dinamarca.

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato:	*Convenio De Asociación 663 de 2022*
Fecha: 16/08/2023	16/08/2023
Objeto De La Visita:	Supervisión áreas.
Lugar:	Centro Vida Dinamarca. **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

Cumpliendo con las funciones de la interventoria realizamos supervisión a las áreas que conforman el Centro Vida Dinamarca. evidenciando que las zonas verdes estaban en buenas condiciones, el área contaba con señalización y rutas de evacuación, así mismo había un punto ecologico para las basuras, los consultorios contaban con los materiales y equipos necesarios para el desarrollo de sus actividades, así mismo se encontró una bodega de almacenamiento de aseo la cual contaba con los productos utilizados dentro de la limpieza del Centro.

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	

FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA: _____

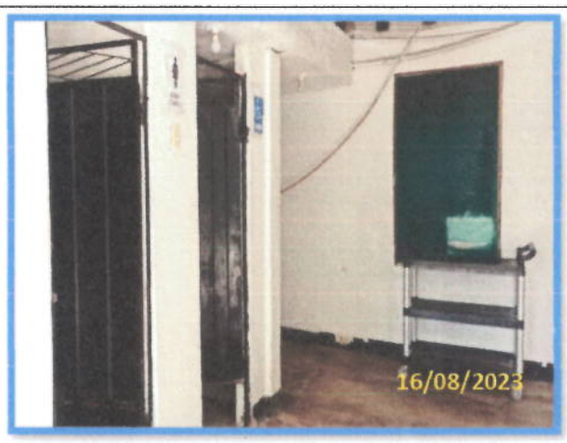
FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: Daruth Aza

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 024













Registro fotografico 1-6: Se puede observar el area internas que conforman el Centro Vida Dinamarca.

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato: *Convenio De Asociación 663 de 2022*

Fecha: 16/08/2023 16/08/2023

Objeto De La Visita: Hallazgo mesón. (área de cocina)

Lugar: Hogar San José **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

La Interventoría del Contrato 749 de 2023 realiza visita técnica al Centro de Promoción y Centro Vida Hogar San José con el fin de observar el estado en el que se encuentra el área de cocina. observamos que las mesones están en mal estado, presentan averiaciones y desprendimiento de concreto lo cual expone al personal auxiliar de cocina a posibles accidentes laborales. Se solicita al contratista tomar las acciones pertinentes en pro de subsanar y/o buscar alternativas que permitan reparar o restaurar dichos mesones.

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*	☐	*REGULAR*	☐	*MALO* ☐
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*	☐	*REGULAR*	☐	*MALO* ☐

FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA: _____

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: _____

TELÉFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

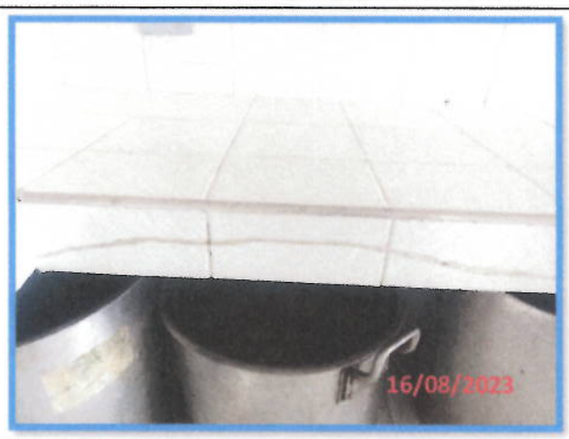
REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 015













Registro fotografico 1-6: Se puede evidenciar el meson del area de cocina del Hogar San José el cual se encuentra en malas condiciones.

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato: *Convenio De Asociación 663 de 2022*

Fecha: 12/08/2023 12 08 2023

Objeto De La Visita: Seguimiento area de enfermería y fisioterapia

Lugar: Centro Vida 2da Alta. **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

Dando cumplimiento con las funciones de la interventoría realizamos seguimiento dentro de las instalaciones del Centro Vida 2da Alta buscando conocer el estado en el que se encuentran las áreas de enfermería y fisioterapia, observando que por parte de enfermería había 1 toldorama, 1 camilla, equipos para toma de signos vitales, botiquín, y demas elementos necesarios para el desarrollo de sus actividades. Por parte de fisioterapia se observaron elipticas, bicicletas, escaladoras y una camineadora las cuales estaban funcionando adecuadamente.

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*	☐	*REGULAR*	☐	*MALO* ☐
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*	☐	*REGULAR*	☐	*MALO* ☐

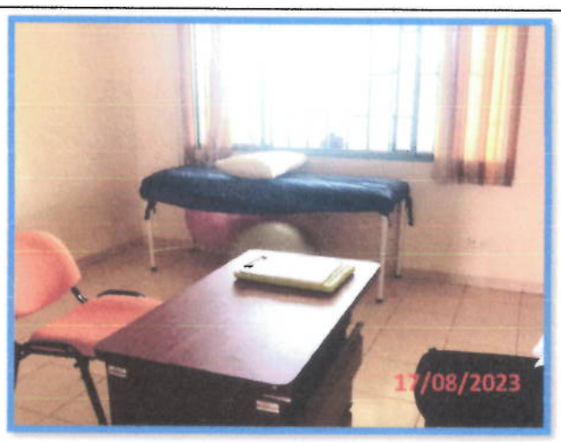
FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA: _____

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: _____

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 026













Registro fotografico 1-6: Se puede evidenciar el area de enfermeria y fisioterapia que conforman el Centro Vida Zona Alta.

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato:	*Convenio De Asociación 663 de 2022*
Fecha: 18/08/2023	18 08 2023
Objeto De La Visita:	Visita pasillos y alrededores
Lugar: Hogar San José	**Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

Dando cumplimiento a las funciones de la interventoría se realiza visita técnica dentro de las instalaciones del Centro de Promoción y Centro Vida Hogar San José con el objetivo de evidenciar que las áreas esten en las condiciones adecuadas para la atención a los adultos mayores, se logró observar que los pasillos estaban aseados, contaban con barandas de acero inoxidable, así mismo se encontro un área de lokers, los lavamanos estaban aseados, el área de juegos estaba funcionando adecuadamente. Es de indicar que se evidenció que las bombillas No estaban en funcionamiento.

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	

FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA:

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA:

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 027













Registro fotografico 1-6: Se puede observar los pasillos y demas alrededores que conforman el Hogar San José.

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 07





Registro fotografico 7-8: Se puede observar los pasillos y demas alrededores que conforman el Hogar San José.

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato: *Convenio De Asociación 663 de 2022*

Fecha: 19/08/2023 19/08/2023

Objeto De La Visita: Revisión bombillos

Lugar: Hogar San José **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

En recorrido por las instalaciones del centro de formación y centro vida Hogar San José se verificó el plan de mejora establecido en la red eléctrica y/o iluminación en las áreas de comedor, habitaciones y áreas administrativas evidenciando que se reemplazaron los bombillos quemados y los que no estaban en funcionamiento mejorando las condiciones del centro y permitiendo que tanto el personal como los adultos puedan contar con espacios en condiciones apropiadas

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	

FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA:

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: Alexandra Serna

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 028













Registro fotografico 1-6: Se puede evidenciar que el area de comedor y las habitaciones cuentan con los respectivos arreglos en los bombillos.

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato: *Convenio De Asociación 663 de 2022*

Fecha: 21/08/2023 21/08/2023

Objeto De La Visita: Supervision bodega grano.

Lugar: Centro Vida Zona Alta **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

En aras de dar complimiento a las funciones de la interventoria realizamos supervision dentro de las instalaciones del centro vida zona Alta con el objetivo de verificar que el área de almacenamiento de grano cuente con las productos suficientes para dar cumplimiento al servicio de alimentacion se lograron observar los siguientes articulos: arroz, aceite, sal, azucar, chocolate, café, harina de trigo, leche entera, harina de maiz, cuchuco de trigo, arveja verde, panela y demás alimentos que manejaba la minuta patron de esa semana

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO* ☐	*REGULAR* ☐	*MALO* ☐
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO* ☐	*REGULAR* ☐	*MALO* ☐

FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA: _____

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: Darwin Aza

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 029













Registro fotografico 1-6: Se puede evidenciar la bodega de almacenamiento de grano del Centro Vida Zona Alta.

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato:	*Convenio De Asociación 663 de 2022*
Fecha: 22/08/2023	DD/MM/2023
Objeto De La Visita:	Visita áreas
Lugar:	Centro Vida Zona Alta **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

Cumpliendo con las funciones de la interventoría realizamos visita técnica dentro de las instalaciones del Centro Vida Zona Alta con el objetivo de observar el estado en que se encuentran las áreas y demás alrededores del centro Vida, se logro evidenciar que las casillas estaban aseadas y contaban con área de descanso, así mismo el área de comedor se observó organizada y con el mobiliario necesario, se evidenció toda el área señalizada y con rutas de evacuación, había camilla y botiquín de primeros auxilios

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	

FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA: _____

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: _____

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 030













Registro fotografico 1-6: Se puede evidenciar las areas internas que conforman el Centro Vida Zona Alta.

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato: *Convenio De Asociación 663 de 2022*

Fecha: 23/08/2023 23/08/2023

Objeto De La Visita: Revisión área de cocina

Lugar: Centro Vida Zona Alta **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

Dando cumplimiento a las funciones de la interventoría realizamos revisión a las instalaciones que conforman el Centro Vida Zona Alta con el animo de verificar que estén en las condiciones necesarias para garantizar una buena prestación del servicio. Se revisó el área de cocina donde se encontraron 2 congeladores y 1 nevera las cuales estaban en optimas condiciones, se evidenciaron las alacenas organizadas, rotuladas y con los alimentos necesarios para dar cumplimiento al servicio de alimentación las ollas, sartenes y mesones se observaron desinfectadas y en buen estado

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	BUENO ☐	REGULAR ☐	MALO ☐
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	BUENO ☐	REGULAR ☐	MALO ☐

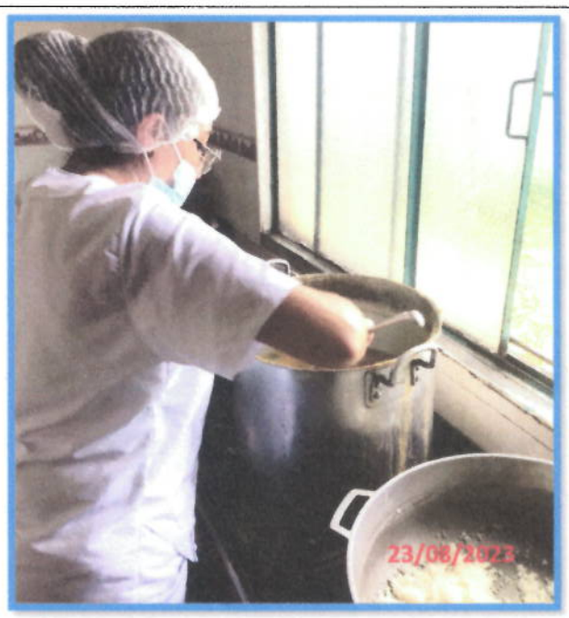
FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA: _____

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: Sandra Nariño

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 031









Registro fotografico 1-4: Se puede evidenciar el area de cocina del Centro Vida Zona Alta.

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato: *Convenio De Asociación 663 de 2022*

Fecha: 24/08/2023 24 08 2023

Objeto De La Visita: Verificacion del Almuerzo (Pesaje)

Lugar: Hogar San Jose **Hora De La Visita:** 11:30am

OBSERVACIONES

La interventoria del contrato 749 del 2023 realiza el Seguimiento en las instalaciones del centro de vida Hogar san Jose, donde Pudimos evidenciar el cumplimiento en el servicio de alimentacion, Se reviso la racion del almuerzo el cual correspondia a Garbanzo con callo (370gr), Pechuga a la plancha (47gr), Arroz blanco (134gr), Yuca al vapor (68gr), ensalada con aguacate (65gr) y jugo de lulo (257gr) dandose cumplimiento con la minuta del dia.
La hora de entrega fue la adecuada tanto para los de Paladeo como para los funcionarios.

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*		*REGULAR*		*MALO*	

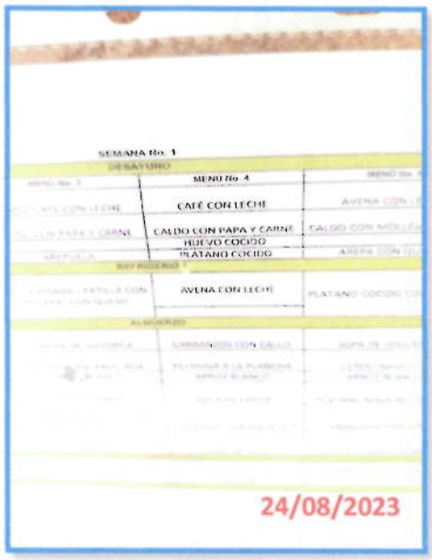
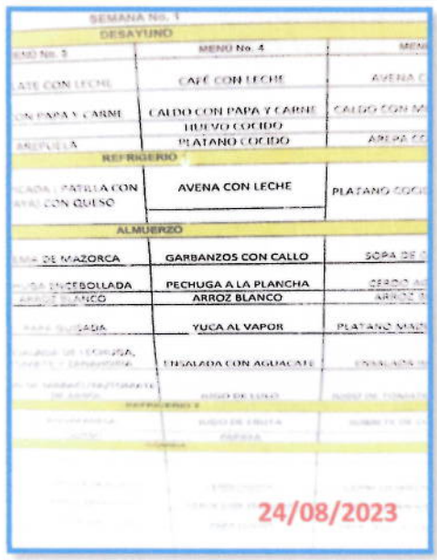
FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA: Ing Miguel Figueroa

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA: Daniela Arias

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

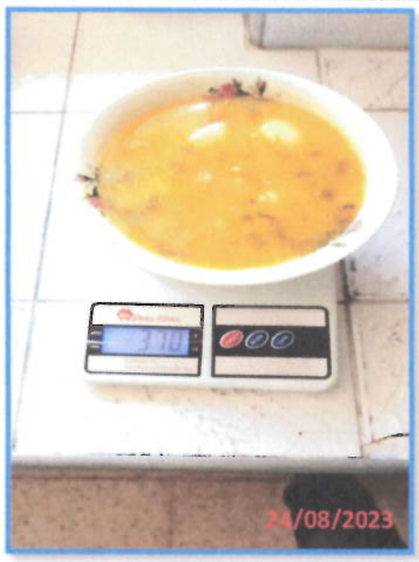
ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 002

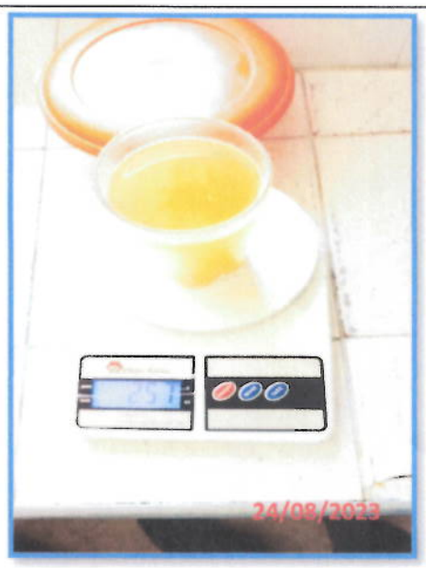
<table>
<tr>
<td>
</td>
<td>
</td>
</tr>
<tr>
<td>
</td>
<td>
</td>
</tr>
</table>

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com


24/08/2023


24/08/2023


24/08/2023


24/08/2023









Registro fotografico 1-12: Se puede observar el servido del plato antes del consumo y el gramaje de cada racion en el hogar San Jose.

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

ACTA DE VISITA INTERVENTORIA 749 DE 2023

Contrato: *Convenio De Asociación 663 de 2022*

Fecha: 25/08/2023 25 08 2023

Objeto De La Visita: Seguimiento neveras y área de cocina

Lugar: Hogar San José **Hora De La Visita:**

OBSERVACIONES

En aras de dar cumplimiento a las funciones de la interventoría se lleva a cabo seguimiento a las áreas del Hogar San José con el fin de garantizar que el área de cocina este funcionando adecuadamente, se pudo observar que habían 3 congeladores, 1 nevera y 1 nevecón, algunos de ellos contaban con equipo de control de temperatura, los equipos estaban en buen estado y se observaron aseados. Por otra parte los mesones se encontraron despejados y desinfectados. Cabe anotar que el centro cuenta con áreas restringidas y de uso exclusivo del personal.

ESTADO DE LAS INSTALACIONES FISICAS:	*BUENO*	☐	*REGULAR*	☐	*MALO* ☐
ESTADO DE LOS ELEMENTOS EMPLEADOS:	*BUENO*	☐	*REGULAR*	☐	*MALO* ☐

FIRMA DE QUIEN ATIENDE LA VISITA:

FIRMA DEL GENERADOR DE LA VISITA:

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

REGISTRO FOTOGRAFICO ACTA N° 033













Registro fotografico 1-6: Se evidencia las neveras y demas elementos que conforman el area de cocina del Hogar San José.

ANEXO 6: OFICIOS Y PLANES DE MEJORAMIENTO

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

Acacias, Julio 28 de 2023 INTER 749 AV- 001

Señora:
MARGARITA PARRA MOTTA
R/L **CORPORACION UN MAÑANA MEJOR**
Ciudad.

ASUNTO: Delegación Interventoría al Convenio Asociación No. 663 de 2022.

De manera atenta me dirijo a ustedes para comunicarles que hemos sido designados mediante el Contrato de Interventoría 749 de 2023 cuyo objeto es INTERVENTORÍA TÉCNICA, ADMINISTRATIVA, FINANCIERA, JURIDICA Y CONTABLE AL CONVENIO CUYO OBJETO ES: "SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS", suscritos entre el Municipio de Acacias y la Corporación Un Mañana Mejor, esta Interventoría inicia sus actividades a partir del día 28 de Julio de 2023. Fecha en que se suscribió el acta de inicio.

A continuación, relaciono personal que labora para esta interventoría:

ITEM	DESCRIPCIÓN	NOMBRE	CARGO
A	PERSONAL PROFESIONAL		
1	Profesional en áreas de la salud	SONIA PATRICIA AMAYA AMAYA	Director Interventoría
2	Profesional en áreas administrativas	MARTHA ROCIO ARIZA HERRERA	Profesional administrativo
	Profesional en nutrición	SANDRA MILENA NIÑO AMAYA	Profesional nutricionista
4	Técnico de campo	ERIKA ALEXANDRA SIERRA ARIZA	Técnico de Campo
5	Técnico de campo	DARWIN GERMAN AZA ARIZA	Técnico de Campo

Para efectos de notificación: **Dirección correspondencia**: Calle 48 # 30-33 apto 102 Villavicencio -Meta
Celular: 3102179384 **Email**: adriana.interventora@gmail.com

Cordialmente,

ADRIANA MARIA VERA MONROY
Contrato Interventoría No. 749 de 2023

Eliana Martinez
28/07/23.
10:02am

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

Acacias, Julio 31 de 2023

INTER 749 AV- 002

Señora:
MARGARITA PARRA MOTTA
R/L CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
Ciudad.

Cordial saludo.

Por medio de la presente, con el fin de dar cumplimiento a las obligaciones pactadas en el Convenio de Asociación 663 de 2022, solicito a usted se sirva llegar a esta oficina, listado actualizado de los usuarios pertenecientes al Centro Vida Hogar San José, Centro de Promoción Hogar San José, Centro Vida Zona Alta y Centro Vida Dinamarca donde se especifique modalidad en la que se encuentra, edad, número de identificación, dirección, número de teléfono y nombre de referente.

Todo a vez de hacer seguimiento de beneficiarios de programa, adjunto a ellos se solicita que esta información sea verificada por el profesional encargado de la aceptación de usuarios al programa de adulto mayor.

Agradezco su atención.

Cordialmente,

ADRIANA MARIA VERA MONROY
Contrato Interventoría No. 749 de 2023

Eliana Martinez
31/07/23

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

Acacias agosto 05 de 2023

Recibido 05 Agosto
Erika Av129.

Doctora
ADRIANA MARIA VERA MONROY
Interventoría

Asunto: Respuesta Solicitud listado de usuarios

Cordial saludo,
Por medio de la presente, dando respuesta al listado actualizado de los usuarios pertenecientes al Centro Vida Hogar san José, centro de promoción Social Hogar San José, Centro Vida Zona Alta y Centro vida Dinamarca, envío donde se especifica la modalidad en la que se encuentra, edad, número de identificación, dirección, número de teléfono y nombre del referente.

Para lo anterior adjunto documento

Atentamente

Margarita Parra Motta
R/L Corporación un Mañana Mejor

Proyectó: Psic. Nury Fuentes García
Directora Centro de Promoción y Centro Vida Hogar

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

ALCALDÍA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 683 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS"

DIRECTORIO TELEFONICO ADULTOS MAYORES MODALIDAD INTERNOS AÑO 2023

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	GENERO	NOMBRE REFERENTE	PARENTESCO	NUMERO DE CONTACTO
1	ADAN GAITAN ROMERO	3.270.031	30/01/1940	82	M	LUZ MARINA CORREDOR	SOBRINA	3002985666
						YANETH GUTIERREZ	AMIGA	3153447223
2	ALVARO BUSTOS	3.264.400		85	M	MARTHA SANCHEZ	AMIGA	3124448900
3	ANGELMIRO ZAMBRANO	4.921.361	17/08/1945	77	M	MARINA	SOBRINA	3123858422
4	ANGEL ALBERTO MANCERA BELTRAN	1.072.494.796	7/09/1943	79	M	PATRICIA	SOBRINA	3145856299
5	BERNABE ALBA	489.822	11/06/1930	92	M	GONZALO QUINTANA	SOBRINO	3125375477
						ESTELLA/	AMIGA	3106994205
						EUGENIA	SOBRINA	3143301696
						ALSA ALBA	SOBRINA	3172934646
						TERESA ESCAMILLA	AMIGA	3138764611
6	BERNABE PIÑEROS DAZA	3.271.381	27/02/1945	77	M	CAROLINA PIÑEROS	SOBRINA	3045898484
						OLIVIA PIÑEROS	SOBRINA	3209281901
7	CARLINA BUITRAGO DE CARVAJAL	24.871.402	4/02/1934	88	F	GRICELDA CARVAJAL	HIJA	3228959660
						WILLIAM BUITRAGO	NIETO	3045289251
8	CARLOS ALBERTO LINARES	3.289.902	20/10/1942	79	M	PAOLA VIVA	AMIGA	3504293161
9	CARLOS JULIO GONZALEZ	2.249.053	31/12/1930	91	M	CINDY VIVIANA	AMIGA	3115287468
						MARIELA	AMIGA	3142520106
10	CEFERINO MALAGON PINZON	483.991	27/12/1939	82	M	BLANCA MALAGON	SOBRINA	3204293594
						CARLOS MUÑOZ	SOBRINO	3208593772
						RICARDO MUÑOZ	AMIGO	3125128666
11	COSME PEREZ REY	3.271.798	13/05/1950	72	M	HERNANDO REY	HERMANO	3124939935
12	CUSTODIO CELIS BASTOS	1.122.118.852	21/03/1949	73	M	ROSA ACOSTA	AMIGA	3108057477
13	DUMAR AGUDELO ROJAS	17.353.570	9/02/1964	59	M	HECTOR	AMIGO	3112466997
						GLORIA	AMIGA	3112059369
						FLORALBA	AMIGA	3133963865
14	EDUARDO CAMACHO SILVA	472.119	31/10/1934	87	M	MARIA MARTINEZ	AMIGA	3134975053
						LUIS RAMIREZ	AMIGO	3132856322
						JOSE GREGORIO	EXCUÑADO	3164975421
15	EXABANERJI VELASQUEZ PEREZ	17.350.635	5/12/1942	79	M	RUBIELA GALEANO	SOBRINA	3123930515 / 3214934966
16	FELIX ROSENDO REY CESPEDES	470.099	14/01/1930	92	M	BERTILDA REY	SOBRINA	3112618923
17	GUILLERMO ANTONIO CORTEZ	19.207.413	3/04/1953	70	M	CECILIA ROMERO	TIA	3175690394
18	GILBERTO FORERO VARGAS	5.882.712	9/01/1952	71	M	CARLOS VERA	HIJASTRO	3107339484
19	HECTOR MARIA GONZALEZ				M			
20	HERNANDO GARCIA TAPIERO	14.226.156	22/11/1957	64	M	ANA ROSA GARCIA	HERMANA	3123562580
						HECTOR	CUÑADO	3126819912
21	HILARION HERNANDEZ	1.007.273	20/06/1939	83	M	HILARION HERNANDEZ	PROPIO	3213732385
						JAIME HERNANDEZ	SOBRINO	3124716399
22	HORACIO NEIZA DIAZ	80.277.112	1/12/1947	75	M	MARIA MERLO	AMIGA	3152400492
23	ISABEL CALDERON AYALA	21.172.005	10/04/1927	95	F	BLANCA CALDERON	SOBRINA	3143308351
24	ISRAEL ANTONIO SALINAS	3.271.335	1/04/1948	74	M	JUAN ROZO SALINAS	SOBRINO	3112270813
						DANIEL SALINAS	HIJO	3185428729
25	ISIDORO PEREZ	3.269.098	10/05/1938	84	M	SUSANA PEREZ	HERMANA	3108140160
						LISBET SANCHEZ	SOBRINA	3215690073
26	JAIME GIRON	2.841.331	5/02/1939	83	M	ARACELY GIRON	SOBRINA	3208798783
						VERONICA CASTRO	AMIGA	3203059835
27	JOSE GREGORIO GUTIERREZ RIAÑO	17.308.994	29/12/1951	70	M	MERCEDES GUTIERREZ	HERMANA	3112258310
						YENY ORJUELA	SOBRINA	3112344814
28	JOSE IGNACIO ZARTA CORTEZ	5.982.210	9/12/1946	76	M	RICARDO ZARTA	HERMANO	3115873755
						JACINTO ZARTA	HERMANO	3124337061
						GREGORIO ZARTA	HERMANO	3133101465
29	JOSE DEL CARMEN GUISA	2.064.331	17/02/1941	81	M	MARLENE	HIJA	3133206275
						PROPIO	PROPIO	3142435705
30	JOSE DEL CARMEN LA TORRE	17.101.155	9/02/1944	79	M	JOSE	PROPIO	3123758595
						ROSALBA LA TORRE	HERMANA	3142595590/3102986016
31	JOSE TOBIAS AGUDELO	17.301.937	21/07/2022	74	M	LIZETH AGUEDELO	SOBRINA	3138646129
32	JOSE TARCISIO MENESES	5.203.373	9/10/1944	77	M	MANUEL PEREZ	AMIGO	3229460336

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

ALCALDÍA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 683 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS"

