super logística BGA	**SUPERLOGISTICA BGA SAS**
	CICLO DE MENUS DIETA VEGETARIANA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6	DIA 7
DESAYUNO	**FRUTA**	BANANO	SANDIA	MANGO	UVA ISABELA	PIÑA	MELON	MANDARINA
	LACTEO	CAFÉ CON LECHE	AGUADEPANELA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE MAICENA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
	ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	QUESO EN PORCION	HUEVOS REVUELTOS	CUAJADA	SANDWICH DE QUESO	HUEVOS CON MAICITOS	CREPE DE QUESO
	CEREAL	AREPA DE MAIZ	PAN ROLLO	PAN DE COCO	MANTECADA		AREPA DE MAIZ	
	OTRO	CALDO DE PAPA	CALDO HILADO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA HILADO
ALMUERZO	**FRUTA O JUGO**	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO TROPICAL	JUGO DE LULO	LIMONADA	JUGO DE FRESA
	SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	SOPA DE PASTAS	SOPA DE SANCOCHO	SOPA DE CUCHUCO DE CEBADA	SOPA DE VEGETALES	SOPA DE FRIJOL ROJO	CREMA DE ESPINACA
	PROTEINA	ARVEJAS GUISADAS	CROQUETAS DE CARVE	GARBANZOS GUISADOS	HAMBURGUESAS DE LENTEJAS	TORTICAS DE LENTEJAS	KIBBE	CROQUETAS DE LENTEJAS
	CEREAL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ VERDE	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO
	TUBERCULO	PAPA ARTESANAL	YUCA FRITA EN S. BLANCA	PAPA COCIDA CON SS CRIOLLA	PLATANO ACARAMELADO	PAPA DORADA AL HORNO	MADURO ACANELADO	YUCA CON S. CRIOLLA
	VERDURA	ENSALADA ROJA DE REMOLACHA	ENSALADA CON AGUACATE (Tomate, pepino y aguacate)	ENSALADA COLOMBIANA (ZANAHORIA, MAIZ, HABICHUELA Y ARVEJA)	VEGETALES GUISADOS	ENSALADA PICO DE GALLO (Pepino, tomate,cebolla, cilantro)	ENSALADA CRIOLLA (APIO, ZANAHORIA, HABICHUELA, REPOLLO Y TOMATE)	CASQUITOS PEPINO Y LECHUGA
	POSTRE	GELATINA CON LECHERA	BOCADILLO DE LECHE	ESPONJADO DE MANGO CON LECHE	GALLETA WAFER	DULCE DE PIÑA	MOUSSE DE MORA	DULCE DE GUAYABA
COMIDA	**FRUTA O JUGO**	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE FRESA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MORA	JUGO DE MARACUYA	JUGO TROPICAL
	CALDO SOPA O CREMA	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA	CALDO DE PAPA	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA
	PROTEINA	GARBANZOS GUISADOS	CREPE CON FRIJOL ROJO FRESCO	KIBBE	EMPAREDADO DE HAMBURGUESA DE FRIJOL BLANCO	ARVEJA GUISADA	CROQUETAS DE GARBANZO	CARVE AL BURRO
	CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA		ARROZ AL PIMENTON		ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON ARVEJAS Y VERDURAS	TORNILLOS NAPOLITANOS
	TUBERCULO	PLATANITOS HORNEADOS	CASCOS DE PAPA AL HORNO	PLATANO MADURO	PAPA A LA FRANCESA	PURE DE PAPA CONFETI	TORTA DE YUCA	MADURO HORNEADO
	VERDURA	VEGETALES SALTEADOS	MELÓN	GUISO DE YOTAS AL PERICO	PAPAYA	POTECA DE AUYAMA	SANDIA	MANDARINA
	OTRO	GALLETA DE LECHE	FLAN	GALLETA DE PUNTO ROJO	ESPONJADO DE LIMON	MANTECADA	GELATINA	MASMELO

