12600_DIRECCIÓN_DE_NUTRICIÓ

outlook.live.com/mail/0/inbox/id/AQMkADAwATM0MDAAMS00YmIANC0yNGU0LTAwAi0wMAoARgAAA9weteloX4VOvX1d...

Outlook | Buscar | Reunirse ahora

Inicio | Vista | Ayuda

Correo nuevo | Leído / No leído

Bandeja de entrada

Corporacion Sua Za
Fwd: Informes Biotrends Laboratori... Mié 06/12
Atentamente, GIOVANNI MENDEZ GUEVARA Re...

Corporacion Sua Za
Fwd: Informes Biotrends Laboratori... Mié 06/12
Atentamente, GIOVANNI MENDEZ GUEVARA Re...

Roger Duvan Molina Romero
Plan de Mejora 6603-2023_PM01_G... Mié 06/12
Señora GIOVANNI MENDEZ GUEVARA Dentro d...

Luz Amanda Leon Bernal
Menús Especiales Navidad y Fin d... 05/12/2023
Cordial saludo De acuerdo a lo socializado el dí...

Sandra Milena Aguirre Sora
RV: REPORTE DE NOVEDADES FIC... 05/12/2023
SANDRA MILENA AGUIRRE SORA Instructor- Pr...

Sandra Milena Aguirre Sora
RE: PARTICIPANTE EN ATENCIÓN ... 05/12/2023
Buenos días, Adjunto base excel. Cordialmente, ...

Sandra Milena Aguirre Sora
PARTICIPANTE EN ATENCIÓN CO... 04/12/2023
Buenas tardes. A continuación, relaciono 1 parti...

Sandra Milena Aguirre Sora
RE: REPORTE DE NOVEDADES DEL... 04/12/2023
Buenos días, Mediante el presente informo que ...

Start Diario
La Generalitat rebajará el IRPF a tr... 03/12/2023

Menús Especiales Navidad y Fin de Año

Luz Amanda Leon Bernal <lleonb@sdis.gov.co>
Para: corporacionrazondeser@gmail.com; **y 198 más**
CC: Zulma Yanira Fonseca Centeno; **y 19 más**
Mar 05/12/2023 9:18

MENUS FIN DE AÑO.xlsx
20 KB

Cordial saludo

De acuerdo a lo socializado el día 28/11/2023 en el Comité de Evaluación y Seguimiento Comedores 2023 con respecto a los Menús Especiales de navidad y fin de año; remito análisis nutricional del menú para el 23 y 30 de diciembre 2023.

Cualquier inquietud con gusto.

Quedo atenta a comentarios.

Gracias

BOGOTÁ

LUZ AMANDA LEÓN BERNAL
Profesional Subdirección Nutrición
Secretaria Distrital De Integración Social


Opere CFDs de oro con un broker de confianza
Patrocinado IC Markets


Mira cómo este hombre recuperó la máxima potencia de...
Patrocinado Virilidad Masc...


Descubre el auto que conduce Clint Eastwood
Patrocinado investing.com

por Taboola

Buscar | 737... | 14:37 05/01/2024

23 DICIEMBRE 2023



30 DICIEMBRE 2023



1 - 2 AÑOS 11 MESES	0
3 - 5 AÑOS 11 MESES	1
6 - 8 AÑOS 11 MESES	10
9- 13 AÑOS 11 MESES	92
MAYORES DE 14 AÑOS	197
TOTAL	300