DIRECTORIO TELEFONICO ADULTOS MAYORES MODALIDAD INTERNOS AÑO 2023

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	GENERO	NOMBRE REFERENTE	PARENTESCO	NUMERO DE CONTACTO
33	JOSE TULIO SOTELO SASTRE	459.109	1/01/1933	89	M	DORIS	SOBRINO	3118026121
34	JOSE MANUEL GONZALEZ	7.807.048	3/02/1950	72	M	ARACELLY	AMIGA	3143023947
35	JOSE RAMON GARCIA	2.272.801	2/11/1939	82	M	ISABEL DE GUTIERREZ	AMIGA	3167415420
36	JOSE ROOSEVELT ROJAS HERRERA	3.270.732	2/08/1946	76	M	ROSA ROJAS	HERMANA	3142002121/3104867781
37	JOSE SIERVO JIMENEZ	4.067.015	7/06/1938	84	M	FLOR JIMENEZ	HERMANA	3112127638
						ALBA SOLOZA	AMIGA	3123368030
						LIBIA	AMIGA	3507803779
38	JOSE ALVARO CASTAÑEDA GOMEZ	3.113.031	4/09/1938	83	M	MONICA LUQUE	AMIGA	3105679653
39	JOSE VICENTE MARROQUIN	17.415.899	20/06/1940	82	M	ELVIA	AMIGA	3102024463
40	JUAN DE JESUS CUADROS	5.541.600	28/05/1936	86	M	LINDELIA PEREZ	AMIGO	3165632670
						HERMES ESCOBAR	AMIGO	3175341685
41	JUAN BAUTISTA HERNANDEZ ACERO	371.171	4/08/1940	82	M	DORIEL	HERMANA	3124068033
42	JULIETA CABEZA	20.332.205	19/06/1930	93	F	JAVIER RUIZ	SOBRINO	3166245499 / 3026236808
						LEONOR	CUÑADA	3204281358
43	LUIS ALBERTO NAUSA GOMEZ	3.271.104	15/12/1945	76	M	MARIA GUATIBONZA	AMIGA	3142063483
						LUIS NAUSA	PROPIO	3214982993
						FERMIN	AMIGO	3123330953
						MISAEL GONZALEZ	AMIGO	3125229383
44	LUIS ALBERTO QUINTERO	3.296.350	20/08/1948	74	M	MIRIAN	HIJA	3115121051
						PROPIO		3222904758
45	LUIS ARQUIMEDEZ MONTAÑEZ LOPEZ	3.294.354	26/03/1941	81	M	MAURICIO MONTAÑEZ	SOBRINO	3107867364
						CONSUELO MONTAÑEZ	HIJA	3142253904
46	LUIS EDUARDO GONZALEZ	3.268.767	8/09/1934	88	M	LUZ MARINA ALDANA	SOBRINA	3115778048
						CLIMACO GONZALEZ	PRIMO	313890216
47	LUIS ENRIQUE BAQUERO MORENO	3.269.677	8/12/1939	82	M	ANA FELISA	SOBRINA	3134781091
						ELVIRA PARRADO	VECINA	3102035684
48	LUIS ENRIQUE MENDOZA	12.455.285	12/08/1943	79	M	YAKELINE	SOBRINA	3137524292/3114809051
49	LUIS EDUARDO DAZA ROMERO	17.412.779	7/05/1963	59	M	LUIS DAZA	PROPIO	3208578560
50	LUIS FELIPE ACEVEDO	1.079.670	7/12/1965	57	M	EVANGELINA ACEVEDO		3107603211
						FERNANDO GACHA	HERMANO	3219545138
						SORAIDA	CUÑADA	3133311140
						GUILLERMINA	AMIGA	3118263844
51	LUIS HUMBERTO VARGAS	19.168.541	18/11/1949	72	M	EDUARDO MENDIETA	AMIGO	3212746322
52	LUZ AMPARO TORRES	42.083.774	5/01/1964	59	F	DORALBA BONILLA	HERMANA	3138514927
						KATHERINE BONILLA	SOBRINA	3102987356
53	MARIA ELVIRA TOVAR	20.167.266	25/06/1936	86	F	YANETH AMORTEGUI	SOBRINA	3228886022
54	MARINA MARTINEZ	28.845.970	4/08/1937	85	F	DORIS	AMIGA	3208578847
55	MARCO AURELIO SANTANA CORTES	482.704	26/03/1928	94	M	MILENA SANTANA	SOBRINA	3118111559
						RODOLFO SANTANA	SOBRINO	3114637604
						FERNANDO SANTANA	SOBRINO	3192664144
56	MARCO AURELIO TIRADO	3.283.435	9/05/1946	76	M	JOSE ORTIZ	AMIGO	3193152994
						PROPIO	PROPIO	3203251941
57	MARIA DIOSELINA CELIS	21.175.414	29/04/1950	72	F	SHIRLEY CELIS	SOBRINA	3106504481
						ABIGAIL CELIS	HERMANA	3138491126
58	MARIA BUITRAGO	21.171.207	3/01/1938	84	F	LUIS BUITRAGO	NIETO	3133774818
						YESICA MARTINEZ	AMIGA	3132661861
59	MARIA INES MOLINA PINZON	20.038.096	1/12/1927	94	F	JOSE ZAMBRANO	AMIGO	NF
60	MARIA VIANEY CASTRO AVILES	26.611.648	9/09/1953	69	F	NELSON CASTRO	HERMANO	3106870547
						ROBERTO CASTRO	HERMANO	3133071606
						GERARDO GONZALEZ	AMIGO	3125915553
61	MARTHA LUCIA BOTACHE	40.431.541	1/11/1956	65	F	EVIDALIA BOTACHE	HIJA CRIANZA	3123122877
62	MIGUEL ANGEL VARGAS	2.981.212	31/12/1935	87	M	LEONARDO MARTINEZ	AMIGO	3108637577
						GRACIELA MUÑOZ	AMIGA	3112600282

ALCALDÍA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS"

DIRECTORIO TELEFONICO ADULTOS MAYORES MODALIDAD INTERNOS AÑO 2023

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	GENERO	NOMBRE REFERENTE	PARENTESCO	NUMERO DE CONTACTO
63	NOEL NORATO RODRIGUEZ	2.148.263	3/04/1936	86	M	MARAGARITA NORATO	SOBRINA	3217772703
64	NUBIA ESTELA SANDOVAL	21.176.583	27/11/1962	60	F	NF	NF	NF
65	PEDRO ANTONIO RIVEROS	3.269.084	29/06/1937	85	M	BLANCA HYDALI	SOBRINA	3106195560
						NILCE ROJAS	SOBRINA	3506206743
66	PEDRO CARLOS AREVALO RODRIGUEZ	19.308.500	9/08/1958	64	M	PROPIO		3208547406
67	SIXTO ROJAS	307.292	22/12/1937	85	M	PROPIO		3143661549
68	SOLEDAD BAQUERO ROMERO	20.544.901	10/01/1935	87	F	ROSA BAQUERO	SOBRINA	3116827628
						ADELA BAQUERO	SOBRINA	3228584482
						JESUS BAQUERO	SOBRINO	3112954412

ALCALDÍA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS"

DIRECTORIO TELEFONICO ADULTOS MAYORES MODALIDAD EXTERNOS AÑO 2023

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	DIRECCION	GENERO	EDAD	NOMBRE REFERENTE	TELEFONO - CELULAR
1	ADELA MONTES VDA DE VARON	28.953.532	CL. 17 # 4-65 B/POPULAR	F	79	ALBA MURCIA HIJA	3218213959 - 312 4210416
2	ALVARO PEREZ REY	484.157	CLL 11 # 20-03	M	92	ANA PATRICIA ALVAREZ - NUERA	3214512425
3	ALVARO RAMIREZ	19.184.276	MANZANA D CASA 5	M	70	VIVIANA RAMIREZ HIJA	3132265495
						ROSALBA	3133294218
4	ALVARO FORERO FRANCO	8.235.871	CALLE 15 # 31-76	M	80	PROPIO	3219797026
						MARIA (HIJA)	3146124782
5	ALFONSO RUEDA BRICEÑO	3.269.874	CR. 11 # 12-35 B/JUAN MELLAO	M	83	ERIKA RUEDA	3222187314 - 3132199225
						ORLANDO HIJO	3102790098
6	ANA CECILIA HERRERA VELASQUEZ	20.850.126	CL. 15 # 14-39 B/CENTRO	F	97	IRMA DIAZ (SOBRINA)	3133611125
						PABLO AGUILERA	3118577607
7	ANANIAS MENDEZ	191.716	CLL 15 # 27/35 B.	M	79	WILSON MENDEZ	3124022328
8	ANTONIO RODRIGUEZ RODRIGUEZ	17.012.033	CL. 13 # 27 - 59 B/ SAN JOSE	M	82	ANDREA RODRIGUEZ (HIJA)	3214372224
						JOANA RODRIGUEZ HIJA	3166328705- 3002643622
9	AGUSTIN BELTRAN BELTRAN	6.093.758	CRA 21 # 13-45 B/ COOPERATIVO	M	79	XIMENA (NIETA)	3007031709
10	AGUSTO DE JESUS SANCHEZ	1.625.863	CLL. 18 B # 11-40 B/ VILLA TERESA	M	74	HILDA (ESPOSA)	3193283240
						AGUSTO (HIJO)	3197401344
11	BENEDICTA CALDERON RUIZ	41.641.700	CL. 12 CON CALLEJON B/JUAN MELLAO	F	78	SONIA CASTRO (AMIGA)	3113128577
12	CARLOS JULIO HERNANDEZ	469.162	CLL 16 # 17/54 B. CENTRO	M	97	MARCELA HERNANDEZ (SOBRINA)	3214021783
						PAOLA HERNANDEZ	3214921783
13	CARLOS EDUARDO SIMBAQUEBA	2.842.948	CRA 40 # 10 G - 25 NUEVA VICTORIA	M	78	INGRID (HIJA)	3213703540
						KAREN (NIETA)	3222024170
14	CARMEN SANABRIA	21.173.308	MZ A CASA 16 B/EL TREBOL 1	F	76	LUIS (ESPOSO)	3174843473
						SORAIDA (HIJA)	3208933865
15	CESAREO RIVAS ALCALI	5.920.628	MZ 4 CASA 35 B/BALCONES DE SAN DIEGO	M	72	PROPIO	3142880687
						PAOLA ANDREA RIVAS HIJA	3202009700
						EDWAR ALISCASTRO	3209313793
16	CLEOFE ELISA JARA	21.172.787	CRA. 11 # 12-40 B/ JUAN MELLAO	F	75	RODRIGO GARCIA (HIJO)	3132266552
17	EDGAR IVAN GUTIERREZ	8.195.098	CRA 45C. # 18-63 B. CIMARRON	M	62	PROPIO	3123754468
						ESPERANZA HERMANA	3152980180
18	ELIECER RODRIGUEZ	17.621.230	CR. 35 # 6 - 51 B/INDEPENDENCIA	M	79	BARBARA ROJAS (HIJASTRA)	3108519663 -3162912905
19	ELPIDIO GONZALEZ	17.290.283	CR. 29B # 14 -09 B/LAS VIOLETAS	M	79	RICARDO GONZALEZ (HIJO)	3108024792
						PROPIO	3123736869

ALCALDÍA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS"

DIRECTORIO TELEFONICO ADULTOS MAYORES MODALIDAD EXTERNOS AÑO 2023

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	DIRECCION	GENERO	EDAD	NOMBRE REFERENTE	TELEFONO - CELULAR
20	ESTEBAN QUEVEDO DIAZ	2.982.117	CALLE 14 # 11/06 JUAN MELLAO	M	79	AGUEDA QUEVEDO	3124098595
						SOBRINA	3123442757
21	EULOGIO GIL APONTE	6.745.866	CRA. 16 # 17 -45 B/SAN CRISTOBAL	M	79	ARNULFO GIL (SOBRINO)	3158187511
						ANYELA NUERA	3138900423
22	FEDERICO PINZON RIAÑO	444.973	CR. 16 # 17 - 42 B/SAN CRISTOBAL	M	85	FEDERICO PINZON	3125914083
						FLOR PINZON (HIJA)	3115162483 / 3125171378
						MIRIAM PINZON (HIJA)	3222811568
23	FELIX HONORIO CARRILLO	3.286.150	CALLE 19 # 19/77	M	83	ANA VELASQUEZ (AMIGA)	3208765671
24	GABRIEL BAQUERO MORALES	17.303.810	MZ. E CASA # 2 B/ EL TREBOL 1	M	75	INES LOMBANA	3212005702
						CLAUDIA LOMBANA	3104784855
25	GREGORIO DUARTE RIOS	5.755.344	CALLE 20 # 11/05 B. VILLA TERESA	M	71	ARACELY MUÑOZ (PAREJA)	3118007460/ 3204426569
26	GUILLERMINA MALDONADO	40.428.885	CRA 37 No. 7/64 INDEPENDENCIA	F	70	JAIME SIERRA	3223401622 / 3227668414
27	HECTOR ENRIQUE GAMEZ	19.354.162	CL. 17 # 17a - 22 B/ MANCERA	M	65	FLOR GAMEZ (HIJA)	3118182812 /3202785220
28	HECTOR LANDINEZ PARDO	17.347.282	CRA 17A # 10-35	M	71	PROPIO	3124113120
29	HERNANDO MARTINEZ CAVIELES	4.893.184	CR. 17 # 14 - 71 B/ SAN CRISTOBAL	M	80	NORBERTO PEÑA	3152237384/ 3232376699
						HERNANDO MARTINEZ	3165634680
						MARIA CRISTINA MARTINEZ (HIJA)	3163996761
30	JAIME SIERRA	4.083.103	CRA 37 No. 7/64 INDEPENDENCIA	M	64	GUILLERMINA MALDONADO	3223401622 / 3227668414
31	JAIRO GUTIERREZ	3.298.364	CRA 13 No 11-40 JUAN MELLAO	M	75	LUIS GUTIERREZ (SOBRINO)	3114498400 / 3133894822
32	JESUS ANTONIO REYES LOMBANA	3.270.193	CRA 30 # 16-26 B/ LA PRADERA	M	80	PROPIO	3133369982
						NAYIBER (HIJA)	3202921687
						ALBEIRO REYES	3202348659
33	JINNA MARGOT AMAYA	21.223.678	CR 34 # 10 B-18 B. SAMAN	F	74	EDGAR ROLDAN	3103146343
						LUISA ROLDAN	3173104621
34	JOSE HERNANDO LADINO	3.272.737	CARRERA 36 A # 7-40	M	68	ALDEMAR HIJO	3136028857
35	JOSE ANTONIO CASAS	17.305.031	CALLE 16 # 28/11	M	72	NICOLAS CASAS - SOBRINO	3123279707
						LEONEL LEON CASAS	3232101487
36	JOSE IGNACIO CARRILLO	17.410.951	TORRE 6 APTO 101 CIUDADELA VERDE	M	69	SANDRA PATRICIA CARRILLO - HIJA	3125333015
						GERMAN YERNO	3143860543
37	JOSE REMIGIO SARMIENTO	3.297.270	CR. 13 # 11 - 92 B/ JUAN MELLAO	M	72	JOSUE EPAMINDONAS (AMIGO)	3144420022
38	JOSE UBALDO CONTENTO	3.269.401	CRA 12 # 14/24 B. LAS VEGAS	M	84	SORLEY MENDOZA (AMIGA	3124532793-3143687159
						OLGA MENDOZA	3133690815

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

ALCALDÍA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS"

DIRECTORIO TELEFONICO ADULTOS MAYORES MODALIDAD EXTERNOS AÑO 2023

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	DIRECCION	GENERO	EDAD	NOMBRE REFERENTE	TELEFONO - CELULAR
39	JOSE FERNANDO PACHON GUERRERO	3.293.431	CR. 46 # 16 - 50 B/ LAS COLINAS	M	77	PROPIO	3213823908
						LUZ MARINA PACHON (HERMANA)	3107843763
40	JOSE FERNANDO FAJARDO ALDANA	3.270.641	CRA 26 # 13/84 B. SAN JOSE	M	76	LORENA CALDERON (AHIJADA)	3143195895
						FLOR FAJARDO	3212667065
41	JOSE IGNACIO PARRADO	3.270.279	CL. 19b # 12a - 09 B/ VILLA TEREZA	M	78	LILIA PARRADO (HERMANA)	3132205326
						LORENA	3103261291
						YENNY	3124021723
42	JOSE LAZARO VARGAS	19.141.788	CRA 35 # 6-35 B. INDEPENDENCIA	M	74	AMIGO	3162912905
43	JOSE ALVARO SANABRIA	3.271.522	MZ D CASA 13 B. EL TREBOL	M	79	CUÑADO	3174843473
						PROPIO	3182302116
44	JOSE VICENTE CRUZ	2.064.327	CRA. 35 # 18 - 19 B/ INDEPENDENCIA	M	79	JOSE CRUZ (HIJO)	3114809051
						CARMEN CRUZ HIJA	3115076656
45	JUAN PABLO RIAÑO GUZMAN	19.367.457	CRA 12 # 13-03 B/ JUAN MELLAO	M	64	PROPIO	3214112870
						EMMA MENDOZA (AMIGA)	3125697786
46	LEONILA FLORES	21.202.289	CRA 31 A # 9 A - 42 B. PANORAMA	F	78	ANA ELSY ROJAS	3133064673
						PROPIO	3133262824
47	LEOVIGILDO CASTRO	371.714	CL. 18 # 4 - 50 B/ POPULAR	M	77	SONIA CASTRO	3144833709
48	LUIS ENRIQUE CARDENAS ROMERO	1.916.881	CRA 5#18-43 B.POPULAR	M	71	MONICA CARDENAS (SOBRINA)	3213861061
49	LIBARDO PERILLA ROJAS	3.292.030	CALLE 14 A No 34-64 B/SAN JOSE	M	77	PAOLA PERRILLA (HIJA)	3108752763
						ALEXANDRA HIJA	3106952388
50	LUIS AQUINO MOLINA	17.314.205	MZ A CASA 16 B/EL TREBOL 1	M	70	CARMEN (ESPOSA)	3182302116
51	LUIS ANTONIO BERMUDEZ ALDANA	320.698	CR. 15 # 15a - 25 B/ EL CENTRO	M	90	CENAIDA MAHECHA	3107665516
						PROPIO	3132496119
52	LUIS MARIA CUELLAR ROBLES	3.285.089	CLL 1 CASA 1 V.EL DIAMANTE	M	92	ARELY (VECINA)	3112757547
						GLORIA (VECINA)	321 2252333
53	LUIS VICENTE FONTECHA	17.047.746	CALLE 15 # 12A/20	M	82	LUIS FONTEHA (HIJO)	3202867276
						EDWIN FONTECHA	3112767238
54	LUNIO PARRA MARINEZ	4.913.637	CRA 30B # 17-61 B. ASOCIACION DE AMIGOS	M	71	MIRLEN	3168109570
						PROPIO	3133427042

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

ALCALDÍA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS"

DIRECTORIO TELEFONICO ADULTOS MAYORES MODALIDAD EXTERNOS AÑO 2023

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	DIRECCION	GENERO	EDAD	NOMBRE REFERENTE	TELEFONO - CELULAR
55	MARIA URANIA PEREZ ROMERO	21.171.895	CLL 12 #27-25 B. CENTRO	F	79	MIRIAN (CUÑADA)	3108158492
56	MARIO VITELIO TELLEZ TELLEZ	17.410.047	DIG 15 # 26A-06	M	67	PROPIO	3133602165
						MARIO HIJO	3113530696 - 3133963535
57	MARCOLINO CASTAÑEDA MONTAÑA	4.160.801	CLLE 15A #12 -112 LAS VEGAS	M	77	WILSON CASTAÑEDA HIJO	3117857931
						PROPIO	3204970734
58	MARTIN GARZON	203.106	CLL. 16 # 14- 35 B/ CENTRO	M	92	JULIA GARZON (SOBRINA)	3114909922
						DIANA MUÑOZ	3118186555
						LORENA GARZON (SOBRINA)	3124816248
59	MARY GOMEZ	20.046.526	CALLE 20 # 11/05	F	84	CARMEN (HIJA)	3168210323
60	MIGUEL GUEVARA	17.076.675	CR.22 # 22 - 44 B. ARAGUANEY	M	79	LUZ ESTELA GUEVARA (HIJA)	3125129161/ 3134430889
61	NINA GRACIELA BERNAL BELTRAN	41.742.683	CRA 35A # 8-78 B. INDEPENDENCIA	F	65	PROPIO	3123785721
62	PAULA SUSSMAN	20.472.169	CALLE 19 A # 26-03-38 B. VILLA DEL PRADO	F	69	PROPIO	3143315016
63	PEDRO EMILIO LEON	19.160.241	CALLE 15 A No. 12/112 b. LAS VEGAS	M	70	JHONATAN LEON	3107236908/3115652541
64	RAMIRO MORENO	3.271.045	CLL 25 A # 17A/80 B.	M	73	ROSA MORENO (HERMANA)	3172214000
						GLORIA MORENO	3114519721
65	RICARDO ANANIAS GONZALEZ	3.271.572	CL.12 CON CALLEJON B/ JUAN MELLAO	M	78	LUIS GONZALEZ (HIJO)	3122627955
						MARIA GONZALES (HIJA)	3122627955
66	ROBERTO ROA PUENTES	1.616.524	CL. 10a # 32 - 26 B/ SAMAN	M	86	JOSE MANUEL	3218898117/ 3105765759/3208132715
67	TEODULFO GARCIA TORRES	3.292.573	CALLE 10 No. 37-51	M	78	PROPIO	3133554530
						JAIRO LADINO	3125825766
68	VILMA OMAIRA BLANDON POVEDA	21.175.732	CRA 30A # 14A-47 B/ AIRES DE ACACIAS	F	62	PROPIO	3242623426
						MARISOL (HERMANA)	3202802201
69	VICTOR JULIO LUQUE SANCHEZ	3.297.493	CRA 18 A # 5A/12 B/ PABLO EMILIO	M	73	MONICA LUQUE	3105679653

ALCALALCALDIA MUNICIPAL DE ACACIAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No. 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD A TRAVÉS DEL CENTRO DE PROMOCIÓN Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

DIRECTORIO ADULTO MAYOR CENTRO VIDA DINAMARCA AGOSTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓ	EDAD	DIRECCIÓN	TELEFONO	NOMBRE REFERENTE
1	ARIAS ROJAS BERNARDO	3.037.341	84	BARRIO JARDÍN CASA 3	3017228684	LUZ AURORA VELASQUEZ
2	AROCA CORDOZO ANA ZULLY	26.476.958	62	CLL 3 # 5-10	3203196381	ANGELICA GOMEZ
3	BARREIRO HURTADO ROSALBA	31.188.203	69	CALL 2A 8 MZ D C 14	3118910255	SERAFINA GOLU
4	BARRIOS JOSE ADENES	3.253.529	64	MANZANA WW LOTE 5	3142106623	SHIRLEY BARRIOS
5	BONILLA JOSE TELMO	5.956.768	70	BARRIO LUCIANA CLL2D #8-58	3206151709	ROBERTO GUEVARA BONILLA
6	CASTAÑEDA ESTHER JULIA	25.026.314	74	CLL 7 # 24- 2 BARRIO CEIBA	3204272776	AMANDA RODRIGUEZ
7	CASTIBLANCO RODRIGUEZ CUSTODIO	4.096.011	70	BARRIO LUCIANA MANZ A CASA 3	3124138242	DANIEL ANDRES CASTIBLANCO
8	CORTES CESAR	7.818.090	69	BARRIO CENTRO CLL 5 #6 -31	3224378731	ROSALBA MEDINA
9	DURAN JESUS ANTONIO	12.085.049	75	BARRIO CENTRO CRA 4 # 4- 32	3115547231	CONSUELO GUTIERREZ
10	FERNANDEZ LOPEZ TEODORA	21.131.438	79	MZP CASA 2 NUEVO AMACENER	3213206188	ISAAC RODRIGUEZ
11	GACHANCIPA TRIANA NELLY	21.228.752	70	BARRIO VILLA DEL SOL CASA # 26	3165604108	PAOLA FUQUEN GACHANCIPA
12	GAMARRA JIMENEZ NELLY MARIA	39.065.756	67	BARRIO LUCIANA CLL-05	3227654812	ELVER DIAZ
13	GAMBOA BOCANEGRA LIGIA	21.200.958	66	RIO VILLA DEL SOL FRENTE CANCHA DE FU	3112454467	EDILSON GIRALDO



ALCALALCALDIA MUNICIPAL DE ACACIAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No. 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD A TRAVÉS DEL CENTRO DE PROMOCIÓN Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"



DIRECTORIO ADULTO MAYOR CENTRO VIDA DINAMARCA AGOSTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	○ IDENTIFICACIÓ	EDAD	DIRECCIÓN	TELEFONO	NOMBRE REFERENTE
14	GAONA CHIPATECUA MARIA TERESA	20473927	85	CLL 18 # 4- 17 BARRIO JARDÍN	3214936226	MARIO MORENO
15	GIL DE LONDOÑO ANA MARIA	40.355.059	70	B BELLO HORIZONTE MZ E CS 16	3219138940	CARMENZA RAMIREZ
16	GIRALDO VASQUEZ JESÚS	3.293.788	78	B VILLA DEL SOL(FRENTE A LA CANCHA DE FUTBOL	3153494468	LIGIA GAMBOA
17	GOLU SERAFINA	41.105.006	75	B LUCIANA MANZ D LOTE 14	3167966581	NORALBA IBARRA
18	GUERRERO MORENO GLORIA DEL CARMEN	21.177.265	67	BARRIO CENTRO CRA 5-22	3134712605	MILLER PULIDO
19	GUTIERREZ ISAIAS	485.922	89	BARRIO CENTRO CRA 5 # 4 37	3178168004	GLORIA CLAVIJO
20	GUTIERREZ SANCHEZ JOSE MANUEL	4.076.131	76	CENTRO CRA 3 CON CLL 1 Y2	3132383240	JOSE DARIO GUTIERREZ
21	JIMENEZ SILDANA	31.011.193	70	CENTRO CRA 3 CON CLL 1 Y2	3227215188	JOSE DARIO GUTIERREZ
22	LOPEZ BELTRAN ROBERTO ANTONIO	3.291.913	77	NUEVO AMANECER MZ-C LOTE 1	3107842355	CLAUDIA PATRICIA BUSTOS
23	LUNA DE LOAIZA ROSALBA	41.632.332	70	BARRIO CENTRO CRA 7	3183446188	ANGELICA MARIA LUNA
24	MEDINA MEDINA ALMICAR	1.036.853	73	BARRIO CENTRO CRA 7	3228206912	ANGELICA MARIA LUNA
25	MENESES ROBLES BERNABE	3.271.107	74	B VILLA DEL SOL MZ CASA # 14	3152901149	CARMEN MENESES