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

super logistica BGA	**SUPERLOGISTICA BGA SAS**
	CICLO DE MENUS DIETA VEGETARIANA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13	D
	FRUTA	UVA ISABELA	NARANJA	BANANO	SANDIA	MELON	MANGO	MANDARINA
DESAYUNO	**LACTEO**	MAICENA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AGUADEPANELA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
	ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS PERICOS	SANDWICH DE QUESO	HUEVOS CON MAICITOS	CUAJADA	QUESO EN PORCION	HUEVO COCIDO	AREPA DE MAIZ AMARILLO
	CEREAL	MOGOLLA		PAN DE AVENA	AREPA DE MAÍZ	PAN CASCARITA	PAN ROLLO	QUESO
	OTRO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO HILADO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO HILADO
ALMUERZO	**FRUTA O JUGO**	JUGO DE MANGO	JUGO TROPICAL	NARANJADA	JUGO DE MORA	JUGO DE FRESA	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA
	SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE ZANAHORIA	SOPA DE PLATANO	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE TOMATE	SOPA DE AVENA	CREMA DE TOMATE
	PROTEINA	ALBONDIGAS DE LENTEJAS GUISADAS	FRIJOL ROJO FRESCO GUSADO	HAMBURGUESA DE CARVE A LA CRIOLLA	ARVEJAS GUISADAS	KIBBE	FRIJOL BLANCO	CROQUETAS DE CARVE
	CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ ZANAHORIA	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL AJILLO	ARROZ CON VERDURAS	ARROZ BLANCO
	TUBERCULO	YUCA AL CILANTRO	MADURO APANELADO	PAPA DORADA AL HORNO	PLATANO ACARAMELADO	YUCA EN S. CREMOSA DE CILANTRO	YUCA CON S. BLANCA	CUADROS DE PAPA AL CILANTRO
	VERDURA	ENSALADA CAMPESINA (Zanahoria, Cebolla cabezona, maiz)	ENSALADA CRIOLLA (APIO, ZANAHORIA, HABICHUELA, REPOLLO Y TOMATE)	CASQUITOS DE TOMATE AL LIMON	ENSALADA DE MELON (ZANORIA, MELON, LECHUGA, UVAS)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO, LECHUGA	ENSALADA CON AGUACATE (Tomate, pepino y aguacate)	ENSALADA ROJA DE REMOLACHA
	POSTRE	MERENGUE	MASMELO	GELATINA	GALLETA WAFER	ASPIC CON LECHERA	BOCADILLO DE LECHE	MANTECADA
COMIDA	**FRUTA O JUGO**	JUGO DE MORA	JUGO DE LULO	JUGO TROPICAL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE MANGO	JUGO DE FRESA
	CALDO,SOPA O CREMA	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO HILADO	CALDO DE PAPA	CALDO HILADO	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA	CALDO DE PAPA CELESTINO
	PROTEINA	KIBBE	PANZEROTTI RELLENO DE CARVE Y VERDURAS	CROQUETAS DE LENTEJAS	SANDWICH DE CARVE CON VEGETALES	ARVEJAS GUISADAS	LASAGÑA DE LENTEJAS	FRIJOL ROJO GUSADO
	CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA		ARROZ BLANCO		ARROZ CON FIDEOS		ARROZ AL PIMENTON
	TUBERCULO	PAPA EN CHUPE	CUADROS DE PAPA EN SS CREMOSA	PLATANO MADURO COCIDO	CASQUITOS DE PAPA AL HORNO	PURE DE PAPA CONFETI	TOSTADAS DE AJO	TAJADAS DE MADURO
	VERDURA	CALABACIN AL PERICO	MANGO	SALTEADO DE VEGETALES	UVA ISABELLA	SOUFFLÉ DE BERENJENA	MANDARINA	GUISO DE YOTAS
	OTRO	GELATINA	DULCE DE MORA	GALLETA DE LECHE	GELATINA	MASMELO	GELATINA	ESPONJADO DE MANGO