MINUTA MENUS ESPECIALES FIN DE AÑO PUENTE ARANDA 2023

MENÚ 30 DICIEMBRE	PREPARACIÓN / INGREDIENTES	1 a 2 años			3 a 5 años			6 a 8 años			9 a 13 años			Mayores de 14 años			TOTAL PESO NETO	TOTAL PESO BRUTO
		Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)		
MENU	***PARRILLADA (CARNE DE RES (CADERA), LOMO DE CERDO, PECHUGA DE POLLO)***																	
MENU	Aceite de soya	1,0	1,0	24	2	2	30	4	4	36	5,0	5	50	4,0	4	70	1,3	1,3
MENU	Cerdo, lomo, crudo	10,5	10,5		15	15		20	20		25,0	25		35,0	35		9,4	9,4
MENU	Pollo, pechuga con piel, cruda	13,1	10,5		18	15		25	20		37,5	30		43,8	35		9,9	12,3
MENU	Res, carne magra, cruda	10,5	10,5		15	15		15	15		25,0	25		30,0	30		8,4	8,4
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,2	0,2		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0,4		0,1	0,1
MENU	***GUACAMOLE***			20			30			30			60			80		0,0
MENU	Aguacate Lorena, crudo	15,6	12		22,7	17,5		22,7	17,5		51,9	40		64,9	50		13,7	17,8
MENU	Cebolla cabezona, cruda	3,2	3		5,3	5,0		5,3	5,0		10,5	10		15,8	15		3,9	4,1
MENU	Cilantro, crudo	1,1	1		1,7	1,5		1,7	1,5		3,0	2,7		4,2	3,8		1,0	1,1
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,3	0,3		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0,4		0,1	0,1
MENU	Tomate, crudo	5,9	5		9,4	7,5		9,4	7,5		12,5	10		18,8	15		4,0	5,0
MENU	Limón, crudo	2,0	1		3,0	1,5		3,0	1,5		5,4	2,7		7,6	3,8		1,0	2,0
MENU	***PAPA SALADA***			29	50,2	40,2	39	50,2	40,2	39			48			67	0,4	0,6
MENU	Papa pastusa, con cáscara, cruda	30	30		40,0	40		40,0	40		50,0	50		70,0	70		18,8	18,8
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,2	0,2		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0,4		0,1	0,1
MENU	***PLATANO CON BOCADILLO Y QUESO***			40			60			80			100			121		0,0
MENU	Bocadillo o dulce de guayaba, tradicional	5,0	5		10,0	10		10	10		15,0	20		20,0	20		5,9	5,4
MENU	Plátano hartón, maduro, crudo	41,7	30		55,6	40		83	60		69,4	60		111,1	81		22,1	29,2
MENU	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	5,0	5		10,0	10		10	10		20,0	20		20,0	20		5,9	5,9
MENU	***ARROZ CON LECHE***			210			250			350			350			350		0,0
MENU	Arroz blanco, pulido, crudo	20,0	20		30	30		40,0	40		40,0	40		40,0	40		12,0	12,0
MENU	Leche de vaca, condensada, con azúcar	24,0	24		30	30		40,0	40		40,0	40		40,0	40		12,0	12,0
MENU	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120,0	120		150	150		200,0	200		200,0	200		200,0	200		60,0	60,0
MENU	Panela	2,4	2,4		3	3		5,0	5		5,0	5		5,0	5		1,5	1,5
MENU	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	24,0	24		30	30		40,0	40		40,0	40		40,0	40		12,0	12,0
MENU	Uva, deshidratada	2	2		3	3		5,0	5		5,0	5		5,0	5		1,5	1,5
MENU	***LIMONADA***			150			180			240			280			330		0,0
MENU	Azúcar blanco, granulado	10	10		15	15		15,0	15		18,0	18		20,0	20		5,8	5,8
MENU	Limón, crudo	60	30		75,0	37,5		100,0	50		140,0	70		160,0	80		22,7	45,5