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR		ALCALALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES CORPORACION UN MAÑANA MEJOR CONVENIO DE ASOCIACIÓN No. 663 DE 2022 "SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD A TRAVÉS DEL CENTRO DE PROMOCIÓN Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"				
		DIRECTORIO ADULTO MAYOR CENTRO VIDA DINAMARCA AGOSTO				
	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓ	EDAD	DIRECCIÓN	TELEFONO	NOMBRE REFERENTE
26	MENESES ROBLES CARMEN	21.171.784	79	BARRIO CENTRO	3208972631	ROSARIO TORRES
27	MOYA TRIANA OLIVA	40.535.050	74	CALLE 4 CS 2-3 CENTRO	3209058924	DUMARIO MARTINEZ
28	NOVOA OCTAVIANO	4,129.612	71	C 5 5-50 VILLA DEL SOL	3152945540	LUZ MELIDA ROJAS
29	PARDO GONZALES MARIA FATIMA	20.659.567	62	MZ F CS 6 VILLA FLORES	3134122498	MARIA RAMIREZ
30	QUINTERO SANABRIA MIRYAM	40.415.954	63	CRA1 CALLE 5 BARRIO CENTRO	3143895107	RUBEN QUINTERO
31	RODRIGUEZ ARDILA AMANDA	40.755.172	72	B CENTRO CRA 3 # O1 - 03	3153921301	NANCY RODRIGUEZ
32	RODRIGUEZ DUSSAN LUIS CARLOS	17.290.197	72	BARRIO CENTRO CLL 6 # 5 71	3144162047	GIOVANNY RODRIGUEZ
33	RODRIGUEZ RODRIGUEZ MARIA FANNY	28.898.727	68	MZ C LOTE 1 B NUEVO AMANECER	3107862355	ROBERTO LOPEZ
34	RODRIGUEZ ROMERO MANUEL	478.180	81	B CENTRO CRA 5 # 22	3174754620	PEDRO MONTAÑA
35	RODRIGUEZ YONDER BEATRIZ	26.572.252	62	B CENTRO CRA 5 # 22	3123233637	DIOSDE PULIDO
36	ROJAS REY FERNANDO CESAR	3.272.426	66	MZ F CS 6 VILLA FLORES	3134122498	MARIA RAMIREZ
37	ROSALES LUIS ALIPIO	7.792.131	82	BARRIO LA SEIVA CLL2 T #84	3213342443	ESTHER CASTAÑEDA

ALCALALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No. 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD A TRAVÉS DEL CENTRO DE PROMOCIÓN Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

DIRECTORIO ADULTO MAYOR CENTRO VIDA DINAMARCA AGOSTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓ	EDAD	DIRECCIÓN	TELEFONO	NOMBRE REFERENTE
38	SALGADO ANA BETULIA	40.275.714	74	B NUEVO AMANECER LOTE F 1	3209807306	CLAUDIA SALGADO
39	SEGURA PORTOCARRERO OSCAR	16.468.936	69	B BELLO HORIZONTE MZ C CS 16	3158093054	CLAUDIA SAAVEDRA
40	SASTOQUE DE CUADRADO SOLEDAD	21.233.194	75	BARRIO CENTRO CLL 6 # 6-31	3203753486	DAMARIS CUADRADO
41	TORRES ELSY	41.210.870	60	CASA A # 9 BARRIO JORDAN	3186423529	JOHANNA
42	TENORIO PARRA ISRAEL	6.388.711	73	MZ C CASA 03 B BELLO HORIZONTE	3158599426	JOSE ISRAEL TENORIO
43	TORRES SALGADO LEONOR	21.173.341	80	MZ E CASA 20 BELLO HORIZONTE	3115480949	ANA SALGADO
44	TORRES RAMIRO	4.939.503	82	BARRIO CENTRO CLL 5	3182872478	ROSARIO TORRES

FIRMA DEL RESPONSABLE. DIRECTOR CENTRO VIDA ZONA ALTA Y DINAMARCA PSIC. EDNA KATERINE URREA PARRA

14	CASTRO DE BENAVIDES MERCEDES	41.557.797	69	CRA -50 # 16A-32 B FLORIDA	3142193788	NELLY CASTRO
15	CESPEDES ALEJO LUIS ALFONSO	483.610	84	CLL 10 #38-86 OASIS	3102222960	ALCIRA CESPEDES
16	CENDALES LOPEZ CAMPO ELIAS	3.297.471	78	DIAGONAL 15#26-01 PABLO SEXTO	3144577365	LUIS CENDALES
17	CHALA ALDANA MARIA GRACIELA	21.172.893	73	CRA 45C #16-55 BARRIO CIMARRON	3136338286	ELIZABETH
18	COLO PRADA CALIXTO	2.293.668	89	CRA 42A N. 14 - 53 MZ B COMCAJA	3107196932	NATIVIDAD COLO
19	CORONADO DUARTE HERMINDA	37.575.072	83	CRA -47 # 16-82 B COLINAS	3134508504	RAQUEL GRIMALDOS
20	CUIDA BLANCA FLOR	21.176.168	61	CLL 12#28- 68 B DORADO ALTO	3212008772	RUTH MARISOL REYES
21	DAZA ALVARADO JOSE LEONIDAS	998.940	82	CLL 10B #39B - 11 BARRIO OASIS	3205574492	ANA GRACIELA DAZA
22	DIAZ CEDANO PEDRO ANTONIO	14.805.034	72	CRA 45#18-99	3162576929	JUAN SUAREZ
23	FAJARDO VASQUEZ JULIA EDILMA	20.790.009	76	CRA41*12-72 INDEPENDENCIA	3115112095	MARCO ANTONIA GUERRA
24	FONTECHA NOVOA PEDRO	3.289.042	79	CRA 45C #16-55 BARRIO CIMARRON	3103054182	
25	GARZON CARRERA ANA ROSA	21.212.581	95	CLL 15 # 28- 37 BARRIO EL BOSQUE	3114859968	PAOLA SIERRA RODRIGUEZ
26	GOMEZ AREVALO DANIEL ANTONIO	3.158.002	63	CRA 46#15/52 BARRIO COLINAS	3125289345	ORLANDO RUIZ
27	GOMEZ GALEANO EDILBERTO	14.455.401	60	CRA 35A#9-66 BARRIO INDEPEN 3 ETAPA	3143807595	AMILBIA GALEANO
28	GONZALES SEGURA EUTIQUIO	477.755	86	CALLE 10B #40-22 NUEVA VICTORIA	3144274870	FABIAN GALEANO
29	GRIMALDOS ISIDRO	2.112.062	85	CRA 47 #16-82 COLINAS	3147269256	AMILBIA GRIMALDOS
30	GUAYAMBUCO SEGURA MARIA DEL CARMEN	35.463.636	68	CLL 10B # 39 B 11 BARRIO OASIS	3209533963	YANIRA GUYAMBUCO
31	GUTIERREZ CRUZ MARCOS	17.316.664	68	CRA 37 6A - 52 BARRIO INDEPENDENCIA	3212377982	DIANA FAJARDO
32	GUTIERREZ REY EFRAIN	287.478	79	CRA 50 #15A -48 BARRIO FLORIDA	3227450539	SANDRA MILENA ARANGO
33	JIMENEZ FLORENTINO	454.888	82	CRA 35*6-03 INDEPENDENCIA	3213433955	LUZ MERY BAQUERO

34	LEAL DE GUTIERREZ AURA STELLA	20.659.085	78	CRA 50 # 15A -48 FLORIDA	3208541234	SANDRA MILENA ARANGO
35	LEAL ROMERO RAUL ANTONIO	1.074.134.197	79	CRA 50 #15A- 48 BARRIO FLORIDA	3208541234	STELLA LEAL
36	LOPEZ CASTRILLON JOSÉ MANUEL	3.282.300	74	CRA 37#13-31 *BARRIO INDEPENDENCIA*	3227863132	MARIA ORFILIA LOPEZ
37	LOPEZ MARTINEZ GILBERTO	17.410.144	68	CRA 39 BIS # 11 15 B. NUEVA VICTORIA	3103419925	HUMBERTO BAQUERO
38	LOPEZ SANCHEZ AMBROSIO	3.293.375	77	CRA 49 # 17 -27 FLORIDA	3227682854	ROBINSON LOPEZ
39	MORENO JOSE LIBARDO	4.226.126	81	CLL 8 # 34A -25B. INDEPENDENCIA 4 ETEPA	3214059828	MARINELA MORENO
40	MORERA LINARES JUSTINO ALFONSO	6.594.226	73	CALLE 10 #40-16	3133703111	OROSMAN MORERA
41	MORTIGO BALCERO DANIEL	79.253.566	68	CALLE15*33-63 LA ESPERANZA	3105761473	JHON
42	ORJUELA MIGUEL ANTONIO	1.096.697	89	CRA 39# 13 - 16 B INDEPENDENCIA	3208994697	BEATRIZ ORJUELA
43	ORTIZ CIFUENTES COSME	3.295.354	77	CLL16*49-45 FLORIDA	3115830304	AMPARO GUESCA
44	PALACIO PARRA LEONARDO	8.266.828	77	DIAGONAL 9 # 41-13 BARRIO INDEPENDENCIA	3116179548	RUBIELA RODRIGUEZ
45	PATIÑO ROQUE JULIO	5.597.778	82	CLL 55 # 19- 17 BARRIO INDEPENDENCIA	3138615209-3104831714	GLADYS PATIÑO
46	PEREZ DE GARZÓN ROSA ELENA	21.198.667	81	CLL16B 32# 76 BACHUE	3204167227	JORGE GARZON
47	PEREZ ROMERO EDELMIRA	21.178.673	74	CLL 8B # 39-26 BRISAS DEL PLAYON	3203273379	ZULMA ROMERO
48	QUEVEDO DE SANCHES MARIA LUCILA	41.480.302	79	CRA 46*15-18 COLINAS	3229628280	ELIZABETH SANCHEZ
49	RAMIREZ JIRALDO TERESA DE JESÚS	24.998.978	75	CARRERA 29B # 16-60 BARRIO ASOCIACION DE AMIGOS	3209298199	ANGELA VIVIANA ROJAS
50	RODRIGUEZ GONZALES FLORENTINO	17.082.247	82	CLL12A# 37-73 SEGUND ETAP INDEPENDENCIA	3206626558	MARIA EDILMA RODRIGUEZ
51	RODRIGUEZ MONTERO MARIA SALUD	21.171.707	81	CRA 34 #10 - 11 B SAMAN	3214630209	INES RODRIGUEZ
52	ROGELES SALDAÑO LUIS ALFONSO	4.176.860	70	CRA 50 16-03 COLINAS	3134145212	MELFI ROGELES

53	ROJAS TORRES JAIRO DE JESUS	3.272.376	67	CLL 10 # 36-109 B INDEPENDENCIA	3143115608	MARIA ELSA ROJAS
54	ROMERO LAUREANO ALFONO	7.230.540	77	CLL 8B # 39-26 BRISAS DEL PLAYON	3203273379	ZULMA ROMERO
55	ROMERO DE MAYORGA ANA FELISA	20.658.359	89	CARRERA 27A # 15 - 12 BARRIO VILLA LUCIA	3133003405	MARINA MAYORGA
56	ROZO RAFAEL ANTONIO	3.293.455	75	CRA 47#16-77 COLINAS	3224373560	ISLENA ROZO
57	RUBIANO MORENO RAUL	3.205.916	75	CRA 48 # 16-34 BARRIO COLINAS	3107906990	YENNY PAOLA RUBIANO
58	RUIZ ALDANA FEMINIANO	12.252.442	72	CLL 9B #40- 3 EL ROSAL	3224768253	
59	RUIZ RESTREPO ISABEL	40.270.523	63	CLL 18 N. 45 - 05 LLANO VERDE	3123923690	NANCY ALEGRO
60	RUIZ VUIDA DE CRUZ BERTHA MARIA	20.855.020	68	CALLE8# 36 A 34 BARRIO LA INDEPENDENCIA	3232252364	MARCELA COGUA
61	SALAS DE VILLEGAS MARIA GIRALDINA	21.690.064	80	CLL 15 # 47-38 BARRIO COLINAS	3148479734	ALFONSO CASALLAS
62	SANCHEZ DE GARAVITO ROSALBA	24.178.161	77	CLL 18 # 49-38 BARRIO FLORIDA	3125081611	FLOR GARAVITO
63	SOTO RAMIREZ DEICY	28.782.814	66	MZ A CASA 11 NUEVO HORIZONTE	3184890124	JOSE SOTO
64	TOBAR HERNANDEZ JAIME	3.268.911	86	CARRERA 39 BIS 10C-14 NUEVO HORIZONTE	3124805810	LUZ MILA CIFUENTES
65	TORRALBA DE MARIN CELIA MATILDE	41.420.024	77	CLL 10 B #36 -25 B INDEPENDENCIA ETAPA 3	3214516799	DIANA MARIN
66	VANEGAS VARGAS EDUARDO	1.080.094	82	CRA 35 # 10B-05 BARRIO SAMAN	3157668116	SANDRA ISCALA
67	VELASQUEZ VARGAS TERESA	26.619.436	70	ANZANA A CASA 19 B ARRIO NUEVO HORIZONT	3103044746	ALEYDA RODRIGUEZ
68	VILLAMIL CANCELADO LEONILDE	21.175.058	81	MANZANA E CASA 32 VILLA MANUELA	3143827782	JULIO VARGAS
69	VILLAMIL ALVARO	17.105.565	78	CALLE 19 A #49-34	3132893259	YANETH VILLAMIL
70	VILLEGAS MARTINEZ CONRADO DE JESUS	3.541.012	74	CLL14*43-221 COLINAS	3224548621	WILSON VILLEGAS

FIRMA DEL RESPONSABLE . DIRECTOR CENTRO VIDA ZONA ALTA Y DINAMARCA PSIC. EDNA KATERINE URREA PARRA

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

Acacias, Julio 31 de 2023 INTER 749 AV- 003

Señora:
MARGARITA PARRA MOTTA
R/L CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
Ciudad.

ASUNTO: Solicitud relación de personal.

Comedidamente solicito a usted se sirva llegar a esta oficina, la relación de personal que a la fecha se encuentra laborando bajo el Convenio de Asociación 663 de 2022, en las diferentes áreas (cocina, servicios generales, mantenimiento, secretaria, auxiliares de enfermería y personal profesional), donde se indique dirección de residencia, fecha de ingreso, tipo de contrato, y numero de telefónico.

Atendiendo a lo anterior solicito a ustedes de manera escrita dar respuesta a mi solicitud en un término no mayor a 5 días.

Agradezco su atención.

Cordialmente,

ADRIANA MARIA VERA MONROY
Contrato Interventoría No. 749 de 2023

Eliana Martinez
31/07/23

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

Acacias agosto 05 de 2023

Recibido 05 Agosto.
Erika Ariza.

Doctora
ADRIANA MARIA VERA MONROY
Interventoría

Asunto: Respuesta Solicitud relación de personal

Cordial saludo,
Por medio de la presente, dando respuesta a la solicitud de la relación de personal que a la fecha se encuentra laborando bajo el Convenio de Asociación 663 de 2022, en las diferentes áreas (cocina, servicios generales, mantenimiento, secretaria, auxiliar de enfermería y personal profesional), envío dirección de residencia, feche de ingreso, tipo de contrato y número telefónico, del personal que labora en el Centro de Promoción Hogar San José.

Para lo anterior adjunto documento

Atentamente

Margarita Parra Motta
R/L Corporación un Mañana Mejor

Proyectó: Psic. Nury Fuentes García
Directora Centro de Promoción y Centro Vida Hogar San José

Calle 35C este N°19-46 Morichal. Villavicencio- Meta. Email: margaretparra1756@hotmail.com -
Cel: 3134851061 – Tel. 6838486

ALCALDÍA MUNICIPAL DE ACACÍAS META SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN,CULTURA Y DEPORTES
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD
A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS.

NOMBRE	CEDULA	CARGO	TELEFONO	FECHA DE INGRESO	DIRECCION	CONTRATO
YINA MARCELÑA RODRIGUEZ	1.122.139.759	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	3208527352	04/08/2022	CALLE 12 #14-57 LA UNION	NOMINA
ANGELA ROCIO RODRIGUEZ VAQUERO	52.731.676	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	3123934850	08/09/2022	CRA 18A#18-40	NOMINA
CECILIA JIMENEZ CEDANO	21.177.484	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	3213114220	08/09/2022	CARRERA 47 16-29 LAS COLINAS	NOMINA
CLAUDIA PATRICIA MURILLO SANCHEZ	40.361.793	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	3115726837	08/09/2022	CALLE 10C 32 47 SAMAN	NOMINA
MARYI VIVIANA BARAHONA TRILLOS	1.121.416.158	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	3214240335	08/09/2022	41#10 f 26 INDEPENDENCIA	NOMINA
EDENIS TOQUICA ARIAS	31.007.103	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	3219879806	21/10/2022	CALLE 21-11-39 BAMBU	NOMINA
ELIANA MARCELA MARTINEZ TELLEZ	1.122.124.648	AUXILIAR ADMINISTRATIVA	3105889865	08/06/2022	CALLE 10A # 24- 49	NOMINA
EDGAR YESID ROLDAN AYALA	79.547.319	AUXILIAR DE MANTENIMIENTO	3103146343	08/09/2022	cra 34 # 10 18	NOMINA
MIREYA ALAPE RINCON	40.434.784	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3204056289	08/09/2022	CIUDAD DELA VERDE TORRE 3 APTO 504	NOMINA
YIMMY RIACOS RIASCOS	94.441.815	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3103257039	08/09/2022	CALLE 14 21-11 COPERATIVO	NOMINA
YESICA JHORSIRA TORO PINEDA	1.122.135.570	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3105522326	08/09/2022	CALLE 10 # 38 - 54 BARRIO EL OASIS	NOMINA
CINDY YULEI AGREDA CHASOY	1.121.508.231	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3203356155	08/09/2022	CALLE 25 # 17 A 85 GUARATARA	NOMINA
LUZ MERY INFANTE RODRIGUEZ	1.032.397.582	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3203356155	08/09/2022	CALLE 15 A 49.62	NOMINA
JESSIKA HASBLEIDY MORENO SUAREZ	1.122.136.948	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3107750556	08/09/2022	CALLE 12# 11 38 JUAN MELLAO	NOMINA
MAYRA ALEJANDRA ROBLES SANCHEZ	1.122.142.785	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3213965532	08/09/2022	CRA 28 A# 9 A-37 LA JOYITA	BHB
INGRID VIANNEY TUNJANO	40.434.786	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3103161031	08/09/2022	TORRE # 20 APT 103	NOMINA
GLADYS MENDIETA	21.176.946	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3202937002	08/09/2022	CALLE 16 A 4-32 BARRIO POPULAR	NOMINA
JENNIFER ELIANA HERNANDEZ ARTEAGA	1.122.126.944	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3115457573	28/04/2023	MANZANA 4 – CASA #1 PARCELAS DE SAN JORGE, VEREDA SARDINATA	NOMINA
DORA LILIANA LEONEL	1.122.118.520	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3115008680	26/11/2022	CALLE 17A 08-49 PALERMO	NOMINA
OLGA LUCIA HERNANDEZ MORENO	40.429.294	AUXILIAR DE ENFERMERIA	3124560070	08/01/2023	CARRERA 45A# 16-48 CIMARRON	NOMINA
LUZ AIDA CARRILLO CARRILLO	1119948201	AUXILIAR DE COCINA	3142711485	6/12/2022	CALLE 08 A N37-58 LOS LAURELES	NOMINA
LUZ MIRIAM GUTIERREZ	40.433.142	AUXILIAR DE COCINA	3502699922	8/09/2022	CALLE 8A 37-58 LAURELES	NOMINA
DIANA PAOLA JIMENEZ SOLANO	1.123.511.470	AUXILIAR DE COCINA	3132250588	13/10/2022	CALLE 9 40-21 BRISAS PLAYON	NOMINA
JOSE IGNACIO PEREZ PINILLA	1.122.131.130	AUXILIAR DE COCINA	3103432525	12/12/2022	CALLE 12 N 28-33 DORADO ALTO	NOMINA
NUBIA PEDRAZA LEON	40.429.957	AUXILIAR DE COCINA	3118390459	23/04/2023	VEREDA MONTELIBANO	NOMINA
FABIAN ANDRES RIVEROS RIAGOSO	1.122.142.379	LABORTERAPIA	3108645862	8/09/2022	MZ Q CS 14 VILLA MANUELA	CPS
VIVIANA ROJAS ACOSTA	1.122.137.491	TRABAJO SOCIAL	3118227100	8/09/2022	CARRERA 27 12 -23	CPS
NURY EUDES FUENTES GARCIA	40.429.213	DIRECTORA	3103418236	8/03/2023	CALLE 7 #22A 17 BARRIO PABLO EMILIO RIVEROS	CPS
PATRICIA GONZALEZ CASTRO	40.428.405	JEFE DE ENFERMERIA	3124354266	8/09/2022	DIAGONAL 15 # 30 -01 MAZ H CASA 1B PRADOS CODEM	CPS
JOSE MIGUEL FAGUA REINOSO	1.024.566.391	JEFE DE COCINA	3004271684	8/09/2022	KL1 VIA ANTIGUA GUAMAL FINCA LA FLORIDA	CPS
NATALIA GINETH NUÑEZ CARDOZO	1.122.139.907	PSICOLOGÍA	3133922988	13/01/2023	CALLE 7 B - 37-17 LA PRIMAVERA	CPS
LUZ FANNY PERILLA VILLAMIL	40.429.628	LABORTERAPIA	3007050390	8/05/2023	CARRERA 13 #13 -38	CPS
GLORIA NANCY ROJAS ROJAS	21.178.556	EDU. FISICA	3103403572	8/06/2023	NUEVA GERUSALEN 2 TORRE 2B APTO 403	CPS

PSIC. Nury Fuentes Garcia
Directora Hogar San José

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACIAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No. 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD A TRAVÉS DEL CENTRO DE PROMOCIÓN Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

PERSONAL DE CENTROS VIDA ZONA ALTA Y DINAMARCA PERIODO DEL 08 DE AGOSTO AL 07 DE SEPTIEMBRE DE 2023

PROFESIONALES ZONA ALTA Y DINAMARCA

MEDEVAC

NOMBRE	FECHA DE INGRESO	FECHA DE RETIRO	CEDULA	TIPO RH	CARGO	TEL-CEL	A QUIEN LLAMAR	TEL CONTACTO	DIRECCION	SALUD	PENSION	RIESGOS	TIPO DE VINCULACION
WENDY ALEJANDRA TORRES TRUJILLO	8/09/2022	-	1014178 789	O+	TRABAJO SOCIAL	315 526 5262	HERNANDO RAMIREZ	311 231 6910	calle 19 19-31 MANCERA	MEDIMAS	PORVENIR	SURA	CPS
ALFREDO NICOLAS CUBIDES DUARTE	8/09/2022	-	1.122.143.956	O+	PROF. EDUCACIÓN FISICA	3213250965	ESTELLA DUARTE	313 324 2446	DG 15 N°34-01 CASA 36 MZ F PRADOS DE CODEM	FAMISANAR	COLPENSIONES	SURA	CPS
EDNA KATERINE URREA PARRA	8/07/2023	-	35,261,470	B+	DIRECTORA C.V. ZA Y D	3203784819	MARGARITA PARRA	3134851021	CALLE 35 C N 19-46	SALUD TOTAL	PORVENIR	SURA	CPS
FABIAN ANDRES RIVEROS	8/02/2023	-	1.122.142.379	A+	PROF. LABORTERAPIA	3108645862	CAMILA PERES BONILLA	3024947053	MNZ Q CASA 14 VILLA MANUEL	FAMISANAR	PORVENIR	SURA	CPS
ANGELA VIVIANA TOVAR HERNANDEZ	8/09/2022	-	40.434.831	O+	FISIOTERAPIA	3133952322	EDIDIER QUEVEDO	3204929510	CIUDADELA LOS ANGELES MZ C CASA	SANITAS	PORVENIR	SURA	CPS
YENY CAROLINA GARCIA GONZALEZ	8/09/2022	-	1.122.116.620	O+	PSICOLOGA	3202008048	MILLER MAURICIO GERENA	3123606396	CARRERA 19 N. 16A 30 BARRIO MANCERA	POLICIA	PROTECCIÓN	SURA	CPS

AUXILIARES DE ENFERMERIA CENTRO VIDA ZONA ALTA

MEDEVAC

NOMBRE	FECHA DE INGRESO	FECHA DE RETIRO	CEDULA	TIPO RH	CARGO	TEL-CEL	A QUIEN LLAMAR	TEL CONTACTO	DIRECCION	SALUD	PENSION	RIESGOS	TIPO DE VINCULACION
ANA ISABEL MORALES	9/08/2023		40.431.881	O+	AUX. ENFERMERIA	3125603692	NANCY ESPERANZA MORALES	3118241856	CALLE 18 No 17-55	NUEVA EPS	PROTECCION	POSITIVA	NOMINA
GLORIA DERLY ROMERO	8/09/2022	0/01/1900	40.428.595	O-	AUX. ENFERMERIA	3002740538	VIVIANA ANDREA CESPEDES	14072196761	CARRERA 14 N. 13 7-6 CENTRO	SANITAS	COLPENSIONES	SURA	NOMINA

AUXILIAR DE ENFERMERIA CENTRO VIDA DINAMARCA

MEDEVAC

ANAYIBER CARDENAS MENESES	8/09/2022	_	40.434.080	O+	AUX. ENFERMERÍA	3163761144	OFELIA MENESES	316 659 2496	DINAMARCA -META	MEDIMAS	PORVENIR	POSITIVA	NOMINA
KAREN YULITZA VIVEROS DÍAZ	8/09/2022	_	1.122.127.733	A+	AUX. ENFERMERÍA	3118583387	CARMEN DIAZ	322 713 5599	DINAMARCA -META	MEDIMAS	PORVENIR	POSITIVA	NOMINA

AUXILIAR DE ASEO CENTRO VIDA ZONA ALTA

MEDEVAC

MARIA LUCEDIMES ARBOLEDA ASPRILLA	8/09/2022	_	40.266.053	A+	AUX. SERVICIOS GENERALES	3213559067	ESPOSO	315 429 3742	TORRE 5A APT 101 NUEVA JERUSALEN TORRES	CAPITAL SALUD	PORVENIR	SURA	NOMINA

AUXILIAR DE ASEO CENTRO VIDA DINAMARCA

MEDEVAC

ANA YIRA SARMIENTO	8/01/2023	-	1.006.756.582	O+	SERVICO GENERALES	3214510308	MAXIMILIANO ALDANA	320 438 4998	DINAMARCA	MEDIMAS	PORVENIR	POSITIVA	NOMINA

AUXILIARES DE COCINA CENTRO VIDA ZONA ALTA

MEDEVAC

NOMBRE	FECHA DE INGRESO	FECHA DE RETIRO	CEDULA	TIPO RH	CARGO	TEL-CEL	A QUIEN LLAMAR	TEL CONTACTO	DIRECCION	SALUD	PENSION	RIESGOS	TIPO DE VINCULACION

LILIANA ANDRADE MOLINA	8/09/2022	_	1.069.176.140	O+	AUX. COCINA	3043322558	JHON ANDRADE	313 385 2508	CARRERA 41 N°10F 26 INDEPENDECIA	FAMISANAR	PORVENIR	SURA	NOMINA
MARIA FERNANDA	27/07/2023	_	1,030,522,389	B+	AUX. COCINA	3144401405	KAREN GUTIRREZ	316 805 0012	MNZ Y CASA 6	COMPENSAR	PORVENIR	SURA	NOMINA
MARTHA ROCIO ROJAS RINCÓN	8/09/2022	_	35.261.538	O+	AUXILIAR DE COCINA	3213131944	HERMANO GONZALO ROJAS	3134309484	CALLE 8B #40-03 PLAYÓN	CAPITAL SALUD	PORVENIR	SURA	NOMINA
AUXILIARES DE COCINA CENTRO VIDA DINAMARCA													
MEDEVAC													
NOMBRE	**FECHA DE INGRESO**	**FECHA DE RETIRO**	**CEDULA**	**TIPO RH**	**CARGO**	**TEL-CEL**	**A QUIEN LLAMAR**	**TEL CONTACTO**	**DIRECCION**	**SALUD**	**PENSION**	**RIESGOS**	**TIPO DE VINCULACION**
JAIDY JOHANA MARTINEZ MORA	8/09/2022	_	1.071.888.326	O+	AUX. COCINA	3214510308	MAXIMILIANO ALDANA	320 438 4998	DINAMARCA	MEDIMAS	PORVENIR	POSITIVA	NOMINA
JEMMY EFRIDE GUTIERREZ	8/09/2022	_	40.341.611	A+	AUX. COCINA	3133556198	KAREN GUTIRREZ	316 805 0012	DINAMARCA	CAPITAL SALUD	PORVENIR	POSITIVA	NOMINA

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

Acacias, Julio 31 de 2023

INTER 749 AV- 004

Señora:
MARGARITA PARRA MOTTA
R/L CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
Ciudad.