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

super logística BGA	**SUPERLOGISTICA BGA SAS**
	CICLO DE MENUS DIETA VEGETARIANA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20	DIA 21
DESAYUNO	**FRUTA**	MANDARINA	UVA ISABELLA	PAPAYA	MELON	SANDIA	PIÑA	NARANJA
	LACTEO	AVENA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE MAICENA CON LECHE	AGUADEPANELA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
	ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS CON MAICITOS	QUESO	HUEVOS PERICOS	CUAJADA	HUEVO COCIDO	CUAJADA	SANDWICH DE HUEVO
	CEREAL	PAN DE UVAS	MANTECADA	AREPA DE MAIZ BLANCO	PAN MOJICON	PAN DE LECHE	AREPA DE MAIZ BLANCO	
	OTRO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA	CALDO HILADO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA
ALMUERZO	**FRUTA O JUGO**	JUGO DE MORA	JUGO DE LULO	JUGO TROPICAL	LIMONADA	JUGO DE UVA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA
	SOPA O CREMA	SOPA DE SANCOCHO	SOPA DE PLATANO	SOPA DE AVENA	SOPA DE VEGETALES	CREMA DE AUYAMA	SOPA DE CEBADA	SOPA DE ARRACACHA
	PROTEINA	HAMBURGUESA DE GARBANZO	LENTEJAS COLOMBIANAS	GUISO DE CARVE	ARVEJAS GUISADAS	CROQUETAS DE CARVE	KIBBE	FRIJOL GUISADO
	CEREAL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ PAJARITO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	SPAGUETTI
	TUBERCULO	PAPA ENCHAQUETADA	CUADROS DE YUCA AL CILANTRO	MADURO ACANELADO	YUCA AL VAPOR CON S. CRIOLLA	MADURO AL HORNO	YUCA CON SS. CREMOSA BECHAMEL	PAPA DORADA ARTESANAL
	VERDURA	ENSALADA PICO DE GALLO	ENSALADA DE ZANAHORIA, APIO, PEPINO Y TOMATE	ENSALADA CON AGUACATE (Tomate, lechuga, zanahoria y aguacate)	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA, LECHUGA	ENSALADA DE REPOLLO BLANCO, TOMATE, BROCOLI, ZANAHORIA	ENSALADA DE ARVEJA, HABICHUELA, ZANAHORIA, MAIZ	CHOP SUEY (Apio, zanahoria, habichuela, zuchini)
	POSTRE	DULCE DE PIÑA	GELATINA	ESPONJADO DE LIIMÓN	GALLETA DE LECHE	FLAN DE AREQUIPE	GALLETA PUNTO ROJO	MANTECADA
COMIDA	**FRUTA O JUGO**	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE MORA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MANGO	JUGO TROPICAL
	CALDO,SOPA O CREMA	CALDO DE PAPA	CALDO DE PAPA	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA	CALDO DE POLLO	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA
	PROTEINA	KIBBE	GUISO DE CARVE	ALBONDIGAS DE LENTEJAS	EMPANADA DE CARVE AL HORNO	GARBANZO GUISADO	CREPE DE CARVE Y VEGETALES	CROQUETAS DE LENTEJAS
	CEREAL	ARROZ BLANCO		TORNILLOS		ARROZ BLANCO		ARROZ AL CIANTRO
	TUBERCULO	MONEDAS DE MADURO AL HORNO	CASCOS DE PAPA AL HORNO EN FINAS HIERBAS	ENYUCADO	CASCOS DE PAPA CON FINAS HIERBAS	YUCA COCIDA	PAPA A LA FRANCESA	MADURO AL HORNO
	VERDURA	HABICHUELA CON ZANAHORIA AL PERICO	SANDIA	CALABACIN SALTEADO CON ZANAHORIA Y MAIZ	ENSALADA CRIOLLA	ESPINACAS AL PERICO	MELON	PAPAYA
	OTRO	MASMELOS	BOCADILLO	GELATINA	MERENGUE	ESPONJADO DE LIMON	GELATINA	DULCE DE GUAYABA

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

CONTENIDO DE ENERGIA Y NUTRIENTES PROPORCIONADO POR EQUIVALENTE DE ALIMENTO

DIETA VEGETARIANA (VEG)