MENÚ 23 DICIEMBRE	PREPARACIÓN / INGREDIENTES	1 a 2 años			3 a 5 años			6 a 8 años			9 a 13 años			Mayores de 14 años			TOTAL PESO NETO	TOTAL PESO BRUTO
		Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)		
MENU	***LOMO DE CERDO EN SALSA BBQ***																	
MENU	Cerdo, lomo, crudo	35	35	22	45	45	28,5	55	55	35	80	80	50,5	100,0	100	63	27,7	27,7
MENU	Orégano, molido	0,3	0,3		0,3	0,3		0,5	0,5		1	1		0,5	1		0,2	0,2
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,2	0,2		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0		0,1	0,1
MENU	Salsa de tomate	6	6		8	8		10	10		15	15		20,0	20		5,4	5,4
MENU	Miel de abejas, líquida	2	2		3	3		4	4		6	6		10,0	10		2,6	2,6
MENU	Tomillo, fresco	0,25	0,25		0,25	0,25		0,25	0,25		0,25	0,25		0,25	0,25		0,1	0,1
MENU	***CASQUITOS DE TOMATE CON VINAGRETA***			30			45			45			80			100	0,0	0,0
MENU	Aceite de soya	1	1		1	1		1	1		1,5	1,5		1,5	2		0,4	0,4
MENU	Cilantro, crudo	0,33	0,3		0,333333	0,3		0,333333	0,3		0,5	0,4		0,6	0,5		0,1	0,2
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,2	0,2		0,3	0,3		0,5	0,5		0,4	0,4		0,1	0,1
MENU	Tomate, crudo	37,5	30		62,5	50		62,5	50		100	80		125,0	100		27,6	34,5
MENU	Vinagre	1	1		1	1		1	1		1,5	1,5		1,5	2		0,4	0,4
MENU	***ARROZ A LA JARDINERA***			40			60			80			101			121	0,0	0,0
MENU	Aceite de soya	1,30	1,3		2,0	2,0		2,6	2,6		3,2	3,2		4,0	4,0		1,1	1,1
MENU	Ajo, crudo	0,17	0,2		0,2	0,2		0,5	0,4		0,5	0,5		0,7	0,7		0,2	0,2
MENU	Arroz blanco, pulido, crudo	13,03	13,0		19,9	19,9		26,5	26,5		32,3	32,3		40,1	40,1		11,2	11,2
MENU	Arveja verde, cruda	11,40	4,6		16,6	6,6		22,1	8,8		28,9	11,6		33,4	13,4		3,8	9,5
MENU	Cebolla junca, tallos, cruda	1,50	0,6		1,5	0,6		3,3	1,3		3,8	1,5		5,0	2,0		0,5	1,4
MENU	Maíz tierno, con armero, crudo	9,12	4,6		13,2	6,6		17,7	8,8		23,1	11,6		26,7	13,4		3,8	7,6
MENU	Sal refinada yodada	0,20	0,2		0,3	0,3		0,3	0,3		0,4	0,4		0,3	0,3		0,1	0,1
MENU	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,37	4,6		7,8	6,6		10,4	8,8		13,6	11,6		15,7	13,4		3,8	4,5
MENU	***PAPA FRANCESA***			12			17			17			21			29	0,0	0,0
MENU	Aceite de soya	3	3		4,0	4,0		4	4		10	10		7,0	7		2,3	2,3
MENU	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	38	30		40,0	40,0		40	40		62,5	50		87,5	70		18,8	23,4
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,3	0,3		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0		0,1	0,1
MENU	***JUGO DE LULO***			150			180			240			280			330	0,0	0,0
MENU	Azúcar blanco, granulado	3	3		3,8	3,8		5	5		7	7		8,0	8		2,3	2,3
MENU	Lulo, crudo	50	30		62,5	37,5		83,33333	50		116,7	70		133,3	80		22,7	37,9
MENU	***NATILLA (FECULA DE MAÍZ)***			150			150			150			150			150	0,0	0,0
MENU	Azúcar blanco, granulado	12	12		12	12		12	12		12	12		12,0	12		3,6	3,6
MENU	Canela, molida	0,19	0,19		0,19	0,19		0,19	0,19		0,19	0,19		0,2	0		0,1	0,1
MENU	Fécula de maíz, precocido, secado	24	24		24	24		24	24		24	24		24,0	24		7,2	7,2
MENU	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120		120	120		120	120		120	120		120,0	120		36,0	36,0