Cordial saludo.

Respetuosamente solicito a usted se sirva llegar a esta oficina copia idéntica de los cuadros de turnos que se emplearan en el mes de Agosto de 2023, para los cargos de auxiliar de enfermería, auxiliar de servicios generales, auxiliar de mantenimiento, asistente administrativa y manipuladoras de alimentos, funciones inmersas en el Convenio de Asociación 663 de 2022 en mención entre la Alcaldía de Acacias y Corporación Para Un Mañana Mejor.

Adicional a lo anterior solcito

Presentar cronograma de ejecución del convenio durante la vigencia del mismo.
Presentar cronograma de actividades realizado por el personal administrativo.

Agradezco su atención.

Cordialmente,

ADRIANA MARIA VERA MONROY
Contrato Interventoría No. 749 de 2023

Eliana Martinez.
31/07/23

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

Acacias agosto 05 de 2023

Recibido
05 Agosto.
Erika 11:20 A.

Doctora
ADRIANA MARIA VERA MONROY
Interventoría

Asunto: Respuesta Solicitud cuadros de turnos

Cordial saludo,
Por medio de la presente, dando respuesta envío solicitud de las copias de los cuadros de turnos que se emplearan en los meses de Mayo – Junio para los cargos de auxiliar de enfermería, auxiliar de servicios generales, auxiliar de mantenimiento, asistente administrativa y manipuladores de alimentos, funciones inmersas en el Convenio de Asociación 663 de 2022, correspondientes al Hogar San José.

Para lo anterior adjunto documentos

Atentamente

Margarita Parra Motta
R/L Corporación un Mañana Mejor

Proyectó: Psic. Nury Fuentes García
Directora Centro de Promoción y Centro Vida Hogar San José

Calle 35C este N°19-46 Morichal. Villavicencio- Meta. Email: margaretparra1756@hotmail.com -
Cel: 3134851061 – Tel. 6838486

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACIAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCION DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

CUADRO DE TURNOS AUXILIARES DE ENFERMERÍA - 1 AL 31 DE AGOSTO DE 2023

AUXILIARES DE ENFERMERIA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	TOTAL
	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	
CINDY AGREDA	M	T	N	P	M	M	N	P	M	M	T	M	M	N	P	L	T	N	P	M	N	P	M	M	T	N	P	M	M	T	N	
	8	8	8	0	8	8	8	0	8	8	8	8	8	8	0	0	8	8	0	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	192
JENIFER HERNANDEZ	M	N	P	M	T	M	T	N	P	M	M	T	M	T	M	N	P	M	N	P	M	M	T	N	P	M	M	T	N	P	L	
	8	8	0	8	8	8	8	8	0	8	8	8	8	8	8	8	0	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	0	0	192
JESIKA MORENO	T	N	P	M	M	T	M	M	N	P	M	M	T	M	N	P	L	T	M	N	P	M	M	T	N	P	M	M	T	N	P	
	8	8	0	8	8	8	8	8	8	0	8	8	8	8	8	0	0	8	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	0	192
GLADYS MENDIETA	N	P	M	M	T	N	P	M	M	T	N	P	M	M	T	N	P	M	M	T	T	N	P	M	N	P	N	P	M	M	T	
	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	8	0	8	8	0	8	0	8	8	8	192
YESICA TORO	N	P	M	T	N	P	M	M	T	N	P	T	M	N	P	M	M	L	T	T	M	N	P	M	M	T	N	P	M	M	T	
	8	0	8	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	0	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	192
MIREYA ALAPE RINCÓN	P	M	T	N	P	M	T	N	P	T	N	P	N	P	M	T	N	P	T	M	T	T	N	P	M	M	T	N	P	M	M	
	0	8	8	8	0	8	8	8	0	8	8	0	8	0	8	8	8	0	8	8	8	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	184
YIMY RIASCOS	P	M	M	T	N	P	M	T	N	P	M	M	N	P	M	M	T	T	M	N	P	M	M	T	L	T	M	M	T	N	P	
	0	8	8	8	8	0	8	8	8	0	8	8	8	0	8	8	8	8	8	8	0	8	8	8	0	8	8	8	8	8	0	192
OLGA HERNANDEZ	M	T	N	P	M	N	P	T	T	N	P	M	T	T	N	P	M	M	L	M	M	T	N	P	M	M	T	N	P	M	M	
	8	8	8	0	8	8	0	8	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	192
DORA LEONEL	P	P	P	P	LNR	LNR	LNR	LNR	LNR	LNR	LNR	N	P	M	T	M	N	P	N	P	M	M	T	N	P	M	M	T	N	P	M	
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0	8	8	8	8	0	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	0	8	120
MAYRA . ROBLES SANCHEZ	T	M	T	N	P	T	N	P	M	M	T	N	P	M	M	T	M	N	P	M	N	P	M	M	T	N	P	L	M	T	N	
	8	8	8	8	0	8	8	0	8	8	8	8	0	8	8	8	8	8	0	8	8	0	8	8	8	8	0	0	8	8	8	192
YIMY RIASCOS	MT	MT	MT	MT	MT	L	M	MT	MT	MT	MT	L	L	MT	MT	MT	MT	MT	MT	L	L	MT	MT	MT	MT	L	L	MT	MT	MT	MT	
	8	8	8	8	8	0	8	8	8	8	8	0	0	8	8	8	8	8	8	0	0	8	8	8	8	0	0	8	8	8	8	192
INGRID TUNJANO	MT	MT	MT	MT	MT	L	L	MT	MT	MT	MT	L	L	MT	MT	MT	MT	MT	L	L	L	MT	MT	MT	MT	MT	L	MT	MT	MT	MT	
	8	8	8	8	8	0	0	8	8	8	8	0	0	8	8	8	8	8	0	0	0	8	8	8	8	8	0	8	8	8	8	184

ELABORÓ PATRICIA GONZALEZ

REVISO Y APROBÓ

M/T	LIMPIEZA
M/T	MEDICAMENTOS
N	NOCHE
P	POSTURNO
L	LIBRE
LNR	LICENCIA NO REMUNERADA

I	INCAPACIDAD
M	MADRUGON
H	HOSPITALIZACION
CD	CALAMIDAD DOMESTICA
P	PERMISO
T	TRASLADO URGENCIAS

OBSERVACION:

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACIAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS – META

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

CUADRO DE TURNOS AUXILIARES DE SERVICIOS GENERALES DEL 1 AL 31 DE AGOSTO DE 2023

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	AGOSTO																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
ANGELA RODRIGUEZ	Auxiliar de Servicios Generales	T	M	T	M	T	D	T	M	D	M	T	M	T	D	T	M	T	M	D	M	T	M	T	D	T	T	T	M	D	M	T
MARYI BARAHONA	Auxiliar de Servicios Generales	D	T	M	M	D	T	M	T	T	M	M	T	D	M	T	T	M	D	M	T	M	T	D	T	M	T	M	D	M	T	M
EDENIS TOQUICA	Auxiliar de Servicios Generales	M	D	M	T	M	M	D	T	M	T	M	D	M	T	M	T	D	M	T	T	T	D	M	M	T	M	D	T	T	M	T
YINA RODRIGUEZ	Auxiliar de Servicios Generales	M	T	D	T	M	T	M	D	M	T	D	T	M	T	M	D	M	T	M	D	M	T	M	T	M	D	M	T	M	T	D
CECILIA JIMENEZ	Auxiliar de Servicios Generales	T	M	T	D	T	M	T	M	T	D	T	M	T	M	D	M	T	T	T	M	D	M	T	M	D	M	T	M	T	D	M
LAVANDERIA																																
CLAUDIA MURILLO	Auxiliar de Servicios Generales	D	M	M	M	D	M	M	M	D	M	M	M	D	M	M	M	M	M	D	M	M	M	M	D	M	M	M	M	D	M	M

Psic. NURY FUENTES
Directora Hogar San José

	SABADO Y DOMIGO
D	DESCANSO
M	MAÑANA 5AM - 1PM
T	TARDE 10AM - 6PM

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACIAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS – META

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

CUADRO DE TURNOS DE AUXILIAR DE MANTENIMIENTO DEL 1 AL 31 DE AGOSTO DEL 2023

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	AGOSTO																													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
EDGAR ROLDAN	Auxiliar de Mantenimiento	MT	MT	MT	MT	MS	D	MT	MT	MT	MT	MT	MS	D	MT	MT	MT	MT	MT	MS	D	MT	MT	MT	MT	MT	MS	D	MT	MT	MT	MT

Psic. NURY FUENTES
Directora Hogar San José

D	DESCANSO
M	MAÑANA 7AM - 12 PM
T	TARDE 2 PM - 5PM
MS	MAÑANA SABADO 7 AM - 1 PM

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACIAS META
SECRETARÍA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 663 DE 2022
SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL CENTRO DE PROMOCION Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACIAS – META

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

CUADRO DE TURNOS DE AUXILIAR ADMINISTRATIVA DEL 1 AL 31 DE AGOSTO DEL 2023

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	AGOSTO																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
ELIANA MARTINEZ	Auxiliar Administrativa	MT	MT	MT	MT	MS	D	MT	MT	MT	MT	MT	MS	D	MT	MT	MT	MT	MT	MS	D	MT	MT	MT	MT	MT	MS	D	MT	MS	MT	MT

Psic. NURY FUENTES
Directora Hogar San José

D	DESCANSO
M	MAÑANA DE 7AM - 12 PM
T	TARDE 2 PM - 5PM
MS	MAÑANA SABADO 8 AM - 12 PM

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACIAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No663 DE 2022
" SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVEZ CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	AGOSTO																													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
Diana Jimenez	Auxiliar de Cocina	M	M	M	M-A	D	M	M	T	T	D	T	T	D	T-V	M	M	M	D	M	T-C	T	T	T	D	T-A	T	M	M	M	D	M
Luz Aida 5	Auxiliar de Cocina	M	D	M	M	M	D	M	T	D	T	T-A	T	T-C	M	M	D	M	M	T	M	D	T	M	M	D	T	M	T-V	D	M	M
Jose Perez	Auxiliar de Cocina	T	M	T	D	T	M	T	M	T	M	D	M	M	M	D	M	T	M-A	T	T	T-V	D	T	T	T	M	D	M	M	M	D
Nubia Pedraza	Auxiliar de Cocina	T	T	D	T	M	T	T-V	D	M	T	M	D	M	T	T	T	D	T-A	M	D	M	M	M	M	M	D	T-C	T	T	T	T
Luz Gutierrez	Auxiliar de Cocina	D	T	T	T-A	T	T-C	D	T	M	M	M-A	M	T	D	T	T	T	T	D	M	M	M	D	T	M-A	M	T	D	T	T	T
Adriana Gomez	Aux cocina				T-A		T-C	T-V				T-A		T-C	T-V				T-A		T-C	T-V				T-A		T-C	T-V			

APROBADO Y REVISADO POR:

Psic. NURY FUENTES
Directora Hogar San José

EABORADO POR:

JOSE MIGUEL FAGUA
JEFE COCINA CENTROS VIDA Y CENTRO DE PROMOCIÓN.

	DOMIGO- FESTIVO
D	DESCANSO
T	TARDE
M	MAÑANA
INC	INCAPACIDAD
C	CARNES
V	VERDURA
A	ASEO
CL	CALAMIDAD

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No663 DE 2022
" SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVEZ CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

CUADRO DE TURNOS AUXILIARES DE SERVICIOS GENERALES DINAMARCA AGOSTO 2023

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
Anayira Sarmiento	Servicios generales																															

APROBADO Y REVISADO POR: EDNA KATERINE URREA P.
DIRECTOR CENTRO VIDA ZONA ALTA Y DINAMARCA

JORNADA	HORARIO
DIA	8 AM A 4 PM
DESCANSO/FESTIVOS	N.A
INCAPACIDAD	N.A

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No663 DE 2022
" SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVEZ CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

CORPORACIÓN UN MAÑANA MEJOR

CUADRO DE TURNOS AUXILIARES DE ENFERMERÍA ZONA ALTA AGOSTO 2023

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
NATALIA ACEVEDO	Auxiliar de Enfermería																															
GLORIA ROMERO	Auxiliar de Enfermería																															

APROBADO Y REVISADO POR: EDNA KATERINE URREA P.
DIRECTOR CENTRO VIDA ZONA ALTA Y DINAMARCA

JORNADA	HORARIO
DIA	8 AM A 4 PM
DESCANSO/FESTIVOS	N.A
INCAPACIDAD	N.A

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No663 DE 2022
" SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVEZ CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

CUADRO DE TURNOS AUXILIARES DE ENFERMERÍA DINAMARCA AGOSTO 2023

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
ANAYIBER CARDENAS	Auxiliar de Enfermería																															
YULITZA VIVEROS	Auxiliar de Enfermería																															

APROBADO Y REVISADO POR: EDNA KATERINE URREA P.
DIRECTOR CENTRO VIDA ZONA ALTA Y DINAMARCA

JORNADA	HORARIO
DIA	8 AM A 4 PM
DESCANSO/FESTIVOS	N.A
INCAPACIDAD	N.A

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No663 DE 2022
" SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVEZ CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

CUADRO DE TURNOS AUXILIARES DE COCINA ZONA ALTA AGOSTO 2023

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
MARTHA ROJAS	Auxiliar de Cocina																															
MARIA FERNANDA	Auxiliar de Cocina																															

APROBADO Y REVISADO POR: EDNA KATERINE URREA P.
DIRECTOR CENTRO VIDA ZONA ALTA Y DINAMARCA

	JORNADA	HORARIO
	MAÑANA	5 AM - 1 PM
	TARDE	8 AM - 4 PM
	DESCANSO/FESTIVOS	N.A
	INCAPACIDAD	N.A

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No663 DE 2022
" SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVEZ CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

CUADRO DE TURNOS AUXILIARES DE COCINA DINAMARCA AGOSTO 2023

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
JOHANA MARTINEZ	Auxiliar de Cocina																															
JEMMY GUTIERREZ	Auxiliar de Cocina																															

APROBADO Y REVISADO POR: EDNA KATERINE URREA P.
DIRECTOR CENTRO VIDA ZONA ALTA Y DINAMARCA

JORNADA	HORARIO
MAÑANA	5 AM - 1 PM
TARDE	8 AM - 4 PM
DESCANSO/FESTIVOS	N.A
INCAPACIDAD	N.A

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No663 DE 2022
" SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICION DE VULNERABILIDAD A TRAVEZ CENTRO DE PROMOCION Y CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

CUADRO DE TURNOS AUXILIARES DE SERVICIOS GENERALES ZONA ALTA AGOSTO 2023

NOMBRE AUXILIAR	SERVICIO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
		M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
María Arboleda	Servicios generales																															

APROBADO Y REVISADO POR: KATERINE URREA P.
DIRECTOR CENTRO VIDA ZONA ALTA Y DINAMARCA

JORNADA	HORARIO
DIA	8 AM A 4 PM
DESCANSO/FESTIVOS	N.A
INCAPACIDAD	N.A

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

Acacias, 01 Agosto de 2023

INTER 749 AV- 005

Eliana Martinez.
01/08/23

Señora:
MARGARITA PARRA MOTTA
R/L CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
Ciudad.

ASUNTO: Solicitud comprobante de pago Sistema de Seguridad Social.

Comedidamente solicito a usted se sirva llegar a esta oficina, copia del comprobante de pago al sistema de seguridad social y parafiscales (mes de Julio) del personal que labora para el convenio de Asociación Nº 663 de 2022, todo a vez que es responsabilidad del empleador, ser oportuno y realizar la debida gestión para que el equipo colaborador este cubierto por ARL, servicio de salud, pensión y parafiscales, ya que como es de su conocimiento las labores a desarrollar en los diferentes puntos son de riesgo y requieren que el empleador cumpla en los términos que enmarca la Ley .

Atendiendo a lo anterior solicito a ustedes de manera escrita dar respuesta a mi solicitud en un término no mayor a 5 días.

Agradezco su atención.

Cordialmente,

ADRIANA MARIA VERA MONROY
Contrato Interventoría No. 749 de 2023

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No. 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD A TRAVÉS DEL CENTRO DE PROMOCIÓN Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

Acacías agosto 06 de 2023

Recibido 06 Agosto.
Erika Ariza.

Doctora
ADRIANA MARIA VERA MONROY
Interventoría

Asunto: Respuesta Solicitud comprobante de pago Sistema de Seguridad Social

Cordial saludo,
Por medio de la presente, dando respuesta envío las copias de los comprobantes de pago al sistema de seguridad social y parafiscales del personal que labora para el Convenio de Asociación Nº 663 de 2022, correspondientes al Hogar San José.

Para lo anterior adjunto documento

Atentamente

Margarita Parra Motta
R/L Corporación un Mañana Mejor

Proyectó: Psic. Nury Fuentes García
Directora Centro de Promoción y Centro Vida Hogar San José

Calle 35C este N°19-46 Morichal. Villavicencio- Meta. Email: margaretparra1756@hotmail.com -
Cel: 3134851061 – Tel. 6838486

aportes en línea

Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
NIT 900126198	6	CORPORACION UN MAÑANA MEJOR	B - MENOS DE 200 COTIZANTES	CENTRO DE VIDA HOGAR SAN JOSE	calle 35 centro	ACACIAS-META	6666666	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2023-07	2023-08	103145795	9454924643	E	2023/08/24	2023/08/15	BANCO DE BOGOTA	0	$21,377,600

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO				NOVEDADES	PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS					PARAFISCALES				
No.	Identificación		Nombre	ing ret tde tae tdp tap vsp cor vst sln ige lma vac avp vct irl vip	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Tarifa	Aporte	Días	IBC	Aporte	Exonerado SENA e ICBF	Total Aportes
SUCURSAL: CENTRO DE VIDA HOGAR SAN JOSE (38 Afiliados)							$94,692,958	$8,752,100			$94,692,958	$6,838,300			$94,692,958	$2,189,000			$94,692,958		$860,400		$94,692,958	$2,737,800		$21,377,600
Centro de Trabajo: INDEPENDIENTES (2 Afiliados)							$2,320,000	$371,200			$2,320,000	$290,000			$2,320,000	$92,800			$2,320,000		$101,000		$2,320,000	$116,000		$971,000
Ciudad: ACACIAS Depto: META (2 Afiliados)							$2,320,000	$371,200			$2,320,000	$290,000			$2,320,000	$92,800			$2,320,000		$101,000		$2,320,000	$116,000		$971,000
1	CC	30946605	AMAYA ALVARADO MONICA IDALY		23030 1	30	$1,160,000	$185,600	EPS002	30	$1,160,000	$145,000	CCF34	30	$1,160,000	$46,400	14-11	30	$1,160,000	4.350%	$50,500	30	$1,160,000	$58,000	No	$485,500
2	CC	1122124648	MARTINEZ TELLEZ ELIANA MARCELA		23030 1	30	$1,160,000	$185,600	EPS002	30	$1,160,000	$145,000	CCF34	30	$1,160,000	$46,400	14-11	30	$1,160,000	4.350%	$50,500	30	$1,160,000	$58,000	No	$485,500

aportes en línea

Planilla Resumen

| | | |

| | | |

aportes en línea

Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
NIT 900126198	6	CORPORACION UN MAÑANA MEJOR	B - MENOS DE 200 COTIZANTES	CENTRO DE VIDA HOGAR SAN JOSE	calle 35 centro	ACACIAS-META	6666666	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2023-07	2023-08	103145795	9454924643	E	2023/08/24	2023/08/15	BANCO DE BOGOTA	0	$21,377,600

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 4)				38	$8,752,100	$0	$0	$8,752,100
COLFONDOS	231001	800,227,940	6	1	$225,500	$0	$0	$225,500
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	3	$745,700	$0	$0	$745,700
PORVENIR	230301	800,224,808	8	32	$7,356,500	$0	$0	$7,356,500
PROTECCION	230201	800,229,739	0	2	$424,400	$0	$0	$424,400
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				38	$860,400	$0	$0	$860,400
ARL SURA	14-11	890,903,790	5	38	$860,400	$0	$0	$860,400
CCF (ADMINISTRADORAS: 1)				38	$2,189,000	$0	$0	$2,189,000
COFREM	CCF34	892,000,146	3	38	$2,189,000	$0	$0	$2,189,000
EPS (ADMINISTRADORAS: 7)				38	$6,838,300	$0	$0	$6,838,300
CAPITAL SALUD	EPSC34	900,298,372	9	6	$1,062,900	$0	$0	$1,062,900
COMPENSAR	EPS008	860,066,942	7	1	$23,600	$0	$0	$23,600
FAMISANAR	EPS017	830,003,564	7	5	$975,200	$0	$0	$975,200
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	2	7	$1,274,300	$0	$0	$1,274,300
NUEVA EPS MOVILIDAD	EPS041	900,156,264	2	3	$534,400	$0	$0	$534,400
SALUD TOTAL	EPS002	800,130,907	4	11	$1,932,900	$0	$0	$1,932,900
SANITAS	EPS005	800,251,440	6	5	$1,035,000	$0	$0	$1,035,000
ICBF (ADMINISTRADORAS: 1)				38	$1,642,600	$0	$0	$1,642,600
INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	PAICBF	899,999,239	2	38	$1,642,600	$0	$0	$1,642,600
SENA (ADMINISTRADORAS: 1)				38	$1,095,200	$0	$0	$1,095,200
SENA	PASENA	899,999,034	1	38	$1,095,200	$0	$0	$1,095,200
TOTAL				38	$21,377,600	$0	$0	$21,377,600

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

Acacias, Agosto 02 de 2023

INTER 749 AV- 006

Eliana Martinez.
02/08/23

Señora:
MARGARITA PARRA MOTTA
R/L CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
Ciudad.

Cordial Saludo

Como es de su conocimiento adelantamos funciones de interventoría de manera respetuosa nos permitimos relacionar las obligaciones que se deben tener en cuenta durante el inicio y desarrollo del Convenio de Asociación 663 de 2022, para garantizar una adecuada prestación y ejecución de los servicios plasmados en el mismo.

- **(Obligación 16).** El contratista deberá entregar los aportes correspondientes del convenio en mención durante la ejecución del mismo, sin que estos queden acumulados para ser entregados en el último mes, previa presentación del cronograma de entrega aprobado por la interventoría y/o supervisión, los cuales serán definidos en el primer comité técnico realizado por la Secretaria Social de Educación Cultura y Deportes y estarán sujeto a cambio de ser necesario.

- **(Obligación 15).** El contratista deberá prestar el apoyo necesario al ente territorial, con relación a lo requerido con el proceso de renovación y/o obtención del certificado de funcionamiento de los Centros Vida y el Centro de Promoción Social; a su vez debe velar por que cada uno de los compromisos adquiridos a través de los estándares contemplados en la Resolución No. 024 y 055 se les dé el cabal cumplimiento en el desarrollo del convenio.

- **(Obligación 4)** El contratista deberá presentar el informe para la revisión de la interventoría de forma mensual, a más tardar los 8 primeros días del mes, correspondiente al corte de las actividades de acuerdo a la fecha del acta de inicio del convenio. Después de aprobado el informe por la interventoría y la Secretaria Social de Educación Cultura y Deportes, este debe ser escaneado y entregado a la Secretaría Social de Educación, Cultura y Deportes en un CD, la entrega no será mayor a 8 días después de aprobado el informe.

- **(Obligación 8)** Presentar los protocolos de bioseguridad para la mitigación del Covid-19, al inicio de la ejecución del convenio ante la secretaria social de Educación Cultura y deportes para la aprobación y aplicación en los Centros vida y el Centro de Promoción social Hogar San José.

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

- **(Obligación 11)** El servicio de alimentación prestado, producto de este convenio, deberá cumplir con las características técnicas, según las minutas presentadas y aprobadas para el proceso, en las cantidades y gramajes establecidos por la nutricionista.

- **(Obligación 13).** El personal contratado bien sea por CPS o nómina, deberá recibir sus sueldos y honorarios respectivamente según su vinculación de forma puntual y conforme a la ley, no superando los 8 primeros días de cada mes, haciendo los respectivos descuentos municipales a que haya lugar.

- **(Obligación 20).** Se deberá con anterioridad coordinar con la interventoría fecha y hora para la revisión y aprobación de los elementos de kit de aseo que serán entregados a los 265 usuarios del programa.

Todo lo anterior para su conocimiento y fines pertinentes.

Cordialmente,

ADRIANA MARIA VERA MONROY
Contrato Interventoría No. 749 de 2023

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

Acacias, Agosto 02 de 2023

INTER 749 AV- 007

Eliana Martinez.
02/08/23

Señora:
MARGARITA PARRA MOTTA
R/L CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
Ciudad.

ASUNTO: Solicitud listado de usuarios beneficiarios pañales- curaciones

Cordial saludo.

Por medio de la presente, con el fin de dar cumplimiento a las obligaciones pactadas en el Convenio de Asociación 663 de 2022, solicito a usted se sirva llegar a esta oficina, listado de adultos mayores beneficiarios en consumo de pañales y curaciones, donde se indique nombre de adulto mayor, número de identificación, edad, diagnóstico médico, cantidad de pañales utilizados por día.