GRUPO DE ALIMENTOS	Nº interc	Energia	PROT	GRASA	CHO	Ca	P	Fe	Na	K	Mg	Zn	Cu	Mn	Se	VIT.E.	VIT K	VIT D	VIT A	VIT A	B1	RB	NIA	A. PANT.	B6	A.FOL.	B12	VITC.
		Kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	UI	ER	mcg	UI	UI	ER	mg	mg	mg	mg	mg	mcg	mcg	mg
LECHE	1,3	143	9,0	4,3	16,9	347,4	265,5	0,3	132,7	4,3	31,8	1,1	0,0	0,0	3,0	0,1	1,4	37,2	342,6	92,2	0,1	0,5	0,3	0,9	0,1	12,1	0,8	2,7
ALIMENTO PROTEICO	2	150	12,4	9,1	1,8	268,0	211,0	0,9	144,2	9,1	7,2	3,2	3,0	0,0	6,7	105,1	5,0	6,0	391,0	94,0	0,0	0,3	0,2	1,0	0,0	11,4	0,4	-
LEGUMINOSAS FRESCAS	0,32	8	0,6	0,1	1,2	4,0	9,7	0,2	7,9	0,1	3,1	0,1	0,0	0,0	0,1	0,0	0,5	-	39,4	3,9	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	6,4	-	1,9
LEGUMINOSAS SECAS	1,5	204	14,2	1,5	35,2	74,0	261,4	4,3	8,5	1,5	104,3	1,9	0,8	0,9	5,3	0,2	35,4	-	22,7	2,3	0,4	1,1	1,2	0,7	0,2	275,8	-	1,6
PRODUCTOS DE LEGUMINOSAS	3	177	19,5	3,5	18,0	122,4	288,2	4,7	77,3	3,5	75,1	0,9	1,0	0,8	2,1	0,1	-	-	208,4	20,7	0,4	0,2	1,6	0,4	0,2	80,1	-	2,4
HORTALIZAS Y VERDURAS	7	91	5,8	1,0	21,8	142,5	142,0	3,1	128,9	1,0	62,0	2,0	0,4	0,8	3,1	2,2	65,5	5,3	4.853,9	484,7	0,2	0,3	2,1	0,8	0,4	151,8	-	99,9
FRUTAS	5	150	2,7	0,8	38,5	53,4	59,5	1,6	4,7	0,8	22,3	0,2	0,2	0,3	0,9	0,7	1,3	-	1.465,5	146,5	0,2	0,2	2,1	1,2	0,2	25,1	-	136,5
CEREALES,HARINAS Y PRODUCTOS ELABORADOS	**6**	648	18,8	10,1	127,1	133,9	460,5	8,7	469,9	10,1	131,6	4,0	0,4	2,8	25,4	1,3	6,5	14,6	918,3	266,2	0,9	0,7	9,7	1,0	0,8	162,5	0,2	11,3
RAICES,TUBERCULOS Y PLATANOS	3	273	4,1	1,1	64,5	24,0	102,3	1,8	14,2	1,1	19,2	0,2	0,1	0,1	1,8	0,2	0,6	-	1.857,4	44,9	0,2	0,1	2,9	0,2	0,2	13,0	-	41,3
GRASAS Y ACEITES	5	225	1,7	23,6	1,7	6,9	27,1	0,2	82,3	23,6	11,0	0,2	0,1	0,1	0,7	415,4	3,6	2,5	293,6	75,7	-	-	0,9	0,2	0,1	8,8	-	-
EDULCORANTES	2,5	200	0,2	0,2	50,3	21,8	11,1	0,8	3,8	0,2	0,4	0,0	0,1	-	0,4	-	-	-	-	-	-	0,0	0,1	0,0	-	0,4	-	-
DULCES Y OTROS PRODUCTOS	0,45	41	0,7	0,9	8,0	11,6	16,2	0,2	17,7	0,9	5,0	0,4	0,1	0,0	0,3	13,1	-	0,1	20,4	2,6	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,4	0,0	0,5
BEBIDAS NO ALCOHOLICAS	0,5	56	0,2	0,3	13,7	22,0	15,0	0,2	4,4	0,3	4,5	0,0	0,0	0,1	0,1	5,9	0,1	-	101,5	27,3	0,0	0,1	0,6	0,0	0,0	1,2	-	15,7
SALSAS COMERCIALES	0,28	1	0,0	0,0	0,1	0,2	0,6	0,0	20,2	0,0	0,2	0,0	0,0	-	-	-	-	-	7,8	0,8	-	-	0,0	0,0	-	0,1	-	0,1
HIERBAS,CONDIMENTOS Y ESPECIAS	0,2	0	0,0	0,0	0,1	1,3	0,4	0,0	2,5	0,0	0,4	0,0	-	0,0	-	-	-	-	18,5	1,9	-	-	0,0	-	-	0,1	-	0,2
TOTAL		**2.366**	**89,8**	**56,3**	**398,7**	**1.233,3**	**1.870,3**	**26,9**	**1.119,0**	**56,3**	**478,0**	**14,3**	**6,0**	**5,9**	**49,9**	**544,2**	**119,9**	**65,7**	**10.540,8**	**1.263,6**	**2,5**	**3,5**	**21,8**	**6,4**	**2,1**	**749,2**	**1,4**	**314,1**
% de adecuacion		**95%**	**103%**	**102%**	**93%**																							