Agradezco su atención.

Cordialmente,

ADRIANA MARIA VERA MONROY
Contrato Interventoría No. 749 de 2023

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

ALCALDIA MUNICIPAL DE ACACÍAS META
SECRETARIA SOCIAL DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES
CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
CONVENIO DE ASOCIACIÓN No. 663 DE 2022
"SERVICIO DE ATENCIÓN DE PERSONAS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD A TRAVÉS DEL CENTRO DE PROMOCIÓN Y LOS CENTROS VIDA DEL MUNICIPIO DE ACACÍAS"

Acacias agosto 07 de 2023

Recibido 07 agosto
Evika Ariza

Doctora
ADRIANA MARIA VERA MONROY
Interventoría

Asunto: Respuesta Solicitud listado de usuarios beneficiados pañales- curaciones

Cordial saludo,
Por medio de la presente con el fin de dar cumplimiento a las obligaciones pactadas en el convenio de Asociación 663 de 2022 , me permito enviar el listado de adultos mayores beneficiados en consumo de pañales y curaciones, donde se indica nombre del adulto mayor, número de identificación, edad, diagnóstico médico, cantidad de pañales utilizados por día.

Para lo anterior adjunto documentos

Atentamente

Margarita Parra Motta
R/L Corporación un Mañana Mejor

Proyectó: Psic. Nury Fuentes García
Directora Centro de Promoción y Centro Vida Hogar

Calle 35C este N°19-46 Morichal. Villavicencio- Meta. Email: margaretparra1756@hotmail.com -
Cel: 3134851061 – Tel. 6838486

CONSUMO DE PAÑALES CENTRO DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE

NO.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	EDAD	DIAGNOSTICO MEDICO	CANTIDAD DE PAÑALES AL DIA
1	ALBA BERNABE	488.822	92	F03X DEMENCIA	9
2	ACEVEDO LUIS FELIPE	1.079.870	56	R270 ATAXIA CEREBELOSA	1
3	BAQUERO ROMERO MARIA SOLEDAD	20.544.901	87	I10X HIPERTENSION, DEMENCIA	9
	BAQUERO LUIS ENRIQUE	3.269.677	82	HIPERTENSION+EPOC+ POP FX DE CADERA	6
4	BUITRAGO DE CARVAJAL CARLINA	21.871.402	88	I10X HIPERTENSION, E780	5
5	CALDERON AYALA ISABEL	21.172.005	95	I10X HIPERTENSION	5
6	CAMACHO SILVA EDUARDO	472.119	87	I10X HIPERTENSION	6
7	CASTAÑEDA JOSE ALVARO	3.113.031	84	I10X HIPERTENSION, EPOC	2
8	CASTRO AVILEZ MARIA VIANEY	28.811.845	59	I10X HIPERTENSION , F319 TRASTORNO	5
9	CELIS BASTO CUSTODIO	1.122.118.852	73	DEMENCIA NO ESPECIFICADA	9
10	CELIS MARIA DIOCELINA	21.175.414	72	INCONTINENCIA URINARIA DIABETES	3
11	CORTEZ GUILLERMO ANTONIO	19.207.413	69	DEMENCIA	9
12	CUADROS JUAN DE JESUS	5.541.500	66	HIPERTENSION, ACV. TRANSTORNO METAL	5
13	GONZALEZ CARLOS JULIO	2.249.053	91	I10X HIPERTENSION, TRASTORNO AFECTIVO	4
14	JIMENEZ JOSE SIERVO	4.067.015	84	J449 EPOC, HTA	9
15	LINARES CARLOS ALBERTO	3.289.902	79	I10X HIPERTENSION , ALZHHEIMER	9
16	MARTINEZ MARINA	28.845.970	84	DEMENCIA SENIL	9
17	MOLINA PINZÓN MARIA INÉS	20.036.096	94	I10X HIPERTENSION	9
18	RIVEROS PEDRO ANTONIO	3.269.084	85	DX ,HTA, DEMENCIA	9
19	SANDOVAL NUBIA ESTELA	21.176.583	61	HTA, HIPOTIROIDISMOS,	4
20	SANTANA MARCO AURELIO	482.704	94	SIN PATOLOGIAS PREVIAS	9
21	SOTELO SASTRE JOSE TULIO	459,109	89	HIPERTENSION	9
22	TOVAR MARIA ELVIRA	20.167.266	86	HIPERTENSION, DMNID, HIPERLIPIDEMIA,	9
23	VARGAS MIGUEL ANGEL	2,981,212	87	I10X HIPERTENSION, E780	10
24	ZARTA JOSE IGNACIO	5.982.210	76	TRANSTORNO MENTAL DEBIDO A LESION CEREBRAL	10
					174

NOTA ACLARATORIA: ESTE CONSUMO DE PAÑALES ES EL QUE SE CALCULA DIARIAMENTE PARA LOS ADULTOS NO FUNCIONALES DEL CENTRO DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE, CABE RESALTAR QUE ESTA CANTIDAD EN OCASIONES AUMENTA POR LA NECESIDAD DE LOS ADULTOS (HOSPITALIZACIONES MUNICIPALES E INTERMUNICIPALES Y ENFERMEDAD DIARREICA)

ADULTOS CON CURACIONES CENTRO DE PROMOCION Y CENTRO VIDA HOGAR SAN JOSE			
NOMBRES Y APELLIDOS	**CEDULA**	**EDAD**	**DX MEDICO**
LEOVIGILDO CASTRO	2771714	78	POP RESECCION DE MASA EN MSI
PEDRO EMILIO LEON	19160241	71	POP HERNIA INGUINAL
MARIA BUITRAGO	21171201	87	ULCERAS MII
JUAN BAUTISTA	371171	82	POP FX DE FEMUR MII
BERNABE ALBA	489822	92	CARCINJOMA EN CARA

ADRIANA MARIA VERA MONROY
NIT: 52073664-2

Acacias, Agosto 03 de 2023 INTER 749 AV- 008

Señora:
MARGARITA PARRA MOTTA
R/L CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
Ciudad.

Cordial saludo:

Por medio de la presente me permito solicitar las fechas en las cuales se llevara a cabo las celebraciones de cumpleaños, jornadas de autocuidado, y salidas recreativas descritas dentro del Convenio de Asociación 663 de 2022, donde se indique día, hora y nombre del Centro Vida. Es importante tener en cuenta que todo cambio se debe presentar y previamente autorizar ante la interventoría.

Atendiendo a lo anterior solicito a ustedes de manera escrita dar respuesta a mi solicitud en un término no mayor a 5 días.

Agradezco su atención.

Cordialmente,

ADRIANA MARIA VERA MONROY
Contrato Interventoria No. 749 de 2023

Eliana Martinez.
03/08/23

TELEFONO: 310 217 9384, E-MAIL: adriana.interventora@gmail.com

Acacias, Agosto 03 de 2023

INTER 749 AV- 009

Señora:
MARGARITA PARRA MOTTA
R/L CORPORACION UN MAÑANA MEJOR
Ciudad.

ASUNTO: Solicitud minuta patrón

Cordial saludo.

Por medio de la presente, con el fin de dar cumplimiento a las obligaciones pactadas en el Convenio de Asociación 663 de 2022, solicito a usted sea sirva allegar a esta interventoría la minuta patrón establecida para los Centros Vida Hogar San José, Centro Vida Zona Alta y Centro Vida Dinamarca, junto con las respectivas listas de intercambios, y minutas de refrigerios esto con el fin de evidenciar el cumplimiento del servicio de alimentación.

Atendiendo a lo anterior solicito a ustedes de manera escrita dar respuesta a mi solicitud en un término no mayor a 5 días.

Agradezco su atención.

Cordialmente,

Eliana Martinez.
03/08/23

ADRIANA MARIA VERA MONROY
Contrato Interventoría No. 749 de 2023

Acacias agosto 08 de 2023

Rdo Gestión 08/08/23

Doctora
ADRIANA MARIA VERA MONROY
Interventoría

Asunto: Respuesta Solicitud minuta patrón

Cordial saludo,
Por medio de la presente, dando respuesta a la solicitud del cumplimiento de las obligaciones pactadas en el convenio de asociación 663 de 2022, hago entrega la minuta patrón establecida, los listados de intercambio y minutas de refrigerios establecidas para los Centros Vida Zona Alta, Centro Vida Dinamarca, Centro de Promoción y Centro Vida Hogar San José, donde se puede corroborar el cumplimiento del servicio de alimentación.

Para lo anterior adjunto documento

Atentamente

Margarita Parra Motta
R/L Corporación un Mañana Mejor

Proyecto: Psic. Nury Fuentes García
Directora Centro de Promoción y Centro Vida Hogar San José

Calle 35C este N°19-46 Morichal. Villavicencio- Meta. Email: margaretparra1756@hotmail.com - Cel: 3134851061 – Tel. 6838486

MINUTA PATRON

CENTRO VIDA: CENTRO DE BIENESTAR Y CENTRO VIDA HOGAR SAN JOSE
GRUPO DE EDAD: ADULTOS (50 A 59 AÑOS) Y ADULTOS MAYORES (60 A 69 AÑOS Y >70 AÑOS)

DESAYUNO

COMPONENTE	GRUPO ALIMENTO O INTERCAMBIO	FRECUENCIA	Cantidad			Unidad Casera de Servido (según Guía Metodología ICBF: Atlas fotográfico de porciones para cuantificar el consumo de alimentos y nutrientes)
			P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
BEBIDA LÁCTEA	Leche de vaca entera en polvo, café, chocolate, avena, maicena, yogurt, telero (agua de panela con leche), leche saborizada	7 veces/semana	200 ml	200 ml	200 ml	1 pocillo chocolatero (código menaje 507)
ALIMENTO PROTÉICO*	Caldo con papa y proteína animal (carne, mollejas, pollo, huevo)	4-7 veces/semana	340 ml	300 ml	300 ml	1 taza (código menaje 495)
	Huevo	1-2 veces/semana	56 g	50 g	50 g	1 unidad
	Proteína cárnica (hígado, carne)	2 veces/semana	80 g	77 g	80 g	1 porción pequeña
CEREAL O DERIVADO DE CEREAL	Arroz	1-2 vez/semana	41 g	35 g	65 g	1 porción pequeña
	Arepa con queso, pan, arepuelas de harina de trigo, sandwich con queso o mogolla	5-6 veces/semana	30 a 40 g	30 a 40 g	30 a 40 g	1 unidad pequeña

* Nota aclaratoria: 3 veces en el mes se da caldo con proteína animal y huevo en este tiempo de comida.

REFRIGERIO MAÑANA - NUEVES

COMPONENTE	GRUPO ALIMENTO O INTERCAMBIO	FRECUENCIA	Cantidad			Unidad Casera de Servido (según Guía Metodología ICBF: Atlas fotográfico de porciones para cuantificar el consumo de alimentos y nutrientes)
			P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
BEBIDA	Bebida láctea: Leche entera pasteurizada, yogurt, leche saborizada, avena	6 vez/semana	200 ml	200 ml	200 ml	1 vaso mediano de cristal (código menaje 513)
	Bebida no láctea*: nectar de fruta, bebida vegetal	1 vez/semana	210 ml	200 ml	200 ml	1 vaso mediano de cristal (código menaje 513)
CEREAL ACOMPAÑANTE	Ponqué, brownie, galletas, pan, mogolla, cereal o manicocado	7 veces/semana	30 a 40 g	30 a 40 g	30 a 40 g	1 porción pequeña o 1 unidad
FRUTA	Fruta entera	3 veces/semana	100g	80 g	80 g	1 porción mediana

*Nota Aclaratoria: durante el ciclo de menús de 28 días sólo se brinda 1 vez néctar de fruta y 4 veces bebida vegetal en este tiempo de comida, por lo cual los aportes de proteína y calcio no se ven afectados.

ALMUERZO

COMPONENTE	GRUPO ALIMENTO O INTERCAMBIO	FRECUENCIA	Cantidad			Unidad Casera de Servido (según Guía Metodología ICBF: Atlas fotográfico de porciones para cuantificar el consumo de alimentos y nutrientes)
			P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
SOPA O CREMA	Sopa de verduras, leguminosas, mazorca, avena, cebada, mute, arroz, ajiaco, plátano, sancocho, o crema de: verduras, ahuyama, cebolla, etc.	7 veces/semana	300 ml	250 ml	250 ml	3/4 taza (código menaje 499)
ALIMENTO PROTEICO	Carnes: res, pollo, cerdo o pescado	7 veces/semana	105 a 115 g	95 g	65 g	1 porción pequeña
CEREAL	Arroz	7 veces/semana	55 g	48 g	85 g	1 porción mediana
TUBÉRCULOS, RAÍCES Y PLÁTANOS	Plátano, papa, papa criolla, yuca	5 veces/semana	140 a 110 g	90 g	90 g	1 porción mediana
VERDURA Y HORTALIZAS	Verdura cocida: habichuela, pepino, zanahoria, arveja, remolacha, coliflor, espinaca, etc.	7 veces/semana	145 a 125 g	95 g	105 g	1 porción grande
	Ensalada: tomate, lechuga, zanahoria, aguacate, etc.		110 a 80 g	70 g	70 g	1 porción mediana
JUGO DE FRUTA	Lulo, maracuyá, tomate de árbol, piña, etc.	7 veces/semana	300 ml	280 ml	280 ml	1 vaso (1 porción grande)

REFRIGERIO TARDE - ONCES

COMPONENTE	GRUPO ALIMENTO O INTERCAMBIO	FRECUENCIA	Cantidad			Unidad Casera de Servido (según Guía Metodología ICBF: Atlas fotográfico de porciones para cuantificar el consumo de alimentos y nutrientes)
			P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
BEBIDA	Bebida láctea: Leche entera pasteurizada o en polvo, yogurt, leche saborizada, avena.	7 vez/semana	200 ml	200 ml	200 ml	1 vaso mediano de cristal (código menaje 513)
CEREAL ACOMPAÑANTE	Ponqué, brownie, galletas, pan, magdalena, cereal o mantecada.	7 veces/semana	30 a 40 g	30 a 40 g	30 a 40 g	1 porción pequeña o 1 unidad
FRUTA	Fruta entera	3 veces/semana	100g	80 g	80 g	1 porción mediana

COMIDA - CENA

COMPONENTE	GRUPO ALIMENTO O INTERCAMBIO	FRECUENCIA	Cantidad			Unidad Casera de Servido (según Guía Metodológica ICBF: Atlas fotográfico de porciones para cuantificar el consumo de alimentos y nutrientes)
			P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
ALIMENTO PROTEICO	Carne; res, pollo o cerdo	7 veces/semana	105 a 115 g	95 g	65 g	1 porción pequeña
CEREAL	Arroz, spaguetti	7 veces/semana	55 g	48 g	85 g	1 porción mediana
TUBÉRCULOS, RAÍCES Y PLÁTANOS	Plátano; papa, papa criolla, yuca	3 veces/semana	120 a 90 g	70 g	70 g	1 porción pequeña
VERDURA Y HORTALIZAS	Verdura cocida: habichuela, pepino, zanahoria, arveja, remolacha, coliflor, espinaca, etc.	7 veces/semana	145 a 125 g	95 g	105 g	1 porción grande
	Ensalada: tomate, lechuga, zanahoria, aguacate, etc.		110 a 80 g	70 g	70 g	1 porción mediana
JUGO DE FRUTA	Lulo, maracuyá, lolamte de árbol, piña, etc.	7 veces/semana	300 ml	280 ml	280 ml	1 vaso (1 porción grande)

APORTE NUTRICIONAL DE LA MINUTA PATRÓN

	Kcal	Proteina g	Lipidos g	CHO g	Colesterol mg	Calcio mg	Hierro** mg	Sodio*** mg
APORTE DE LA MINUTA PATRÓN	2.075	79,0	79,0	234,0	264,0	894,0	7,5	1.250
RIEN PARA EL GRUPO DE EDAD (Cálculos para la recomendación de calorías, macronutrientes y micronutrientes se realiza con EAR*, excepto sodio con AI*)	1.928	72,3	75,0	241,0	<300	UL=580	UL=45	UL=2.300
					250	950	8,3	1.250
AMDR (RANGO ACEPTABLE DE DISTRIBUCIÓN DE NUTRIENTES)		15%	35%	50%				
% CUBRIMIENTO DEL MENÚ	108%	109%	105%	97%	106%	94%	91%	100%

*AMDR: Rango Aceptable de Distribución de Nutrientes, *EAR: Requerimiento Promedio Estimado, AI*: Ingesta Adecuada

** Nota aclaratoria: el total del hierro aportado por la minuta patrón hace referencia a hierro HEM.

*** Nota aclaratoria: el sodio aportado por la minuta es de 951 mg, por lo cual se debe adicionar 1 gramo de sal/día para logra la adecuación.

FUENTE: Resolución 003803 de 2016 por la cual se establecen las Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes-RIEN para la población colombiana y se dictan otras disposiciones.

Norma Catalina Rodriguez Molano
Nutricionista Dietista - RND 03013

Fecha de elaboración: 26 de enero de 2022

CENTRO DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS	
	LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES MAGRA
	CARNE DE RES MOLIDA
	CARNE DE CERDO MAGRA
	PECHUGA DE POLLO CON PIEL
	MUSLO DE POLLO
	PESCADO
	HUEVOS
	FRIJOL, LENTEJA Y GARBANZO
CEREAL	ARROZ
	PASTA ALIMENTICIA ENRIQUECIDA
TUBERCULOS - RAICES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	YUCA
	PLATANO VERDE
	PLATANO MADURO
	PAPA COMUN CON CASCARA
	AREPAS, BOLLOS, PALITOS, OTROS CON HARINA DE MAIZ
	PAN, OTROS PRODUCTOS CON HARINA DE TRIGO
	PAPA CRIOLLA
VERDURAS	AHUYAMA
	APIO EN RAMA
	CEBOLLA CABEZONA
	COLIFLOR
	GUATILA
	HABICHUELA
	ACELGA
	ZANAHORIA
	HABICHUELA
	LECHUGA
	PEPINO COHOMBRO
	PEPINO COMUN
	TOMATE
	BROCOLI
	REMOLACHA
	REPOLLO
	BROCOLI
FRUTA	PIÑA
	GUAYABA
	MARACUYA
	CURUBA
	NARANJA
	MORA
	FRESA
	MANGO
	BANANO
	LULO
	TOMATE DE ARBOL ROJO
	TOMATE DE ARBOL AMARILLO
AZUCARES	AZUCAR
	PANELA
GRASAS	ACEITE
	MARGARINA
LACTEOS	LECHE ENTERA EN POLVO
	QUESO
	LECHE ENTERA PASTEURIZADA

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	ADRIANA ALEJANDRA RODRIGUEZ AIDA		
FIRMA		PROFESIONAL	TP 101361353

TP 101361353
Nutricionista Dietista

Escaneado con CamScanner

CENTRO DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS	
COMPONENTE	LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
LÁCTEOS (Bebidas lácteas agua panela leche)	CHOCOLATE CON LECHE
	AGUA DE PANELA CON LECHE
	COLADA DE MAIZENA CON LECHE
	COLADA DE AVENA CON LECHE
	LECHE ENTERA
	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO
	COLADA DE HARINA DE TRIGO
	QUESO
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES MAGRA
	CARNE DE RES MOLIDA
	CARNE DE CERDO MAGRA
	PECHUGA DE POLLO CON PIEL
	PESCADO
	VÍSCERAS
	HUEVOS
	FRIJOL, LENTEJA Y GARBANZO
CEREAL O DERIVADO DE CEREAL	ARROZ
	AREPA BLANCA
	AREPA CON QUESO
	PAN DE SAL (CALENTANO, MANTEQUILLA, BLANCO, DE QUESO, ROLLO, ALIÑADO, CROISSANT)
	PAN DULCE
	GALLETAS TIPO CRACKER, DE SODA, INTEGRALES, CASERA
	TORTAS Y PONQUES SIN RELLENO
	AREPUELA
AZÚCARES	AZUCAR
	PANELA
GRASAS	ACEITE
	MARGARINA

NOMBRE PARTICIPANTE - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JOHN ALEXANDER MENDEZ ROA		
FIRMA	T.P. 101361353 Nutricionista Dietista	MATRÍCULA PROFESIONAL	

Escaneado con CamScanner

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CAFÉ CON LECHE	L005	Café, soluble, en polvo	10	10	100	36	1,3	0,0	7,5	14,1	0,4	3,8
			K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON POLLO Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	88	77,19	98	126	16,0	7,1	0,1	8,5	0,5	48,6
			B033	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		AREPUELA	A040	harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	50	50	100	180	6,3	0,9	36,2	7,5	2,2	1,0
			G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	20	20	100	60	3,5	5,1	0,1	117,2	0,1	187,0
			Z004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,3	26,7	0,9	70,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL								773	40	27	90	327	6	388
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		SOPA DE ARVEJA	T003	Arveja seca, cruda	25	25	100	94	6,0	0,3	15,1	15,0	1,2	3,8
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
			B105	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B080	Pimentón rojo, crudo	4	3,4	85	1	0,0	0,0	0,2	0,2	0,0	0,1
		ARROZ ROJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	13	10,4	80	6	0,1	0,0	1,1	1,7	0,1	7,4
			D010	Aceite de Palma Africana	6	6	100	54	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		CARNE EN CUAJADA Y ENSALADA	F100	Res, carne semigorda, cruda	95	95	100	212	20,3	14,3	0,3	5,7	1,8	47,5
			B105	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	B059	Lechuga común	50	27,5	55	5	0,2	0,0	0,7	5,8	0,2	1,7
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	10	23,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			B105	Tomate, crudo	30	24	80	6	0,2	0,0	1,0	2,2	0,1	1,4
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
		PAPA PURE	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	115	90,4	80	67	1,7	0,1	13,8	12,7	0,3	9,9
			D020	Mayonesa, con sal	5	3	100	10	0,0	1,0	0,2	0,4	0,0	21,3
		JUGO DE FRUTA	C045	Lulo, crudo	117	70	60	34	0,6	0,1	6,2	7,0	0,4	0,0
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								828	33	32	95	87	5	113
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		CERDO EN CUAJADA CON VERDURAS	F011	Cerdo, carne magra cruda	115	115	100	161	24,6	6,9	0,2	19,6	0,9	59,8
			B105	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B052	Habichuela, cruda	25	22,5	90	10	0,5	0,0	1,6	9,0	0,2	1,4
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		AREPA FRITA	A005	Arepa de maíz precocido sin sal	20	20	100	31	0,7	0,1	6,9	3,8	0,1	0,0
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	117	70	60	41	1,2	0,1	8,8	7,0	0,6	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								629	33	22	72	68	3	80
TOTAL APORTE MINUTA								2230	105	82	258	482	14	581
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								116	143	109	107	51	166	46

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
DESAYUNO		CHOCOLATE CON LECHE	A010	Chocolate, en pastilla, con azucar	18	18	100	84	0,6	3,0	13,6	6,5	0,6	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON CARNE Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	31	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	36	36	100	80	7,8	5,4	0,1	2,2	0,7	18,0
			B103	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B015	Cilantro crudo	14	12,6	90	6	0,3	0,1	0,7	10,1	0,2	5,8
		HUEVO CON TOMATE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50	90	75	6,1	5,4	0,2	26,5	0,9	69,5
			B103	Tomate, crudo	10	8	80	2	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		AREPA BLANCA	A005	Arepa de maiz precocido sin sal	40	40	100	62	1,4	0,2	13,8	7,6	0,2	0,0
TOTAL								525	23	23	56	195	4	162

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
ALMUERZO		SOPA DE HABAS	B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,1	0,0	3,6	10,1	0,1	11,1
			B044	Espinaca, cruda	25	15	60	5	0,4	0,0	0,6	18,5	0,4	9,9
			T001	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			B032	Plátano hartón, verde, crudo	60	40,8	68	68	0,5	0,1	16,9	3,3	0,2	10,6
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	31	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			D009	Aceite de Palma	3	3	100	27	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			F112	Res, hueso carnudo, cruda	22	14,96	68	25	1,2	1,1	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ DINAMARCA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,4	0,2	32,0	3,6	0,1	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	85	8	0,1	0,0	1,6	4,6	0,1	6,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		POLLO SUDADO	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	94,9	73	171	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	25,0
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	1,4	0,0	0,9
		PAPA CRIOLLA CON MAYONESA	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	90	90	100	85	2,0	0,1	19,0	9,9	0,9	16,2
			D020	Mayonesa, con sal	3	3	100	10	0,0	1,0	0,2	0,4	0,0	21,3
		HABICHUELAS GUISADAS	B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			D018	Margarina con sal	2	2	100	15	0,0	1,6	0,0	0,1	0,0	17,5
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	15	15	100	8	0,5	0,5	0,5	18,0	0,0	6,3
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		JUGO DE FRUTA	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	117	70,2	60	41	1,2	0,1	8,8	7,0	0,6	0,7
			E003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								899	36	25	129	168	6	216

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
COMIDA		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,1	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		TORTILLA DE HUEVO CON CARNE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			F100	Res, carne semigorda, cruda	50	50	100	112	10,8	7,6	0,2	1,0	1,0	25,0
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	B059	Lechuga comun	50	27,5	55	5	0,2	0,0	0,7	5,8	0,2	1,7
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			B103	Tomate, crudo	30	24	80	6	0,2	0,0	1,0	2,2	0,1	1,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
		YUCA COCIDA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	112	0,6	0,2	26,3	11,3	0,2	9,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			E003	Azúcar, blanco, granulado	10	10	100	40	0,0	0,0	9,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								740	22	34	84	96	4	120

TOTAL APORTE MINUTA								2163	80	83	269	464	14	499
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								112	110	100	112	49	171	40

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		COLADA DE MAIZENA	A001	almidon de maiz, crudo	12	12	100	44	0,0	0,0	11,0	0,2	0,1	1,1
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON CARNE Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	77	77	100	172	16,6	11,6	0,2	4,6	1,5	38,5
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		AREPA BLANCA	A005	Arepa de maíz precocido sin sal	40	40	100	62	1,4	0,2	13,8	7,6	0,2	0,0
TOTAL								510	24	15	67	161	3	111
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		AJIACO	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	95	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	75,0
			T003	Arveja seca, cruda	5	5	100	19	1,2	0,1	3,0	3,0	0,2	0,8
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B047	Guascas, crudas	14	4,9	35	2	0,2	0,0	0,4	12,0	0,3	0,0
			A053	Maíz tierno, crudo	50									
			G001	Crema de leche	10	10	100	33	0,2	3,5	0,2	6,8	0,0	4,6
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	6,4	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		AGUACATE	C002	Aguacate lorena, crudo	125	96,25	77	172	1,5	12,8	9,6	9,6	0,4	5,8
		JUGO DE FRUTA	C044	Limón, crudo	140	70	50	31	0,2	0,2	6,5	13,3	0,4	2,8
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								756	29	33	83	80	3	107
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			A072	Pasta alimenticia enriquecida, cruda	8	8	100	30	1,0	0,1	6,0	2,0	0,3	0,5
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		PEPINO CON CARNE	F100	Res, carne semigorda, cruda	95	95	100	212	20,5	14,3	0,3	5,7	1,8	47,5
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			B078	Pepino de rellenar, crudo	67	60,3	90	13	0,4	0,1	2,3	9,0	0,4	2,4
			D015	Mantequilla	4	4	100	30	0,0	3,3	0,0	0,9	0,0	8,9
		PLÁTANO MADURO FRITO	B089	Platano hartón, maduro, crudo	125	90	72	119	1,0	0,2	27,3	2,7	0,5	3,6
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								743	27	28	92	62	5	67