ND. Alexander Castro
MND 01483

Nutriente	Perfil Calorico Obtenido				Perfil Calorico Esperado			
	Kcal	g	Kcal	%	Kcal	g	Kcal	%
PROT	**2366**	**89,79**	**359**	**15,2**	**2489**	**87,1**	**348**	**14**
GRASA		**56,34**	**507**	**21,4**		**55,3**	**498**	**20**
CHO		**398,73**	**1595**	**67,4**		**429,4**	**1717**	**69**

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **1**

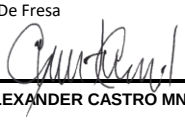
Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Café con Leche	Azúcar Corriente	5,0	5
		Café Molido	6,0	6
		Leche Entera	100,0	100
	Huevo Cocido x 2	Huevo De Gallina	120,0	100
	Arepa De Maíz	Harina De Maíz	50,0	50
		Margarina	5,0	5
	Mandarina	Mandarina Corriente	7,0	7
ALMUERZO	Sopa De Guineo	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	24,0	20
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Guineo	42,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	29,3	25,5
	Arroz Con Fideos	Arroz	40,0	40
		Pasta Fideos	10,0	10
	Arvejas Guisadas	Ahuyama	13,2	9,75
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Común	24,8	22,5
		Tomate Guiso	14,4	12
	Papa Criolla Frita	Papa Amarilla (Criolla)	135,0	135
	Ensalada Roja De Remolacha	Arveja Verde Fresca	20,0	20
		Mayonesa	2,0	2
		Papa Común	29,7	27
		Remolacha	48,0	40
		Zanahoria	29,3	25,5
	Coquito	Coquito	1,0	1
	Leche Fría	Leche Entera	210,0	210
	Jugo De Piña	Pulpa De Piña	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Arroz Con Zanahoria	Arroz	40,0	40
		Zanahoria	9,8	8,5
	Plátano Chips	Plátano Verde	52,7	39
	Verduras Chinas	Apio En Rama	7,5	5
		Cebolla Cabezona Blanca	5,0	4,5
		Habichuela	29,7	27
		Pimentón Rojo	4,9	4,25
		Salsa Soya	3,0	3
		Zanahoria	29,3	25,5
	Chocolatina	Mini Chocolatina	1,0	1
	Jugo De Papaya	Pulpa De Papaya	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **2**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Aguadepanela Con Leche	Leche Entera	100,0	100
		Panela	25,0	25
	Queso En Porción x 2	Queso En Porción x 2	100,0	100
	Pan Cascarita	Pan Cascarita x 60 Gramos	1,0	1
	Sandía	Patilla	128,0	80
ALMUERZO	Sopa De Pastas	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	19,2	16
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	34,7	31,5
		Pasta Fideos	8,0	8
		Zanahoria	19,6	17
	Croquetas De Carve	Carve	50,0	50
		Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
	Arroz Verde	Arroz	40,0	40
		Espinaca	1,7	1,2
	Papa Dorada	Papa Común	108,9	99
	Ensalada De Aguacate	Aguacate	25,2	18
		Lechuga Batavia	31,9	22
		Tomate Chonto Pinton	19,2	16
		Zanahoria	39,1	34
	Minilengua	Minilengua	30,0	30
	Leche Fría	Leche Entera	210,0	210
	Jugo De Tomate De Arbol	Pulpa De Tomate De Arbol	50,0	50
COMIDA	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Ensalada de Piña Espinaca Y Lechuga	Espinaca	16,8	12
		Lechuga Batavia	31,9	22
		Piña Común	47,9	33
	Galleta De Leche	Galleta Rondalla	1,0	1
	Jugo De Fresa	Pulpa De Fresa	50,0	50



ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **3**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Tortilla Española	Cebolla Cabezona Blanca	5,0	4,5
		Huevo De Gallina	1,2	1
		Margarina	2,0	2
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Perejil Liso	0,2	0,18
	Pan De Coco	Pan De Coco	1,0	1
	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
ALMUERZO	Sopa De Sancocho	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	48,0	40
		Arroz Cabezote	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Mazorca	25,2	18
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	39,6	36
		Plátano Verde	26,3	19,5
		Yuca	29,7	27
		Zanahoria	24,4	21,25
	Kibbe	Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Berenjena blanca	50,0	40
		Cebolla Cabezona Blanca	11,0	10
		Pimentón rojo	5,8	5
		Ajo En Pepa	3,5	3
	Arroz Atomatado	Arroz	40,0	40
		Tomate Chonto	4,8	4
	Yuca Frita	Yuca	99,0	90
	Ensalada Colombiana	Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Cilantro	0,0	0
		Pepino Cohombro	28,1	22,5
		Tomate Chonto Pinton	38,4	32
	Esponjado De Mango	Crema De Leche	20,0	20
		Gelatina Sin Sabor	1,0	1
		Leche Condensada	20,0	20
		Leche Entera	30,0	30
		Pulpa De Mango	30,0	30
	Sorbete De Mora	Leche Entera	100,0	100
		Pulpa De Mora	65,0	65
COMIDA	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Arroz Verde	Arroz	40,0	40
		Espinaca	1,7	1,2
	Torta De Plátano Maduro	Azúcar Corriente	3,0	3
		Harina De Trigo	20,0	20
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Margarina	3,0	3
		Plátano Maduro	114,1	84,5
	Brócoli Gratinado	Brocoli	102,4	64
		Queso Tajado	8,0	8
	Minibrownie	Minibrownie	30,0	30
	Jugo De Piña	Pulpa De Piña	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **4**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Maicena Con Leche	Fécula De Maíz	25,0	25
		Leche Entera	100,0	100
		Panela	20,0	20
	Cuajada	Cuajada	50,0	50
	Mantecada	Mantecada Porción	1,0	1
	Uva	Uva Isabella	79,2	72
ALMUERZO	Sopa De Cuchuco De Cebada	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Cuchuco De Cebada	15,0	15
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	24,4	21,25
	Carve Con Vegetales	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Carve	50,0	50
		Habichuela	24,8	22,5
		Zanahoria	34,2	29,75
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Plátano Acaramelado	Panela	15,0	15
		Plátano Maduro	118,5	87,75
	Vegetales Guisados	Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Habichuela	39,6	36
		Tomate Guiso	14,4	12
		Zanahoria	39,1	34
	Galletas Wafer	Galleta Wafer	1,0	1
	Leche Fría	Leche Entera	210,0	210
	Jugo Tropical	Pulpa Tropical	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Conchitas En Salsa Blanca	Harina De Trigo	5,0	5
		Leche Entera	30,0	30
		Margarina	3,0	3
		Pasta Conchitas	30,0	30
	Papa Dorada	Papa Común	108,9	99
	Torta De Vegetales	Habichuela	29,7	27
		Harina De Trigo	20,0	20
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Margarina	5,0	5
		Zanahoria	29,3	25,5
	Esponjado De Limón	Crema De Leche	20,0	20
		Gelatina Sin Sabor	1,0	1
		Leche Condensada	20,0	20
		Leche Entera	30,0	30
		Pulpa De Limon	20,0	20
	Jugo De Mango	Pulpa De Mango	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **5**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Café con Leche	Azúcar Corriente	5,0	5
		Café Molido	6,0	6
		Leche Entera	100,0	100
	Sandwich De Queso Doble	Pan Tajado	2,0	2
		Queso Tajado	30,0	30
	Piña	Piña Común	119,6	82,5
	Sopa de Vegetales	Ahuyama	26,3	19,5
ALMUERZO		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
	Fríjol Blanco	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Frijol Blanco	50,0	50
		Papa Común	29,7	27
		Tomate Guiso	14,4	12
	Kibbe	Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Berenjena blanca	50,0	40
		Cebolla Cabezona Blanca	11,0	10
		Pimentón rojo	5,8	5
		Ajo En Pepa	3,5	3
	Arroz Con Perejil	Arroz	40,0	40
		Perejil Liso	0,5	0,45
	Papa Criolla Frita	Papa Amarilla (Criolla)	135,0	135
	Torta De Chocolate	Torta De Chocolate	30,0	30
	Leche Fría	Leche Entera	210,0	210
	Jugo De Lulo	Pulpa De Lulo	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa_	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Arroz Con Fideos	Arroz	40,0	40
		Pasta Fideos	10,0	10
	Puré De Papa Confeti	Margarina	2,0	2
		Papa Común	99,0	90
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Pimentón Rojo	2,0	1,7
	Poteca De Ahuyama	Ahuyama	114,1	84,5
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Tomate Guiso	14,4	12
	Torta De Banano	Azúcar Corriente	5,0	5
		Banano	0,3	0,21
		Harina De Trigo	30,0	30
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Margarina	4,0	4
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **6**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Huevos Con Maicitos	Huevo De Gallina	1,2	1
		Maíz Tierno Desgranado	5,0	5
	Roscón De Bocadillo x 60 Gramos	Roscón De Bocadillo x 60 Gramos	60,0	60
ALMUERZO	Melón	Melón	120,0	80
	Sopa De Fríjol Rojo	Ahuyama	8,8	6,5
		Cebolla Larga	6,4	4
		Frijol Rojo	35,0	35
		Plátano Verde	21,9	16,25
		Tomate Guiso	14,4	12
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Tajadas De Maduro	Plátano Maduro	118,5	87,75
	Ensalada Criolla	Apio En Rama	3,8	2,5
		Habichuela	24,8	22,5
		Repollo Blanco	18,2	14
		Tomate Chonto Pinton	28,8	24
		Zanahoria	24,4	21,25
	Flan De Leche	Flan	9,0	9
		Leche Entera	50,0	50
	Sorbete De Guayaba	Leche Entera	100,0	100
		Pulpa De Guayaba	65,0	65
	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
COMIDA		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Arroz Blanco_	Arroz	80,0	80
	Desgranado Gratinado Con Plátano Maduro	Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Mazorca	42,0	30
		Plátano Maduro	52,7	39
		Queso Entero	20,0	20
	Manzana	Manzana Royal	1,0	0,85
	Galleta Rizada x 30 Gramos	Galleta Rizada	25,0	25
	Jugo De Maracuyá	Pulpa De Maracuya	40,0	40