TOTAL APORTE MINUTA								2009	80	77	242	303	11	285
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								104	109	103	100	32	130	23

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	sodio (mg)
DESAYUNO		AVENA SIN LECHE	A012	Avena en hojuelas, precocida	12	12	100	49	2,0	0,9	7,7	6,5	0,5	0,4
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDERON CARNE Y PAPA	B064	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	77	77	100	172	16,6	11,6	0,2	4,6	1,5	38,5
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	9	7,2	80	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		AREPA CON QUESO	A007	Arepa de maiz con queso asada	40	40	100	84	1,9	3,4	11,6	0,0	0,0	0,0
TOTAL								537	37	20	61	160	3	110
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	sodio (mg)
ALMUERZO		CREMA DE MAZORCA	A053	Maiz tierno, crudo	50	50	100	76	1,7	0,6	15,3	2,5	0,4	1,5
			B009	Ajo, crudo	4	3,8	95	5	0,2	0,0	1,1	1,5	0,0	0,7
			B064	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			G001	Crema de leche	20	20	100	66	0,4	7,0	0,3	13,6	0,0	9,2
			D015	Mantequilla	4	4	100	30	0,0	3,3	0,0	0,9	0,0	8,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	12	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	3,4	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		POLLO EN SALSA BLANCA	F086	Pollo, pechuga, con piel, cruda	102	95	93	157	19,6	8,7	0,1	10,4	0,7	59,8
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			A040	harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	5	5	100	18	0,6	0,1	3,6	0,8	0,2	0,1
			D015	Mantequilla	4	4	100	30	0,0	3,3	0,0	0,9	0,0	8,9
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	20	20	100	11	0,6	0,6	0,7	24,0	0,0	0,4
		ENSALADA TOMATE	B103	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
			C044	Limón, crudo	6	3	50	1	0,0	0,0	0,3	0,6	0,0	0,1
		PLATANO MADURO	B089	Platano hartón, maduro, crudo	125	90	72	119	1,0	0,2	27,3	2,7	0,5	3,6
		JUGO DE FRUTA	C051	Mango común, crudo	140	70	50	55	0,4	0,0	12,0	10,5	0,4	2,8
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								890	31	29	132	107	3	123
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	sodio (mg)
COMIDA		ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			B019	Arveja verde, cruda	47	18,8	40	19	1,1	0,1	2,9	6,8	0,3	0,9
		CARNE EN BISTEC	F100	Res, carne semigorda, cruda	95	95	100	212	20,5	14,3	0,3	5,7	1,8	47,5
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA VARIADA	B099	Repollo blanco, crudo	36	25	70	10	0,5	0,1	1,6	11,0	0,1	4,5
			K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			C072	Piña, cruda	40	22	55	12	0,1	0,0	2,7	3,5	0,1	0,7
			G001	Crema de leche	8									
		PAPA A LA FRANCESA	B064	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	52	1,3	0,1	10,8	9,9	0,2	7,7
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C045	Lulo, crudo	117	70,2	60	34	0,6	0,1	6,2	7,0	0,4	0,0
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								779	29	30	94	96	5	89

TOTAL APORTE MINUTA	2206	86	79	278	362	11	321
RECOMENDACIÓN	1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %	114	118	105	115	38	136	26

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	16	16	100	84	0,6	3,0	13,6	6,5	0,6	0,0
			G006	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CHANGUA CON HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	60	60	100	33	1,9	1,9	2,0	72,0	0,0	25,2
			A087	Tostadas o Calados, horneados	15	15	100	60	1,5	1,0	10,8	6,0	0,5	85,5
			B009	Ajo, crudo	4	3,8	95	5	0,2	0,0	1,1	1,5	0,0	0,7
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12	4,8	40	2	0,1	0,0	0,3	2,7	0,0	0,7
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		PAN	A060	Pan blanco, regular, horneado	40	40	100	107	3,6	1,4	19,5	21,6	1,2	216,4
TOTAL								434	18	16	53	265	3	450
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		SOPA DE CEBADA	B092	Habichuela, cruda	25	22,5	90	10	0,6	0,0	1,6	9,0	0,2	1,4
			B130	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			T009	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			A014	Cebada perlada cruda	15	15	100	58	1,9	0,3	10,8	5,4	0,4	1,1
			B088	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B009	Ajo, crudo	15	14,25	95	21	0,7	0,0	4,2	5,7	0,2	2,7
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	22	8,8	40	3	0,1	0,0	0,6	5,0	0,0	1,3
			P112	Res, hueso carnudo, crudo	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,5	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		CARNE ASADA	P100	Res, carne semigorda, cruda	95	95	100	212	20,5	14,3	0,3	5,7	1,8	47,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PLÁTANO VERDE GUISADO	B093	Plátano hartón, verde, crudo	132	90	68	149	1,1	0,2	35,3	7,2	0,4	23,3
			B105	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12	4,8	40	2	0,1	0,0	0,3	2,7	0,0	0,7
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y TOMATE	B044	Espinaca, cruda	30	18	60	6	0,5	0,0	0,7	22,1	0,4	11,9
			B130	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B105	Tomate, crudo	30	24	80	6	0,2	0,0	1,0	2,2	0,1	1,4
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								1053	37	32	146	148	7	147
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B130	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B092	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			B039	Arveja verde, cruda	47	18,8	40	19	1,1	0,1	2,9	6,8	0,3	0,9
		POLLO APANADO	P091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	95	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	75,0
			A040	harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	10	10	100	36	1,3	0,2	7,2	1,5	0,4	0,2
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	10	9	90	13	1,1	1,0	0,0	4,8	0,2	12,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPA AL VAPOR	B088	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	52	1,3	0,1	10,8	9,9	0,2	7,7
		JUGO DE FRUTA	C072	Piña, cruda	128	70,4	55	39	0,4	0,1	8,7	11,3	0,4	2,1
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								654	27	23	82	83	3	117
TOTAL APORTE MINUTA								2142	81	71	281	496	14	714
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								111	111	95	117	52	170	57

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CAFÉ CON LECHE	L005	Café, soluble, en polvo	10	10	100	36	1,3	0,0	7,5	14,1	0,4	3,8
			K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		HÍGADO SUDADO	F109	Res, Hígado, crudo	80	80	100	110	16,3	3,6	3,1	7,2	6,7	60,8
			B103	Tomate, crudo	10	8	80	2	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5									
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
TOTAL								476	24	12	87	165	9	123
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		CREMA DE LENTEJA	T026	Lenteja, común, cruda	25	25	100	97	5,8	0,2	15,3	12,8	1,8	6,8
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	113	90,4	80	87	1,7	0,1	13,8	12,7	0,3	9,9
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		POLLO EN CUADROS GUISADA	F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	102	94,86	93	157	19,6	8,7	0,1	10,4	0,7	59,8
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	10	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPA COCIDA CON CÁSCARA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
		ENSALADA ROJA	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	30	24	80	13	0,3	0,0	2,5	3,8	0,2	17,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	37	31,45	85	15	0,2	0,0	3,0	8,5	0,1	11,0
			D020	Mayonesa, con sal	8	8	100	26	0,1	2,7	0,4	1,1	0,0	56,9
		JUGO DE FRUTA	C056	Maracuyá, cruda	220	70,4	32	42	1,1	0,4	8,7	6,3	1,2	4,2
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								761	32	22	101	90	5	189
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		CARNE EN GOURASH	F100	Res, carne semigorda, cruda	95	95	100	212	20,5	14,3	0,3	5,7	1,8	47,5
			B027	Cebolla cabezona, cruda	27	25,65	95	10	0,4	0,0	2,0	6,2	0,1	1,0
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B052	Habichuela, cruda	50	45	90	19	0,9	0,0	3,2	18,0	0,5	2,7
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PLÁTANO FRITO	B089	Platano hartón, maduro, crudo	125	90	72	119	1,0	0,2	27,3	2,7	0,5	3,6
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	117	70,2	60	41	1,2	0,1	8,8	7,0	0,6	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								748	27	30	90	60	4	71
TOTAL APORTE MINUTA								1985	83	65	257	314	18	383
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								103	114	86	107	33	212	31

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
DESAYUNO		AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON POLLO Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	83	77,19	93	128	16,0	7,1	0,1	8,5	0,5	48,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		AREPA CON QUESO	A007	Arepa de maiz con queso asada	40	40	100	84	1,9	3,4	11,6	0,0	0,0	0,0
TOTAL								462	24	14	58	162	3	126
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
ALMUERZO		SOPA DE AVENA	B052	Habichuela, cruda	25	23	90	10	0,5	0,0	1,6	9,0	0,2	1,4
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			A012	Avena en hojuelas, precocida	12	12	100	49	2,0	0,9	7,7	6,5	0,5	0,4
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	22	8,8	40	3	0,1	0,0	0,6	5,0	0,0	1,3
			F112	Res, hueso carnudo, crudo	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ CILANTRO	A010	Arroz blanco, pulido. crudo	40	40	100	141	1,5	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	8,6	0,1	1,7
			B035	Cilantro crudo	10	9	90	4	0,2	0,1	0,5	7,4	0,2	4,1
		CARNE DESMECHADA	F100	Res, carne semigorda, cruda	95	95	100	212	20,5	14,3	0,3	5,7	1,8	47,5
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			B080	Pimentón rojo, crudo	4	3,4	85	1	0,0	0,0	0,2	0,2	0,0	0,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		COLIFLOR SUDADO	B039	Coliflor, crudo	75	60	80	22	1,1	0,1	3,4	15,0	0,4	24,6
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12	4,8	40	2	0,1	0,0	0,3	2,7	0,0	0,7
			D015	Mantequilla	4	4	100	30	0,0	3,3	0,0	0,9	0,0	8,9
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	20	20	100	11	0,6	0,6	0,7	24,0	0,0	8,4
		YUCA FRITA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	112	0,6	0,2	26,3	11,3	0,2	9,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C091	Guayaba, madura, cruda	93	69,75	75	50	0,6	0,2	9,3	9,1	0,2	2,1
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								1027	37	37	130	142	6	152
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
COMIDA		SPAGUETTIS CON POLLO	A072	Pasta alimenticia enriquecida, cruda	25	25	100	93	3,3	0,4	18,7	6,3	1,0	1,5
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	50	50	100	28	1,6	1,6	1,7	60,0	0,0	21,0
			F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	102	94,86	93	157	19,6	8,7	0,1	10,4	0,7	59,8
		PANTAIADO	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	40	40	100	111	3,6	0,6	22,7	10,0	0,8	473,2
		TOMATE EN ROSCAS	B103	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								510	30	12	69	127	4	562
TOTAL APORTE MINUTA								1999	91	62	257	481	12	841
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								104	124	83	107	45	150	67

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CAFÉ CON LECHE	L005	Café, soluble, en polvo	10	10	100	36	1,3	0,0	7,5	14,1	0,4	3,8
			K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO DE POLLO	F113	Res, pajarilla o bazo, cruda	30	30	100	31	5,5	1,0	0,0	3,0	13,4	25,5
			F109	Res, Hígado, crudo	25	25	100	35	5,1	1,1	1,0	2,3	2,1	19,0
			F105	Res, corazón, crudo	25	25	100	27	4,2	0,9	0,4	2,0	1,3	23,5
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	5	5	100	5	0,1	0,0	1,1	0,6	0,1	0,9
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B031	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B039	Cilantro crudo	14	12,6	90	6	0,3	0,1	0,7	10,3	0,2	5,8
		AREPA CON QUESO	A007	Arepa de maíz con queso asada	40	40	100	84	1,9	3,4	11,6	0,0	0,0	0,0
TOTAL								493	27	10	70	216	20	162

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		SOPA DE VERDURAS	B032	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			A035	Maíz tierno, crudo	50	50	100	76	1,7	0,6	15,3	2,5	0,4	1,5
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B046	Fríjol verde, crudo	14	7	50	12	0,7	0,0	2,0	4,7	0,2	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			F112	Res, hueso carnudo, crudo	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	3,4	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	28	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		PECHUGA A LA PLANCHA	F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	102	94,86	93	157	19,6	8,7	0,1	10,4	0,7	59,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		CROQUETAS DE ZANAHORIA	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	50	50	100	180	6,3	0,9	36,2	7,5	2,2	1,0
			K008	Azúcar, blanco, granulado	5	5	100	20	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,9	1,2	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								1059	43	27	195	135	8	126

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ VERDE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B044	Espinaca, cruda	17	10,2	60	3	0,3	0,0	0,4	12,5	0,2	6,7
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		POLLO SUDADO	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	94,9	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	75,0
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B080	Pimentón rojo, crudo	5	4,25	85	1	0,0	0,0	0,3	0,3	0,0	0,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE HABICHUELA, ZANAHORIA CONFITADA, MAYONESA	A072	Pasta alimenticia enriquecida, cruda	15	15	100	56	2,0	0,2	11,2	3,8	0,6	0,9
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B031	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			D020	Mayonesa, con sal	4	4	100	13	0,0	1,3	0,2	0,6	0,0	28,4
		JUGO DE FRUTA	C051	Mango común, crudo	140	70	50	95	0,4	0,0	12,0	10,5	0,4	2,8
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								629	24	23	77	80	3	133

TOTAL APORTE MINUTA								2184	94	61	502	430	31	421
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								113	128	81	129	45	369	34

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas, precocida	12	12	100	49	2,0	0,9	7,7	6,5	0,5	0,4
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
			G006	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON CARNE Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	77	77	100	172	16,6	11,6	0,2	4,6	1,5	38,5
			B105	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B093	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		SANDWICH CON QUESO	A081	Pan blanco, tipo molde, horneado	40	40	100	111	3,6	0,6	21,7	10,0	0,8	473,2
			G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	15	15	100	43	3,5	2,8	0,9	60,8	0,1	71,3
			D015	Mantequilla	4	4	100	30	0,0	3,3	0,0	0,9	0,0	8,9
TOTAL								636	32	23	75	231	4	863
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		GARBANZO CON CALLO	T019	Garbanzo, crudo	25	25	100	98	5,0	1,4	14,7	30,0	1,6	7,5
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
			F097	Res, callo o mondongo, crudo	30	30	100	29	4,4	1,2	0,0	20,1	0,2	29,1
			B105	Tomate, crudo	10	8	80	2	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15	13	85	6	0,1	0,0	1,2	3,4	0,1	4,5
			B080	Pimentón rojo, crudo	3	3	88	1	0,0	0,0	0,2	0,2	0,0	0,1
			B009	Ajo, crudo	4	3,8	95	5	0,2	0,0	1,1	1,5	0,0	0,7
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		POLLO EN SALSA	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	94,9	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	75,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			B105	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			A040	harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	4	4	100	14	0,5	0,1	2,9	0,6	0,2	0,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE TOMATE	B105	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
			C044	Limón, crudo	6	3	50	1	0,0	0,0	0,3	0,6	0,0	0,1
		PAPA CON PEREJIL	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	90	90	100	86	2,0	0,1	19,0	9,9	0,9	16,2
			D020	Mayonesa, con sal	7	7	100	23	0,1	2,3	0,4	1,0	0,0	49,8
			B079	Perejil, crudo	3	2,7	90	1	0,1	0,0	0,2	3,7	0,2	1,5
		JUGO DE FRUTA	C065	Papaya, madura, cruda	100	70	70	28	0,4	0,1	5,7	16,8	0,2	3,5
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								810	36	27	102	132	5	204
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		CERDO A LA PLANCHA	F011	Cerdo, carne magra cruda	95	95	100	133	20,3	5,7	0,2	16,2	0,8	49,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA HAWAIANA	B089	Repollo blanco, crudo	36	25	70	10	0,5	0,1	1,6	11,0	0,1	4,5
			K055	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			C072	Piña, cruda	40	22	55	12	0,1	0,0	2,7	3,5	0,1	0,7
			G001	Crema de leche	8									
		YUCA FRITA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	112	0,6	0,2	26,3	11,3	0,2	9,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C045	Lulo, crudo	117	70,2	60	34	0,6	0,1	6,2	7,0	0,4	0,0
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								698	25	21	99	66	3	74
TOTAL APORTE MINUTA								2144	91	71	274	430	12	941
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								111	124	95	114	45	148	75

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Fibra (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CHOCOLATE CON LECHE	R010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	18	18	100	84	0.6	3.0	13.6	6.5	0,6	0.0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3.4	3.5	5.0	122.2	0,1	48.0
		CALENTADO POLLO Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1.5	0,1	12.2	11.2	0,2	8.8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1.2	0,1	11.6	6.1	0,6	9.9
			P083	Pollo, pechuga, con piel, cruda	85	77.19	91	128	16.0	7,1	0.1	8.5	0,5	48.6
			B035	Cilantro crudo	8	7.2	90	3	0.2	0.0	0.4	5,9	0,1	3.3
		AREPUELA	A040	harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	50	50	100	180	6.3	0,9	36.2	7.5	2,2	1.0
			G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	20	20	100	60	3.5	5,1	0,1	117.2	0,1	187.0
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50.4	90	75	6.4	5,4	0.2	26.7	0,9	70.1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0.0	5,0	0.0	0,0	0,0	0.0
TOTAL								752	39	30	79	312	5	377

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Fibra (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		SOPA DE VERDURAS	B052	Habichuela, cruda	56	50	90	22	1.1	0,0	3.6	20,2	0,5	3.0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37.4	85	18	0.3	0,0	3.6	10.1	0,1	13.1
			T005	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2.4	0,1	6.0	6,0	0,5	1.5
			A053	Maíz tierno, crudo	60	50	100	76	1.7	0,6	15.3	2.5	0,4	1.5
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1.5	0,1	12.2	11.2	0,2	8.8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1.2	0,1	11.6	6.1	0,6	9.9
			B046	Fríjol verde, crudo	14	7	50	12	0.7	0,0	2.0	4.7	0,2	0.0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0.1	0,0	0.7	5,7	0,1	1.5
			F112	Res, hueso carnudo, cruda	22	14.96	68	25	3.2	1,3	0,0	0,9	0,4	9.9
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	3.4	0,2	32.0	3.6	0,3	0.8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0.0	5,0	0.0	0,0	0,0	0.0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	28	11.6	40	4	0.1	0,0	0.8	6,6	0,1	1.7
		PESCADO FRITO	E009	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	112	95.2	85	157	14.8	10,9	0.0	7.6	0,6	93.3
			B103	Tomate, crudo	12	9.6	80	2	0.1	0,0	0.4	0,9	0,0	0.6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9.5	95	4	0.1	0,0	0.7	2.3	0,0	0.4
			B080	Pimentón rojo, crudo	4	3.4	85	1	0.0	0,0	0.2	0.2	0,0	0.1
		HABICHUELA ZANAHORIA CON MAYONESA	B052	Habichuela, cruda	56	50.4	90	22	1.1	0,0	3.6	20,2	0,5	3.0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37.4	85	18	0.3	0,0	3.6	10.1	0,1	13.1
			D020	Mayonesa, con sal	5	5	100	16	0.0	1,7	0.3	0.7	0,0	35.6
		PLATANO COCIDO	B088	Platano harton, maduro, crudo	125	90	72	119	1.0	0,2	27.3	2.7	0,5	3.6
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70	90	52	0.7	0,1	10.2	29.5	1,2	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0.0	0,0	11.9	0.0	0,0	0.0
TOTAL								933	34	20	146	152	6	202

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Fibra (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2.7	0,2	32.0	3.6	0,3	0.8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0.0	5,0	0.0	0,0	0,0	0.0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	85	8	0.1	0,0	1.6	4,6	0,1	6.0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0.1	0,0	0.7	5,7	0,1	1.5
		CARNE DESMECHADA	F100	Res, carne semigorda, cruda	95	95	100	212	20.5	14,3	0.3	5,7	1,8	47.5
			B103	Tomate, crudo	12	9.6	80	2	0.1	0,0	0.4	0,9	0,0	0.6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9.5	95	4	0.1	0,0	0.7	2,3	0,0	0.4
			B080	Pimentón rojo, crudo	4	3.4	85	1	0.0	0,0	0.2	0.2	0,0	0.1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0.0	5,0	0.0	0,0	0,0	0.0
		ENSALADA FRA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	113	90.4	80	67	1.7	0,1	13.8	12,7	0,3	9.9
			B019	Arveja verde, cruda	47	18.8	40	19	1.1	0,1	2.9	6.8	0,3	0.9
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37.4	85	18	0.3	0,0	3.6	10.1	0,1	13.1
			B052	Habichuela, cruda	56	50.4	90	22	1.1	0,0	3.6	20,2	0,5	3.0
			D020	Mayonesa, con sal	10	10	100	33	0.1	3,3	0.5	1.4	0,0	71.1
		JUGO DE FRUTA	C062	Naranja, cruda	116	70	60	29	0.5	0,2	6.1	23.0	0,9	1.4
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0.0	0,0	11.9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								695	28	28	73	97	4	156

TOTAL APORTE MINUTA								2381	101	79	304	560	16	735
RECOMENDACIÓN								1928	75.3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								123	138	103	126	59	194	59

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
DESAYUNO		CAFÉ CON LECHE	L005	Café, soluble, en polvo	10	10	100	36	1,3	0,0	7,5	14,1	0,4	3,8
			K083	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			L008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON HUEVO	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	40	3	0,1	0,0	0,5	4,6	0,0	1,2
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	9,9	0,1	3,3
		AREPA CON QUESO	A007	Arepa de maíz con queso asada	60	60	100	84	1,9	3,4	11,6	0,0	0,0	0,0
TOTAL								447	16	13	66	199	3	152
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
ALMUERZO		SOPA DE MUTE	B052	Habichuela, cruda	25	25	90	20	0,5	0,0	1,6	9,0	0,2	1,4
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			A048	Maíz mote, cocido, sin sal	20	20	100	20	0,5	0,1	4,2	2,6	0,1	0,0
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	22	8,8	40	3	0,1	0,0	0,6	5,0	0,0	1,3
			F113	Res, hueso carnudo, crudo	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ VERDE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,5	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			B044	Espinaca, cruda	25	15	60	5	0,4	0,0	0,6	18,5	0,4	9,9
		CARNE GUISADA CON PAPA	F100	Res, carne semigorda, cruda	99	95	100	212	20,5	14,3	0,3	5,7	1,8	47,5
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	115	90,4	80	67	1,7	0,1	13,8	12,7	0,3	9,9
			B103	Tomate, crudo	12	10	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			B080	Pimentón rojo, crudo	4	3,4	85	1	0,0	0,0	0,2	0,2	0,0	0,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA	B038	Lechuga común	50	27,5	55	5	0,2	0,0	0,7	5,8	0,2	1,7
			B027	Cebolla cabezona, cruda	27	25,65	95	10	0,4	0,0	2,0	6,2	0,1	1,0
			B103	Tomate, crudo	30	24	80	6	0,2	0,0	1,0	2,2	0,1	1,4
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
		JUGO DE FRUTA	C056	Maracuyá, cruda	230	70,4	31	42	1,1	0,4	8,7	6,3	1,2	4,2
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								858	36	27	112	119	7	121
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
COMIDA		ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			B019	Arveja verde, cruda	47	18,8	40	19	1,1	0,1	2,9	6,8	0,3	0,9
		POLLO SUDADO	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	95	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	75,0
			B066	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	50	40	80	30	0,8	0,0	6,1	5,6	0,1	4,4
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPA CRIOLLA FRITA	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	70	70	100	67	1,5	0,1	14,8	7,7	0,7	12,6
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C072	Piña, cruda	128	70,4	55	39	0,4	0,1	8,7	11,3	0,4	2,1
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								700	25	27	86	84	4	114
TOTAL APORTE MINUTA								2005	77	66	264	402	13	388
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								104	106	88	110	42	163	31

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		COLADA DE MAIZENA	A001	almidon de maíz, crudo	12	12	100	44	0,0	0,0	11,0	0,2	0,1	1,1
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON POLLO Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	83	77,19	93	128	16,0	7,1	0,1	8,5	0,5	48,6
			B055	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		MOGOLLA	A057	Mogolla, integral, horneada	40	40	100	124	2,9	0,8	26,4	16,0	2,4	0,4
TOTAL								524	25	12	79	170	4	120

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		CUCHUCO DE CEBADA	B052	Habichuela, cruda	25	23	90	10	0,9	0,0	1,6	9,0	0,2	1,4
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			A017	cuchuco de cebada, crudo	15	15	100	54	1,3	0,1	11,9	5,4	0,3	0,0
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B009	Ajo, crudo	15	14,25	95	21	0,7	0,0	4,2	5,7	0,2	2,7
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	22	8,8	40	3	0,1	0,0	0,6	5,0	0,0	1,3
			F112	Res, hueso carnudo, crudo	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,5	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
		CERDO SUDADO	F011	Cerdo, carne magra cruda	115	115	100	161	24,6	6,9	0,2	19,6	0,9	59,8
			B027	Cebolla cebezona, cruda	116	110	95	44	1,5	0,1	8,5	26,4	0,3	4,4
			B060	Pimentón rojo, crudo	117	99	85	35	1,0	0,3	6,3	7,0	0,4	2,0
			B103	Tomate, crudo	10	8	80	2	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
			D009	Aceite de Palma	3	3	100	27	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPA A LA FRANCESA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	113	90,4	80	67	1,7	0,1	13,8	12,7	0,3	9,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C045	Lulo, crudo	117	70,2	60	34	0,6	0,1	6,2	7,0	0,4	0,0
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								1002	46	23	144	178	6	141

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		PECHUGA ASADA	F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	102	95	93	157	19,6	8,7	0,1	10,4	0,7	59,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		HABICHUELAS GUISADAS	B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			D015	Mantequilla	2	2	100	15	0,0	1,6	0,0	0,4	0,0	4,5
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	15	15	100	8	0,5	0,5	0,5	18,0	0,0	6,3
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
		PLÁTANO ASADO	B089	Platano hartón, maduro, crudo	97	70	72	92	0,8	0,1	21,2	2,1	0,3	2,8
		JUGO DE FRUTA	C044	Limón, crudo	140	70	50	31	0,2	0,2	6,5	13,3	0,4	2,8
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								610	25	21	77	77	2	82

TOTAL APORTE MINUTA								2136	96	55	300	423	13	344
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								111	131	74	124	45	152	27

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
DESAYUNO		CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	18	18	100	84	0,6	3,0	13,6	6,5	0,6	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON CARNE Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	36	36	100	80	7,8	5,4	0,1	2,2	0,7	18,0
			B103	Tomate, crudo	9	7,2	80	2	0,1	0,0	0,3	0,6	0,0	0,4
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		HUEVO REVUELTO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAN	A060	Pan blanco, regular, horneado	40	40	100	107	3,6	1,4	19,5	21,6	1,2	216,4
TOTAL								575	25	24	63	305	4	375

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
ALMUERZO		CREMA DE VERDURAS	B052	Habichuela, cruda	25	22,5	90	10	0,5	0,0	1,6	9,0	0,2	1,4
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			B044	Espinaca, cruda	25	15	60	5	0,4	0,0	0,6	18,5	0,4	9,9
			B006	Ahuyama, cruda	154	130,9	85	39	1,0	0,3	7,6	26,2	1,0	1,3
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			F112	Res, hueso carnudo, crudo	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,5	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		POLLO A LA ARENERA	F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	102	95	95	157	19,6	8,7	0,1	10,4	0,7	58,8
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			T003	Arveja seca, cruda	8	8	100	30	1,9	0,1	4,8	4,8	0,4	1,2
			B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
		PLATANO CONTEX	B089	Platano hartón, maduro, crudo	125	90	72	119	1,0	0,2	27,3	2,7	0,5	3,6
		JUGO DE FRUTA	C031	Guayaba, madura, cruda	93	69,75	75	50	0,6	0,2	9,3	9,1	0,2	2,1
			K008	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								894	37	16	140	170	6	149

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
COMIDA		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		CARNE GUISADA	F100	Res, carne semigorda, cruda	95	95	100	212	20,5	14,3	0,3	5,7	1,8	47,5
			B027	Cebolla cabezona, cruda	8	8	95	3	0,1	0,0	0,6	1,8	0,0	0,3
			B103	Tomate, crudo	12	10	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			D009	Aceite de Palma	4	4	100	36	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PATACA DE AHUYAMA	B006	Ahuyama, cruda	154	130,9	85	39	1,0	0,3	7,6	26,2	1,0	1,3
			B027	Cebolla cabezona, cruda	8	7,6	95	3	0,1	0,0	0,6	1,8	0,0	0,3
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			D015	Mantequilla	5	5	100	37	0,0	4,1	0,0	1,1	0,0	11,2
		YUCA FRITA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	112	0,6	0,2	26,3	11,3	0,2	9,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C061	*Mora de castilla, cruda*	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			K008	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								781	26	33	91	88	5	75

TOTAL APORTE MINUTA								2250	88	73	294	464	16	599
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								117	120	98	122	49	188	48

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO DE CARNE CON PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	77	77	100	172	16,6	11,6	0,2	4,6	1,5	38,5
			B103	Tomate, crudo	9	7,2	80	2	0,1	0,0	0,3	0,6	0,0	0,4
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		AREPA CON QUESO	A007	Arepa de maiz con queso asada	40	40	100	84	1,9	3,4	11,6	0,0	0,0	0,0
TOTAL								508	25	19	59	161	3	117
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		SOPA DE ARROZ	B052	Habichuela, cruda	28	23	90	10	0,5	0,0	1,6	9,0	0,2	1,4
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	100	53	1,0	0,1	12,0	1,4	0,1	0,3
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			F112	Res, hueso carnudo, crudo	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,5	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D008	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		GOULASH DE CARNE	F100	Res, carne semigorda, cruda	115	115	100	256	24,8	17,4	0,3	6,9	2,2	57,5
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	56	47,6	85	22	0,3	0,0	4,5	12,9	0,2	16,7
			B052	Habichuela, cruda	44	39,6	90	17	0,8	0,0	2,9	15,8	0,4	2,4
			D009	Aceite de Palma	3	3	100	27	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPA AL VAPOR	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	113	90,4	80	67	1,7	0,1	13,8	12,7	0,3	9,9
		JUGO DE FRUTA	C091	Guayaba, madura, cruda	93	70	75	50	0,6	0,2	9,3	9,1	0,2	2,1
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								934	40	28	123	115	6	134
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		SPAGUETTIS CON POLLO	A072	Pasta alimenticia enriquecida, cruda	25	25	100	93	3,3	0,4	18,7	6,3	1,0	1,5
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	50	50	100	28	1,6	1,6	1,7	60,0	0,0	21,0
			F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	102	95	93	157	19,6	8,7	0,1	10,4	0,7	59,8
		PAN BEBANADO	A081	Pan blanco, tipo molde, horneado	40	40	100	111	3,6	0,6	22,7	10,0	0,8	473,2
		TOMATE EN REBANADAS	B103	Tomate, crudo	94	75	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								510	30	12	69	127	4	562
TOTAL APORTE MINUTA								1953	95	58	251	404	13	813
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								101	129	77	104	42	161	65

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
DESAYUNO		CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	18	18	100	84	0,6	3,0	13,6	6,5	0,6	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		MOGOLLA INTEGRAL	A057	Mogolla, integral, horneada	40	40	100	124	2,9	0,8	26,4	16,0	2,4	0,4
TOTAL								397	13	18	46	176	4	120
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
ALMUERZO		AJIACO	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	95	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	75,0
			T008	Arveja seca, cruda	5	5	100	19	1,2	0,1	3,0	3,0	0,2	0,8
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B047	Guascas, crudas	14	4,9	35	2	0,2	0,0	0,4	12,0	0,3	0,0
			A053	Maíz tierno, crudo	50	50	100	76	1,7	0,6	15,3	2,5	0,4	1,5
			G001	Crema de leche	10	10	100	33	0,2	3,5	0,2	6,8	0,0	4,6
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	6,4	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		AGUACATE	C002	Aguacate lorena, crudo	125	96,25	77	172	1,5	12,8	9,6	9,6	0,4	5,8
		JUGO DE FRUTA	C044	Limón, crudo	140	70	50	31	0,2	0,2	6,5	13,3	0,4	2,8
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								832	31	34	99	83	4	109
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
COMIDA		ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B019	Arveja verde, cruda	47	18,8	40	19	1,1	0,1	2,9	6,8	0,3	0,9
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
		CARNE ASADA	F100	Res, carne semigorda, cruda	115	115	100	256	24,8	17,4	0,3	6,9	2,2	57,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		AREPA BLANCA	A005	Arepa de maíz precocido sin sal	40	40	100	62	1,4	0,2	13,8	7,6	0,2	0,0
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								711	32	28	79	90	5	78
TOTAL APORTE MINUTA								1940	76	80	224	349	13	306
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								101	104	106	93	37	153	24

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CAFÉ CON LECHE	L005	Café, soluble, en polvo	10	10	100	36	1,3	0,0	7,5	14,1	0,4	3,8
			K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON MOLLEJAS Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F083	Pollo, molleja, cruda	77	77	100	69	13,6	1,6	0,0	8,5	1,9	53,1
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		PAN	A060	Pan blanco, regular, horneado	40	40	100	107	3,6	1,4	19,5	21,6	1,2	216,4
TOTAL								402	25	7	74	200	6	351

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		SANCOCHITO CON POLLO	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,6
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	58	58	100	56	1,3	0,1	12,2	6,4	0,6	10,4
			B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	50	40	80	64	0,4	0,1	15,0	6,4	0,1	5,6
			B006	Ahuyama, cruda	35	29,75	85	9	0,2	0,1	1,7	6,0	0,2	0,3
			A053	Maíz tierno, crudo	20	20	100	30	0,7	0,2	6,1	1,0	0,2	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	157	114,61	73	209	20,7	13,9	0,1	11,5	1,1	90,5
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,9	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		ENSALATA DE CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE	B103	Tomate, crudo	60	48	80	11	0,4	0,0	2,0	4,3	0,2	2,9
			B027	Cebolla cabezona, cruda	30	28,5	95	11	0,4	0,0	2,2	6,8	0,1	1,1
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C031	Guayaba, madura, cruda	93	70	75	50	0,6	0,2	9,3	9,1	0,2	2,1
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								759	29	25	101	72	3	122

		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		PECHUGA EN SALSA DE MANGO	F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	123	114	93	190	23,7	10,5	0,1	12,6	0,8	72,1
			C051	Mango común, crudo	100	50	50	40	0,3	0,0	8,6	7,5	0,3	2,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			A001	almidon de maiz, crudo	16	16	100	59	0,0	0,0	14,6	0,3	0,1	1,4
			D009	Aceite de Palma	17	17	100	153	0,0	17,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE	B059	Lechuga común	38	19,8	55	4	0,2	0,0	0,5	4,2	0,2	1,2
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B103	Tomate, crudo	30	24	80	6	0,2	0,0	1,0	2,2	0,1	1,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPA AL VAPOR	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	52	1,3	0,1	10,8	9,9	0,2	7,7
		JUGO DE FRUTA	C056	Maracuyá, cruda	220	70,4	32	42	1,1	0,4	8,7	6,3	1,2	4,2
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								847	30	38	93	66	3	106

TOTAL APORTE MINUTA								2069	84	70	268	338	12	580
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								107	114	93	111	36	148	46

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
DESAYUNO		COLADA DE MAIZENA	A001	almidon de maiz, crudo	12	12	100	44	0,0	0,0	11,0	0,2	0,1	1,1
			K009	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON POLLO Y PAPA	B068	Papa, variedad carosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	32	29,76	93	49	6,2	2,7	0,0	3,3	0,2	18,7
			B055	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		HUEVO TIBIO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
		AREPUELA	A040	harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	50	50	100	180	6,3	0,9	36,2	7,5	2,2	1,0
			G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	20	20	100	60	3,5	5,1	0,1	117,2	0,1	187,0
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL								757	35	28	89	327	5	418
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
ALMUERZO		FRISOL	T006	Fríjol de bola roja, crudo	23	25	100	93	5,4	0,3	14,7	31,3	1,8	3,8
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			B092	Plátano hartón, verde, crudo	58	39,44	68	65	0,5	0,1	15,5	3,2	0,2	10,3
			B108	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B080	Pimentón rojo, crudo	4	3,4	85	1	0,0	0,0	0,2	0,2	0,0	0,1
			F015	Cerdo, costilla, cruda	44	33,88	77	94	6,3	7,6	0,0	3,7	0,3	11,5
		ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			A072	Pasta alimenticia enriquecida, cruda	9	8	100	30	0,8	0,1	6,0	2,0	0,3	0,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		POLLO ASADO	F091	Pollo, pierna o contrabina con piel, cruda	130	94,9	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	75,0
			D009	Aceite de Palma	1	1	100	9	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA VERDURA, TOMATE, ZANAHORIA	B059	Lechuga común	50	27,5	55	5	0,2	0,0	0,7	3,8	0,2	1,7
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B103	Tomate, crudo	30	24	80	6	0,2	0,0	1,0	2,2	0,1	1,4
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
		PAPA SALANTAS	B068	Papa, variedad carosa, sabanera, sin cáscara, cruda	113	90,4	80	67	1,7	0,1	13,8	12,7	0,3	9,9
			B055	Cilantro crudo	5	4,5	90	2	0,1	0,0	0,3	3,7	0,1	2,1
		JUGO DE FRUTA	C049	Lulo, crudo	116	70	60	33	0,6	0,1	6,2	7,0	0,4	0,0
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								885	35	31	108	107	5	155
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
COMIDA		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		CARNE EN CUADRO CON VERDURAS	F100	Res, carne semigorda, cruda	115	115	100	256	24,8	17,4	0,3	6,9	2,2	57,5
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			T005	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPA CRIOLLA CON MAYONESA	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	70	70	100	67	1,5	0,1	14,8	7,7	0,7	12,6
			D020	Mayonesa, con sal	2	2	100	7	0,0	0,7	0,1	0,3	0,0	14,2
		JUGO DE FRUTA	C044	Limón, crudo	140	70	50	31	0,2	0,2	6,5	13,3	0,4	2,8
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								725	33	29	80	78	5	109
TOTAL APORTE MINUTA								2366	104	88	277	512	15	680
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								123	141	117	115	54	185	54

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
DESAYUNO		AGUA DE PANELA CON LECHE	K093	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO DE PICADO	F115	Res, pajarilla o bazo, cruda	30	30	100	31	5,5	1,0	0,0	3,0	13,4	25,5
			F109	Res, Hígado, crudo	25	25	100	35	5,1	1,1	1,0	2,3	2,1	19,0
			F105	Res, corazón, crudo	25	25	100	27	4,2	0,9	0,4	2,0	1,3	23,5
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	5	5	100	5	0,1	0,0	1,1	0,6	0,1	0,9
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B035	Cilantro crudo	14	12,6	90	6	0,3	0,1	0,7	10,3	0,2	5,8
		AREPA BLANCA	A005	Arepa de maíz precocido sin sal	40	40	100	62	1,4	0,2	13,8	7,6	0,2	0,0
TOTAL								438	25	7	65	209	20	156
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
ALMUERZO		SOPA DE VERDURAS	B052	Habichuela, cruda	56	50	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			A053	Maíz tierno, crudo	50	50	100	76	1,7	0,6	15,3	2,5	0,4	1,5
			B066	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B046	Frijol verde, crudo	14	7	50	12	0,7	0,0	2,0	4,7	0,2	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			F112	Res, hueso carnudo, crudo	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	3,4	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PECHUGA A LA PLANCHA	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	124	115	93	191	23,9	10,6	0,1	12,7	0,8	72,7
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE ESPINACA, FRESA Y CREMA DE LECHE	B044	Espinaca, cruda	50	30	60	10	0,9	0,1	1,1	36,9	0,7	19,8
			C025	Fresa, madura, cruda	21	19,95	95	9	0,2	0,1	1,7	4,2	0,1	0,4
			G001	Crema de leche	5	5	100	17	0,1	1,8	0,1	3,4	0,0	2,3
		PLATANO MADURO AL HORNO	B049	Platano hartón, maduro, crudo	125	90	72	119	1,0	0,2	27,3	2,7	0,5	3,6
		JUGO DE FRUTA	C031	Guayaba, madura, cruda	94	70,5	75	50	0,6	0,2	9,4	9,2	0,2	2,1
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								984	42	25	138	147	8	153
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
COMIDA		ARROZ AL CURRY	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
				Curry										
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		CARNE DE CERDO EN CUADROS	F011	Cerdo, carne magra cruda	95	95	100	133	20,3	5,7	0,2	16,2	0,8	49,4
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		TOMATE EN RODAJAS CON CILANTRO	B103	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
			B035	Cilantro crudo	14	12,6	90	6	0,3	0,1	0,7	10,3	0,2	5,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			C044	Limón, crudo	6	3	50	1	0,0	0,0	0,3	0,6	0,0	0,1
		YUCA FRITA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	112	0,6	0,2	26,3	11,3	0,2	9,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	117	70,2	60	41	1,2	0,1	8,8	7,0	0,6	0,7
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								688	26	26	85	65	3	74
TOTAL APORTE MINUTA								2110	94	59	290	420	28	384
RECOMENDACION								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								109	128	78	120	44	336	31

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate, en pastilla, con azucar	18	18	100	84	0,6	3,0	13,6	6,5	0,6	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON PAPA Y CARNE	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			P100	Res, carne semigorda, cruda	77	77	100	172	16,6	11,6	0,2	4,6	1,5	38,5
			B105	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B055	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		AREPA BLANCA	A009	Arepa de maíz precocido sin sal	40	40	100	62	1,4	0,2	13,8	7,6	0,2	0,0
TOTAL								502	25	18	58	167	3	110
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		SOPA DE CEBADA	B032	Hibichuela, cruda	30	27	90	12	0,6	0,0	1,9	10,8	0,3	1,6
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	85	8	0,1	0,0	1,6	4,6	0,1	6,0
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			A014	Cebada perlada cruda	15	15	100	58	1,9	0,3	10,8	5,4	0,4	1,1
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B009	Ajo, crudo	4	3,8	95	5	0,2	0,0	1,1	1,5	0,0	0,7
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			P112	Res, hueso carnudo, cruda	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,6	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		CARNE DE CERDO MAGRA	P011	Cerdo, carne magra cruda	115	115	100	161	24,6	6,9	0,2	19,6	0,9	59,8
			D008	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y ZANAHORIA	B105	Tomate, crudo	50	40	80	9	0,4	0,0	1,6	3,6	0,2	2,4
			B027	Cebolla cabezona, cruda	27	25,65	95	10	0,4	0,0	2,0	6,2	0,1	1,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	29,75	85	14	0,2	0,0	2,8	8,0	0,1	10,4
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPA AL VAPOR	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	113	90,4	80	67	1,7	0,1	13,8	12,7	0,3	9,9
		JUGO DE FRUTA	C056	Maracuyá, cruda	200	64	32	38	1,0	0,3	7,9	5,8	1,1	3,8
			K008	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								891	41	24	120	120	6	131
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ PIMENTÓN	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B080	Pimentón rojo, crudo	9	7,65	85	3	0,1	0,0	0,5	0,5	0,0	0,2
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		MUSLO DE POLLO GUISADO	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	95	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	75,0
			B105	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			D008	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PEPINO CON SALSA	B078	Pepino de rellenar, crudo	67	60,3	90	13	0,4	0,1	2,3	9,0	0,4	2,4
			B105	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	20	20	100	11	0,6	0,6	0,7	24,0	0,0	8,4
			D015	Mantequilla	3	3	100	22	0,0	2,5	0,0	0,7	0,0	6,7
			A001	almidon de maiz, crudo	6	6	100	22	0,0	0,0	5,5	0,1	0,0	0,5
		PLÁTANO MADURO COCIDO	B089	Platano hartón, maduro, crudo	97	70	72	92	0,8	0,1	21,2	2,1	0,3	2,8
		JUGO DE FRUTA	C045	Lulo, crudo	116	69,6	60	33	0,6	0,1	6,2	7,0	0,4	0,0
			K005	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								664	23	25	83	68	3	100

TOTAL APORTE MINUTA	2057	89	68	261	336	12	341
RECOMENDACIÓN	1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %	107	122	91	108	37	141	27

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas, precocida	12	12	100	49	2,0	0,9	7,7	6,5	0,5	0,4
			R003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON CARNE Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	77	77	100	172	16,6	11,6	0,2	4,6	1,5	38,5
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		PAN DE QUESO	A065	Pan de queso, horneado	40	40	100	147	4,2	8,3	13,4	36,0	0,8	300,0
TOTAL								599	29	24	63	196	4	410
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		LENTEJAS	T026	Lenteja, común, cruda	25	25	100	97	5,8	0,2	15,3	12,8	1,8	6,8
			B103	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		CARNE A LA PLANCHA	F100	Res, carne semigorda, cruda	115	115	100	256	24,8	17,4	0,3	6,9	2,2	57,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA ROJA	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	30	24	80	13	0,3	0,0	2,5	3,8	0,2	17,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	37	31,45	85	15	0,2	0,0	3,0	8,5	0,1	11,0
			D020	Mayonesa, con sal	8	8	100	26	0,1	2,7	0,4	1,1	0,0	56,9
		YUCA COCIDA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	113	90,4	80	144	0,8	0,3	33,8	14,5	0,3	12,7
		JUGO DE FRUTA	C056	Maracuyá, cruda	200	64	32	38	1,0	0,3	7,9	5,8	1,1	3,8
			R003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								939	37	31	121	87	7	191
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ CILANTRO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B035	Cilantro crudo	9	8,1	90	4	0,2	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		POLLO SUDADO	F081	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	95	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	75,0
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA MIXTA CON APIO	B014	Apio, crudo	40	20	50	5	0,1	0,0	0,9	8,4	0,1	16,0
			B027	Cebolla cabezona, cruda	27	25,65	95	10	0,4	0,0	2,0	6,2	0,1	1,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			C044	Limón, crudo	14	7	50	3	0,0	0,0	0,7	1,3	0,0	0,3
		PURÉ DE PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	52	1,3	0,1	10,8	9,9	0,2	7,7
			G001	Crema de leche	10	10	100	33	0,2	3,5	0,2	6,8	0,0	4,6
		JUGO DE FRUTA	C072	Piña, cruda	127	69,85	55	39	0,4	0,1	8,7	11,2	0,3	2,1
			R003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								625	23	25	73	82	2	127
TOTAL APORTE MINUTA								2164	89	81	258	365	13	727
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								112	121	108	107	38	157	58

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	sobre req	Hierro req	sodio req
DESAYUNO			A001	almidon de maiz, crudo	12	12	100	44	0,0	0,0	11,0	0,2	0,1	1,1
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
			G009	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
			B088	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	95	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			F112	Res, hueso carnudo, crudo	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
			A007	Arepa de maiz con queso asada	60	40	100	84	3,9	3,4	11,6	0,0	0,0	0,0
TOTAL								458	18	14	64	175	2	152
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	sobre req	Hierro req	sodio req
ALMUERZO			B082	Habichuela, cruda	56	50	90	22	1,1	0,0	3,6	10,2	0,5	3,9
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			A003	Maiz tierno, crudo	80	50	100	76	1,7	0,6	15,3	2,5	0,4	1,5
			B088	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	95	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B046	Frijol verde, crudo	14	7	50	12	0,7	0,0	2,0	4,7	0,2	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			F112	Res, hueso carnudo, crudo	32	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
			A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	3,4	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	85	8	0,1	0,0	1,8	4,6	0,1	6,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	18	11,6	46	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	128	114,39	95	190	23,7	10,3	0,1	12,6	0,8	72,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B006	Ahuyama, cruda	105	89,25	85	27	0,7	0,2	5,2	17,9	0,7	0,9
			A040	harina de trigo, fortificada, todo proposito, cruda	90	50	100	180	6,3	0,9	36,2	7,5	2,2	1,0
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	25	22,5	90	34	2,8	2,4	0,1	11,9	0,4	31,3
			K003	Azucar, blanco, granulado	5	5	100	20	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			C091	Guayaba, madura, cruda	94	70,5	75	50	0,6	0,2	9,4	9,2	0,2	2,1
			K003	Azucar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								1141	80	32	157	141	8	165
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	sobre req	Hierro req	sodio req
COMIDA			A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	12,5	10	80	5	0,1	0,0	1,0	1,6	0,1	7,1
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			F100	Res, carne semigorda, cruda	115	115	100	256	24,8	17,4	0,3	6,9	2,2	57,5
			B088	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	52	1,3	0,1	10,8	9,9	0,2	7,7
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B089	Lechuga común	50	27,5	55	9	0,2	0,0	0,7	5,8	0,2	1,7
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			B103	Tomate, crudo	30	24	80	6	0,2	0,0	1,0	2,2	0,1	1,4
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
			C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			K003	Azucar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								679	31	28	73	76	5	89
TOTAL APORTE MINUTA								2277	98	73	294	393	15	405
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								118	134	98	122	41	177	32

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CAFE CON LECHE	L005	Café, soluble, en polvo	10	10	100	36	1,3	0,0	7,5	14,1	0,4	3,8
			K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON CARNE Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	77	77	100	74	1,7	0,1	16,2	8,5	0,8	13,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	96	96	100	214	20,7	14,5	0,3	5,8	1,8	48,0
			B103	Tomate, crudo	9	7,2	80	2	0,1	0,0	0,3	0,6	0,0	0,4
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		AREPUELA	A040	harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	50	50	100	180	6,3	0,9	36,2	7,5	2,2	1,0
			G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	20	20	100	60	3,5	5,1	0,1	117,2	0,1	187,0
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL								883	45	33	96	330	8	392
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		SOPA DE PASTA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	85	8	0,1	0,0	1,6	4,6	0,1	6,0
			A072	Pasta alimenticia enriquecida, cruda	15	15	100	56	2,0	0,2	11,2	3,8	0,6	0,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	20	8	40	3	0,1	0,0	0,5	4,6	0,0	1,2
			F112	Res, hueso carnudo, cruda	12	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	3,4	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		POLLO SUDADO CON PAPA	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	157	114,61	73	209	20,7	13,9	0,1	11,5	1,1	90,5
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	113	90,4	80	67	1,7	0,1	13,8	12,7	0,3	9,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B009	Ajo, crudo	4	3,8	95	5	0,2	0,0	1,1	1,5	0,0	0,7
		ENSALADA EN RODAJAS CON CILANTRO	B103	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
			C044	Limón, crudo	6	3	50	1	0,0	0,0	0,3	0,6	0,0	0,1
			B035	Cilantro crudo	10	9	90	4	0,2	0,1	0,5	7,4	0,2	4,1
		JUGO DE FRUTA	C045	Lulo, crudo	116	69,6	60	33	0,6	0,1	6,2	7,0	0,4	0,0
			K008	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								820	40	21	114	99	5	152
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ CON PEPAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			A072	Pasta alimenticia enriquecida, cruda	6	6	100	22	0,8	0,1	4,5	1,5	0,2	0,4
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		GUISADO	F100	Res, carne semigorda, cruda	115	115	100	256	24,8	17,4	0,3	6,9	2,2	57,5
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			B103	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B052	Habichuela, cruda	45	40,5	90	17	0,9	0,0	2,9	16,2	0,4	2,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		YUCA COCIDA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	112	0,6	0,2	26,3	11,3	0,2	9,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		JUGO DE FRUTA	C072	Piña, cruda	127	69,85	55	39	0,4	0,1	8,7	11,2	0,3	2,1
			K008	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								798	31	33	92	70	4	89
TOTAL APORTE MINUTA								2502	116	89	302	498	17	633
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								130	159	118	125	52	202	51