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **7**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Crepe De Queso x 2	Harina De Trigo	30,0	30
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Leche Entera	20,0	20
		Margarina	2,0	2
		Queso Tajado	16,0	16
	Banano	Banano	0,9	0,7
ALMUERZO	Crema De Espinaca	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Espinaca	21,0	15
		Leche Entera	35,0	35
		Papa Amarilla (Criolla)	25,0	25
		Papa Común	49,5	45
	Kibbe	Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Berenjena blanca	50,0	40
		Cebolla Cabezona Blanca	11,0	10
		Pimentón rojo	5,8	5
		Ajo En Pepa	3,5	3
	Spaguetti En Salsa Criolla	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Pasta Espaguetti	35,0	35
		Tomate Guiso	24,0	20
	Pan Caprese	Pan Caprese	40,0	40
	Chop Suey	Apio En Rama	3,8	2,5
		Brocoli	19,2	12
		Calabacín Amarillo	39,6	36
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Habichuela	24,8	22,5
		Zanahoria	29,3	25,5
	Dulce De Guayaba	Azúcar Corriente	5,0	5
		Guayaba Madura	37,5	30
	Leche Fría	Leche Entera	210,0	210
	Jugo De Fresa	Pulpa De Fresa	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa_	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Spaguetti En Salsa Criolla Con Carve	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Carve	50,0	50
		Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Pasta Espaguetti	35,0	35
		Tomate Guiso	24,0	20
	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
	Corazón De Hojaldre	Corazón De Hojaldre	26,0	26
	Jugo Tropical	Pulpa Tropical	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **8**