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
DESAYUNO		BEBIDA DE PANELA CON LECHE	K018	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO DE PLATO	F115	Res, pajarilla o bazo, cruda	30	30	100	31	5,5	1,0	0,0	3,0	13,4	25,5
			F109	Res, Hígado, crudo	25	25	100	35	5,1	1,1	1,0	2,3	2,1	19,0
			F106	Res, corazón, crudo	25	25	100	27	4,2	0,9	0,4	2,0	1,3	23,5
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	5	5	100	5	0,1	0,0	1,1	0,6	0,1	0,9
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			T003	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B085	Cilantro crudo	16	12,6	90	6	0,3	0,1	0,7	10,3	0,2	5,8
		AREPA CON QUESO	A007	Arepa de maiz con queso asada	40	40	100	84	1,9	3,4	11,6	0,0	0,0	0,0
TOTAL								460	26	10	93	201	19	158
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
ALMUERZO		FRIJOLES	T006	Frijol de bola roja, crudo	25	25	100	93	5,4	0,3	14,7	31,3	1,8	3,8
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	19	7,6	40	3	0,1	0,0	0,5	4,3	0,0	1,1
			B082	Plátano hartón, verde, crudo	58	39,44	68	65	0,5	0,1	15,5	3,2	0,2	10,3
			B101	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B080	Pimantón rojo, crudo	4	3,6	89	1	0,0	0,0	0,2	0,2	0,0	0,1
			F015	Cerdo, costilla, cruda	30	23,1	77	64	4,3	5,2	0,0	2,5	0,2	21,5
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		POLLO EN GUISADO	F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	123	114,39	93	190	23,7	10,5	0,1	12,6	0,8	72,1
			B101	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PLATANO MADURO FRITO	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	167	120,24	72	159	1,3	0,2	36,4	3,6	0,6	4,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA FRIA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14,0	0,3	11,0
			B019	Arveja verde, cruda	47	18,8	40	19	1,1	0,1	2,9	6,8	0,3	0,9
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B052	Habichuela, cruda	45	40,5	90	17	0,9	0,0	2,9	16,2	0,4	2,4
			D020	Mayonesa, con sal	10	10	100	33	0,1	3,3	0,5	1,4	0,0	71,1
		AGUA DE FRUTA	C072	Piña, cruda	127	69,85	55	39	0,4	0,1	9,7	11,3	0,3	2,1
			K006	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								1154	42	40	147	133	6	219
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
COMIDA		ARROZ VERDE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B044	Espinaca, cruda	17	10,2	60	3	0,3	0,0	0,4	12,5	0,2	6,7
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		POLLO EN GUISADO CON VERDURAS	F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	123	114,39	93	190	23,7	10,5	0,1	12,6	0,8	72,1
			B027	Cebolla cabezona, cruda	27	25,65	95	10	0,4	0,0	2,0	6,2	0,1	1,0
			B105	Tomate, crudo	28	22,4	80	5	0,2	0,0	0,9	2,0	0,1	1,3
			B052	Habichuela, cruda	29	26,1	90	11	0,5	0,0	1,9	10,4	0,3	1,6
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PASTA CREMOSA	A071	Pasta alimenticia enriquecida, cruda	28	25	100	93	3,3	0,4	18,7	6,3	1,0	1,5
			B101	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	30	30	100	17	1,0	1,0	1,0	36,0	0,0	12,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
		AGUA DE FRUTA	C062	Naranja, cruda	116	69,6	60	29	0,5	0,2	6,1	23,0	0,9	1,4
			K006	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								662	33	22	80	132	4	115
TOTAL APORTE MINUTA								2275	101	73	290	466	29	492
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								118	138	97	120	49	349	39

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
DESAYUNO		AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas, precocida	15	15	100	62	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
			K001	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
		CALDO CRIOLLO DE PAPA	B068	Papa, variedad carosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F085	Pollo, molleja, cruda	77	77	100	69	13,6	1,6	0,0	8,5	1,9	53,1
		AREPA CON QUESO	A007	Arepa de maiz con queso asada	40	40	100	84	1,9	3,4	11,6	0,0	0,0	0,0
TOTAL								439	24	10	62	156	3	120
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
ALMUERZO		SANCOCHO COSTEÑO	B084	Platano coll o guineo verde, crudo	58	34,8	60	45	0,5	0,0	10,5	1,4	0,2	0,0
			T005	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,5	1,5
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			A058	Maíz tierno, crudo	50	50	100	76	1,7	0,6	15,3	2,5	0,4	1,5
			B068	Papa, variedad carosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			F015	Cerdo, costilla, cruda	30	23,1	77	64	4,3	5,2	0,0	2,5	0,2	21,5
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,3	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		CARNE ASADA	F011	Cerdo, carne magra cruda	115	115	100	161	24,6	6,9	0,2	19,6	0,9	59,8
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			B080	Pimentón rojo, crudo	2	1,7	85	1	0,0	0,0	0,1	0,1	0,0	0,0
			C073	Piña, cruda	50	27,5	55	15	0,2	0,0	3,4	4,4	0,1	0,8
			L018	Vinagre	2	2	100	0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,0	0,1
			L017	Salsa de Tomate	5	5	100	5	0,1	0,0	1,3	0,9	0,0	43,0
			K003	Azúcar, blanco, granulado	4	4	100	16	0,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0
		PLATANO MADURO COCIDO	B089	Platano harton, maduro, crudo	167	120,24	72	150	1,3	0,2	36,4	3,6	0,6	4,8
		ENSALADA VERDURA	B090	Repollo blanco, crudo	36	25	70	10	0,5	0,1	1,6	11,0	0,1	4,5
			K016	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			C072	Piña, cruda	40	22	55	12	0,1	0,0	2,7	3,5	0,1	0,7
			G001	Crema de leche	8	8	100	26	0,2	2,8	0,1	5,4	0,0	3,7
		FRUTA DE POSTRE	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	117	70,2	60	41	1,2	0,1	8,6	7,0	0,6	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								1034	41	21	184	111	6	179
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
COMIDA		ARROZ ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	85	8	0,1	0,0	1,6	4,6	0,1	6,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		CARNE DESMECHADA	F100	Res, carne semigorda, cruda	115	115	100	236	24,8	17,4	0,3	6,9	2,2	57,5
			B109	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			D006	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ENSALADA DE HABICHUELA, ZANAHORIA Y MAYONESA	B052	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	20,2	0,5	3,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			D020	Mayonesa, con sal	3	3	100	10	0,0	1,0	0,2	0,4	0,0	21,3
		PAPA CRIOLLA COCIDA	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	70	70	100	67	1,5	0,1	14,8	7,7	0,7	12,6
		FRUTA DE POSTRE	C044	Limón, crudo	140	70	50	31	0,2	0,2	6,5	13,3	0,4	2,8
			K003	Azúcar, blanco, granulado	10	10	100	40	0,0	0,0	9,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								692	31	29	74	76	4	120
TOTAL APORTE MINUTA								2166	96	60	301	343	13	412
RECOMENDACIÓN								1928	78,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								112	131	80	125	36	162	33

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CAFE CON LECHE	L005	Café, soluble, en polvo	10	10	100	36	1,3	0,0	7,5	14,1	0,4	3,8
			R033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON CARNE Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	36	36	100	80	7,8	5,4	0,1	2,2	0,7	18,0
			B105	Tomate, crudo	9	7,2	80	2	0,1	0,0	0,3	0,6	0,0	0,4
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B033	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		HUEVO COCIDO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
		PLATANO COCIDO	B089	Platano hartón, maduro, crudo	104	74,88	72	99	0,8	0,1	22,7	2,2	0,4	3,0
TOTAL								542	23	15	77	201	4	173
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		GARBANZOS CON CALLO	T019	Garbanzo, crudo	25	25	100	98	5,0	1,4	14,7	30,0	1,6	7,5
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
			F087	Res, callo o menudo, crudo	30	30	100	29	4,4	1,2	0,0	20,1	0,2	29,1
			B105	Tomate, crudo	10	8	80	2	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15	12,75	85	6	0,1	0,0	1,2	3,4	0,1	4,5
			B080	Pimentón rojo, crudo	3	2,833333	85	1	0,0	0,0	0,2	0,2	0,0	0,1
			B009	Ajo, crudo	4	3,8	95	5	0,2	0,0	1,1	1,5	0,0	0,7
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		PECHUGA A LA PLANCHA	P085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	124	115	93	191	23,9	10,6	0,1	12,7	0,8	72,7
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		YUCA AL VAPOR	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	113	90,4	80	144	0,8	0,3	33,8	14,5	0,3	12,7
		ENSALADA CON AGUACATE	C002	Aguacate lorena, crudo	52	40,04	77	72	0,6	5,3	4,0	4,0	0,2	2,4
			B105	Tomate, crudo	30	24	80	6	0,2	0,0	1,0	2,2	0,1	1,4
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	95	4	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
		JUGO DE FRUTA	C045	Lulo, crudo	116	69,6	60	33	0,6	0,1	6,2	7,0	0,4	0,0
			K008	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								913	39	29	116	122	4	141
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12	4,8	40	2	0,1	0,0	0,3	2,7	0,0	0,7
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	6,9
			B052	Habichuela, cruda	40	36	90	15	0,8	0,0	2,6	14,4	0,4	2,2
			B019	Arveja verde, cruda	47	18,8	40	19	1,1	0,1	2,9	6,8	0,3	0,9
		CERDO ASADO	F011	Cerdo, carne magra cruda	95	95	100	133	20,3	5,7	0,2	16,2	0,8	49,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPA COCIDA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	52	1,3	0,1	10,8	9,9	0,2	7,7
		JUGO DE FRUTA	C072	Piña, cruda	125	68,75	55	39	0,4	0,1	8,5	11,0	0,3	2,1
			K008	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								550	27	16	72	71	2	73
TOTAL APORTE MINUTA								2005	88	60	265	395	11	387
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACIÓN %								104	121	80	110	42	134	31

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CHOCOLATE CON LECHE	B010	Chocolate, en pastilla, con azucar	18	18	100	84	0,6	3,0	13,6	6,5	0,6	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON CARNE Y PAPA	B068	Papa, variedad criolla, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne sobrebarriga, cruda	77	77	100	172	16,6	11,6	0,2	4,6	1,5	38,5
			B101	Tomate, crudo	9	7,2	80	2	0,1	0,0	0,3	0,6	0,0	0,4
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	1,3
		AREPITAS	A040	harina de trigo, fortificada, todo proposito, cruda	50	50	100	180	6,3	0,9	36,2	7,5	2,2	1,0
			G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	20	20	100	60	3,5	5,1	0,1	137,2	0,1	187,0
			E004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50,4	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL								793	40	35	89	161	6	368
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		CREMA DE VERDURAS	A053	Maiz tierno, crudo	50	50	100	76	1,7	0,6	15,3	2,5	0,4	1,5
			B009	Ajo, crudo	4	3,8	95	5	0,2	0,0	1,1	1,5	0,0	0,7
			B068	Papa, variedad criolla, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			G001	Crema de leche	20	20	100	66	0,4	7,0	0,3	13,6	0,0	9,2
			D015	Mantequilla	4	4	100	30	0,0	3,3	0,0	0,9	0,0	0,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	3,4	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		MOLIDA ENCEBOLLADA	F085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	123	114	93	190	23,7	10,5	0,1	12,6	0,8	72,1
			B101	Tomate, crudo	10	8	80	2	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
			B027	Cebolla cabezona, cruda	27	25,65	95	10	0,4	0,0	2,0	6,2	0,1	1,0
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAPAS FRITAS	B068	Papa, variedad criolla, sabanera, sin cáscara, cruda	113	90,4	80	67	1,7	0,1	13,8	12,7	0,3	9,9
			B101	Tomate, crudo	10	8	80	2	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
			B027	Cebolla cabezona, cruda	12	11,4	95	5	0,2	0,0	0,9	2,7	0,0	0,5
		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	B058	lechuga comun	36	19,8	55	4	0,2	0,0	0,5	4,2	0,2	1,2
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,3	13,1
			B101	Tomate, crudo	30	24	80	6	0,2	0,0	1,0	2,2	0,1	1,4
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			C044	Limón, crudo	10	5	50	2	0,0	0,0	0,5	1,0	0,0	0,2
		JUGO DE FRUTA	C056	Maracuyá, cruda	200	64	32	38	1,0	0,3	7,9	5,8	1,1	3,8
			A095	Azucar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								811	35	37	105	105	4	138
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20	17	85	8	0,3	0,0	1,6	4,6	0,1	6,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		TORTILLA DE HUEVO	E004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50	90	75	6,4	5,4	0,2	26,7	0,9	70,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PERRO ALEMAN	B078	Pepino de relleno, crudo	67	60,3	90	13	0,4	0,1	2,3	9,0	0,4	2,4
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	1	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			B101	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			D015	Mantequilla	3	3	100	22	0,0	2,5	0,0	0,7	0,0	6,7
		YUCA EN SALSA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	112	0,6	0,2	26,3	11,3	0,2	9,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	1	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
			B080	Pimenton rojo, crudo	5	4,25	85	1	0,0	0,0	0,3	0,3	0,0	0,1
			B101	Tomate, crudo	12	9,6	80	2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
			D015	Mantequilla	3	3	100	22	0,0	2,5	0,0	0,7	0,0	6,7
		JUGO DE FRUTA	C035	Fresa, madura, cruda	74	70,3	95	32	0,6	0,4	5,8	14,8	0,4	1,4
			A095	Azucar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								577	11	21	83	86	2	108
TOTAL APORTE MINUTA								2387	86	93	268	502	13	614
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								119	118	124	111	53	153	49

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
DESAYUNO		CAFÉ CON LECHE	L005	Café, soluble, en polvo	10	10	100	36	1,3	0,0	7,5	14,1	0,4	3,8
			K083	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON POLLO Y PAPA	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			P085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	83	77,19	93	128	16,0	7,1	0,1	8,5	0,5	48,6
			B103	Tomate, crudo	9	7,2	80	2	0,1	0,0	0,3	0,6	0,0	0,4
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	40	1	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
			B035	Cilantro crudo	8	7,2	90	3	0,2	0,0	0,4	5,9	0,1	3,3
		AREPA CON QUESO	A007	Arepa de maiz con queso asada	40	40	100	84	1,9	3,4	11,6	0,0	0,0	0,0
TOTAL								500	26	14	66	179	3	131
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
ALMUERZO		SOPA DE VERDURAS	B092	Habichuela, cruda	56	50,4	90	22	1,1	0,0	3,6	29,2	0,3	3,0
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			T009	Arveja seca, cruda	10	10	100	37	2,4	0,1	6,0	6,0	0,9	1,5
			A035	Maíz tierno, crudo	50	50	100	76	1,7	0,6	15,3	2,5	0,4	1,5
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	80	80	59	1,5	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			B046	Frijol verde, crudo	14	7	50	12	0,7	0,0	2,0	4,7	0,2	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			F112	Res, hueso carnudo, cruda	22	14,96	68	25	3,2	1,3	0,0	0,9	0,4	9,9
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	3,4	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	28	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		CARNE ASADA	F100	Res, carne semigorda, cruda	131	131	100	292	28,3	19,8	0,4	7,9	2,9	65,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PLATANO COCIDO	B089	Platano hartón, maduro, crudo	125	90	72	119	1,0	0,2	27,3	2,7	0,5	3,6
		TOMATE EN RODAJAS	B103	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
		JUGO DE FRUTA	C081	Guayaba, madura, cruda	94	70,5	75	50	0,6	0,2	9,4	9,2	0,2	2,1
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								1066	46	33	140	104	7	127
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos			
COMIDA		CREMA DE AHUYAMA	B006	Ahuyama, cruda	154	130,9	85	39	1,0	0,3	7,6	28,2	1,0	1,9
			A040	harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	4	4	100	14	0,5	0,1	2,9	0,6	0,2	0,1
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	38	30,4	80	22	0,6	0,0	4,7	4,3	0,1	3,3
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	20	20	100	11	0,6	0,6	0,7	24,0	0,0	8,4
			D018	Margarina con sal	5	5	100	37	0,0	4,1	0,0	0,7	0,0	43,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	40	2	0,1	0,0	0,4	3,4	0,0	0,9
		PECHUGA EN CUADROS	P085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	123	114,39	93	190	28,7	10,5	0,1	12,6	0,8	72,1
			B027	Cebolla cabezona, cruda	27	25,65	95	10	0,4	0,0	2,0	6,2	0,1	1,0
			B103	Tomate, crudo	28	22,4	80	5	0,2	0,0	0,9	2,0	0,1	1,3
			D009	Aceite de Palma	4	4	100	36	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12	4,8	40	2	0,1	0,0	0,3	2,7	0,0	0,7
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	30	25,5	85	12	0,2	0,0	2,4	6,9	0,1	8,9
			B092	Habichuela, cruda	40	36	90	15	0,8	0,0	2,6	14,4	0,4	2,2
			B019	Arveja verde, cruda	47	18,8	40	19	1,1	0,1	2,9	6,8	0,3	0,9
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								701	33	25	82	144	5	147
TOTAL APORTE MINUTA								2267	105	72	288	427	14	405
RECOMENDACIÓN								1926	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								118	143	96	119	45	174	32

MINUTA CENTROS DE PROMOCION HOGAR SAN JOSE Y CENTROS VIDA DINAMARCA Y ZONA ALTA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
DESAYUNO		CHOCOLATE CONFECCIONADO	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	18	18	100	84	0,6	3,0	13,6	6,5	0,6	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		CALDO CON CARNE Y PAPA	B063	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	55	55	100	53	1,2	0,1	11,6	6,1	0,6	9,9
			F100	Res, carne semigorda, cruda	36	36	100	80	7,8	5,4	0,1	2,2	0,7	18,0
			B103	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B035	Cilantro crudo	14	12,6	90	6	0,3	0,1	0,7	10,3	0,2	5,8
		HUEVOS REVUELTOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	56	50	90	75	6,3	5,4	0,2	26,5	0,9	69,5
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PAN	A060	Pan blanco, regular, horneado	40	40	100	107	3,6	1,4	19,5	21,6	1,2	216,4
TOTAL								568	25	24	61	214	5	378
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ALMUERZO		CREMA DE LENTEJAS	T026	Lenteja, común, cruda	25	25	100	97	5,8	0,2	15,3	12,8	1,8	6,8
			B103	Tomate, crudo	94	75,2	80	17	0,7	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	55	44	80	33	0,8	0,0	6,7	6,2	0,1	4,8
		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	1,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		PECHUGA A LA PLANCHA	P085	Pollo, pechuga, con piel, cruda	123	114,39	93	190	23,7	10,5	0,1	12,6	0,8	72,1
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		PLATANO ASADO	B088	Platano hartón, maduro, crudo	125	90	72	119	1,0	0,2	27,3	2,7	0,5	3,6
		HABICHUELAS GUISADAS	B031	Habichuela, cocida, sin sal	56	56	100	18	0,9	0,1	2,7	25,8	0,3	0,6
			D014	Margarina con sal	2	2	100	15	0,0	1,6	0,0	0,3	0,0	17,5
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	15	15	100	8	0,5	0,5	0,5	18,0	0,0	6,3
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	29	11,6	40	4	0,1	0,0	0,8	6,6	0,1	1,7
		JUGO DE FRUTA	C061	Mora de castilla, cruda	125	112,5	90	83	1,1	0,1	16,4	47,3	1,9	1,1
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								884	37	24	121	159	6	135
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
COMIDA		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	100	141	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
			D009	Aceite de Palma	5	5	100	45	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
		POLLO CON VERDURAS	P091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	130	94,9	73	173	17,2	11,5	0,1	9,5	0,9	73,0
			T003	Arveja seca, cruda	7	7	100	26	1,7	0,1	4,2	4,2	0,3	1,1
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	44	37,4	85	18	0,3	0,0	3,6	10,1	0,1	13,1
			B031	Habichuela, cocida, sin sal	56	56	100	18	0,9	0,1	2,7	25,8	0,3	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B103	Tomate, crudo	9	7,2	80	2	0,1	0,0	0,3	0,6	0,0	0,4
			B009	Ajo, crudo	4	3,8	95	5	0,2	0,0	1,1	1,5	0,0	0,7
		YUCA SUDADA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	88	70,4	80	112	0,6	0,2	26,3	11,3	0,2	9,9
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	40	4	0,1	0,0	0,7	5,7	0,1	1,5
			B103	Tomate, crudo	90	72	80	17	0,6	0,1	3,0	6,5	0,4	4,3
		JUGO DE FRUTA	C045	Lulo, crudo	146	87,6	60	42	0,8	0,1	7,8	8,8	0,5	0,0
			K003	Azúcar, blanco, granulado	10	10	100	40	0,0	0,0	9,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								649	25	17	93	99	3	110

TOTAL APORTE MINUTA								2101	87	65	275	472	15	623
RECOMENDACION								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								109	119	86	114	50	176	50

MINUTA CENTRO VIDA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
MEDIAS NUEVES		AGUA DE PANELA	K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
		QUESO	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	30	30	100	90	5,3	7,7	0,1	175,8	0,1	280,5
TOTAL								159,46	5,4	7,7	17,2	183,8	1,1	287,9
RECOMENDACIÓN														
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ONCES		JUGO DE FRESA	C025	Fresa, madura, cruda	74	70,3	95	32	0,6	0,4	5,8	14,8	0,4	1,4
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
		PIÑA	C072	Piña, cruda	145	79,75	55	45	0,5	0,1	9,9	12,8	0,4	2,4
TOTAL								123,935	1,0	0,4	27,6	27,5	0,8	3,8
TOTAL APORTE MINUTA								283	6	8	45	211	2	292
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								15	9	11	19	22	22	23

MINUTA CENTRO VIDA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
MEDIAS NUEVES		PATILLA	C079	Sandia, cruda	100	40	40	7	0,2	0,0	1,5	1,6	0,1	0,4
		BANANO	C010	Banano común, crudo	57	40	70	40	0,6	0,0	8,9	3,2	0,4	1,2
TOTAL								47,099	0,8	0,0	10,4	4,8	0,5	1,6
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ONCES		JUGO DE FRUTA	C051	Mango común, crudo	140	70	50	55	0,4	0,0	12,0	10,5	0,4	2,8
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
		MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	114	79,8	70	43	0,7	0,1	9,1	27,9	0,2	1,6
TOTAL								146,032	1,1	0,1	33,0	38,4	0,6	4,4
TOTAL APORTE MINUTA								193	2	0	43	43	1	6
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								10	3	0	18	5	13	0

MINUTA CENTRO VIDA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
MEDIAS NUEVES		GELATINA	K018	Gelatina con azúcar, polvo	8	8	100	31	0,7	0,0	7,2	0,0	0,0	21,4
		FRUTA	C025	Fresa, madura, cruda	84	79,8	95	36	0,6	0,4	6,6	16,8	0,4	1,6
TOTAL								67,27	1,3	0,4	13,8	16,8	0,4	23,0
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ONCES		AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas, precocida	15	15	100	62	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		BANANO	P016	Banano, pacífico, crudo	123	79,95	65	90	0,9	0,2	21,1	4,8	0,3	0,0
TOTAL								263,704	6,8	4,7	47,6	135,1	1,1	48,4
TOTAL APORTE MINUTA								331	8	5	61	152	1	71
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								17	11	7	25	16	18	6

MINUTA CENTRO VIDA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
MEDIAS NUEVES		JUGO DE FRUTA	C021	Curuba, cruda	140	70	50	27	0,4	0,1	6,0	4,9	0,7	59,5
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
		PAPAYA	C065	Papaya, madura, cruda	114	79,8	70	32	0,4	0,1	6,5	19,2	0,2	4,0
TOTAL								106,16	0,8	0,1	24,4	24,1	1,0	63,5
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ONCES		AGUA DE PANELA	K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
		PAN DE ARROZ	A065	Pan de queso, horneado	30	30	100	110	3,1	6,2	10,1	27,0	0,6	225,0
TOTAL								179,26	3,2	6,3	27,2	35,0	1,5	232,4
TOTAL APORTE MINUTA								285	4	6	52	59	2	296
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								15	6	9	21	6	30	24

MINUTA CENTRO VIDA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
MEDIAS NUEVES		AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas, precocida	15	15	100	62	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
		MELON	C060	Melón,crudo	160	80	50	20	0,6	0,0	4,0	8,8	0,3	5,6
TOTAL								194,16	6,5	4,6	30,5	139,1	1,1	54,0
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ONCES		QUESO CAMPESINO	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	30	30	100	90	5,3	7,7	0,1	175,8	0,1	280,5
		PLÁTANO COCIDO	B089	Platano hartón, maduro, crudo	60	43,2	72	57	0,5	0,1	13,1	1,3	0,2	1,7
TOTAL								147,324	5,7	7,7	13,2	177,1	0,3	282,2
TOTAL APORTE MINUTA								341	12	12	44	316	1	336
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								18	17	16	18	33	17	27

MINUTA CENTRO VIDA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
MEDIAS NUEVES		FRUTA PICADA (SALPICÓN)	C051	Mango común, crudo	30	15	50	12	0,1	0,0	2,6	2,3	0,1	0,6
			C072	Piña, cruda	19	10,45	55	6	0,1	0,0	1,3	1,7	0,1	0,3
			C079	Sandia, cruda	60	24	40	4	0,1	0,0	0,9	1,0	0,1	0,2
			C062	Naranja, cruda	60	36	60	15	0,3	0,1	3,2	11,9	0,5	0,7
			C010	Banano común, crudo	50	35	70	35	0,5	0,0	7,8	2,8	0,3	1,1
			C065	Papaya, madura, cruda	40	28	70	11	0,1	0,0	2,3	6,7	0,1	1,4
TOTAL								83,092	1,2	0,2	18,0	26,3	1,1	4,3
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ONCES		SORBETE DE MORA	C061	Mora de castilla, cruda	78	70,2	90	52	0,7	0,1	10,2	29,5	1,2	0,7
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	100	65	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL								164,458	4,1	3,5	27,2	151,7	1,3	48,7
TOTAL APORTE MINUTA								248	5	4	45	178	2	53
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								13	7	5	19	19	28	4

MINUTA CENTRO VIDA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
MEDIAS NUEVES		AGUA DE PANELA	K033	Panela	19	19	100	69	0,1	0,0	17,1	8,0	0,9	7,4
		QUESO	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	30	30	100	90	5,3	7,7	0,1	175,8	0,1	280,5
TOTAL								159,46	5,4	7,7	17,2	183,8	1,1	287,9
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ONCES		JUGO DE FRUTA	C021	Curuba, cruda	140	70	50	27	0,4	0,1	6,0	4,9	0,7	59,5
			K003	Azúcar, blanco, granulado	12	12	100	48	0,0	0,0	11,9	0,0	0,0	0,0
		PAPAYA	C065	Papaya, madura, cruda	114	79,8	70	32	0,4	0,1	6,5	19,2	0,2	4,0
TOTAL								106,16	0,8	0,1	24,4	24,1	1,0	63,5

TOTAL APORTE MINUTA	266	6	8	42	208	2	351
RECOMENDACIÓN	1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %	14	8	10	17	22	24	28

MINUTA CENTRO VIDA ACACIAS 2023

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALMENTO	PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
MEDIAS NUEVES		FRUTA PICADA (SALPICÓN)	C051	Mango común, crudo	30	15	50	12	0,1	0,0	2,6	2,3	0,1	0,6
			C072	Piña, cruda	19	10,45	55	6	0,1	0,0	1,3	1,7	0,1	0,3
			C079	Sandia, cruda	60	24	40	4	0,1	0,0	0,9	1,0	0,1	0,2
			C062	Naranja, cruda	60	36	60	15	0,3	0,1	3,2	11,9	0,5	0,7
			C010	Banano común, crudo	50	35	70	35	0,5	0,0	7,8	2,8	0,3	1,1
			C065	Papaya, madura, cruda	40	28	70	11	0,1	0,0	2,3	6,7	0,1	1,4
TOTAL								83,092	1,2	0,2	18,0	26,3	1,1	4,3
		PREPARACION	Numero de identificacion	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	calcio (mg)	Hierro (mg)	Sodio (mg)
ONCES		YOGURTH	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	200	200	100	162	5,8	5,6	22,4	178,0	0,0	80,0
		MELÓN	C060	Melón,crudo	160	80	50	20	0,6	0,0	4,0	8,8	0,3	5,6
TOTAL								182	6,4	5,6	26,4	186,8	0,3	85,6
TOTAL APORTE MINUTA								265	8	6	44	213	1	90
RECOMENDACIÓN								1928	73,3	75	241	950	8,3	1250
ADECUACION %								14	10	8	18	22	17	7