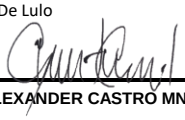
Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Maicena Con Leche	Fécula De Maíz	25,0	25
		Leche Entera	100,0	100
		Panela	20,0	20
	Huevos Pericos	Cebolla Larga	2,6	1,6
		Huevo De Gallina	1,8	1,5
		Tomate Guiso	9,6	8
	Mogolla	Mogolla x 60 Gramos	60,0	60
	Uva	Uva Isabella	79,2	72
ALMUERZO	Sopa De Cuchuco De Maíz	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio En Rama	11,3	7,5
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Cuchuco De Maíz	15,0	15
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	24,4	21,25
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Lentejas Colombianas	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Lentejas	50,0	50
		Papa Común	19,8	18
		Tomate Guiso	14,4	12
	Yuca Frita	Yuca	99,0	90
	Ensalada Ligera	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Coliflor	44,8	28
		Maíz Tierno Desgranado	10,0	10
		Tomate Chonto Pinton	57,6	48
	Merengue	Merengue	25,0	25
	Jugo Tropical	Pulpa Tropical	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Arroz Con Zanahoria	Arroz	40,0	40
		Zanahoria	9,8	8,5
	Plátano Chips	Plátano Verde	52,7	39
	Calabacín Al Perico	Calabacín Verde	99,0	90
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Huevo De Gallina	0,3	0,25
		Tomate Guiso	14,4	12
	Flan De Leche	Flan	9,0	9
		Leche Entera	50,0	50
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **9**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Café con Leche	Azúcar Corriente	5,0	5
		Café Molido	6,0	6
		Leche Entera	100,0	100
	Sandwich De Queso Doble	Pan Tajado	2,0	2
		Queso Tajado	30,0	30
	Naranja	Naranja Valenciana x Unidades	0,8	0,6
	Crema De Zanahoria	Ajo En Pepa	1,1	0,95
ALMUERZO		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Leche Entera	30,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	25,0	25
		Papa Común	59,4	54
		Zanahoria	48,9	42,5
	Croquetas De Carve	Carve	50,0	50
		Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Deditos De Maíz	Harina De Maíz	30,0	30
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Margarina	2,0	2
		Queso Entero	15,0	15
	Ensalada Criolla	Apio En Rama	3,8	2,5
		Habichuela	24,8	22,5
		Repollo Blanco	18,2	14
		Tomate Chonto Pinton	28,8	24
		Zanahoria	24,4	21,25
	Minibrazo De Reina	Minibrazo De Reina	40,0	40
	Jugo De Mango	Pulpa De Mango	50,0	50
	Caldo De Papa_	Ajo En Pepa	1,1	0,95
COMIDA		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Arroz Blanco_	Arroz	80,0	80
	Papa Dorada	Papa Común	108,9	99
	Ensalada Primaveral De Atún	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Atún Lomitos	50,0	50
		Cebolla Cabezona Blanca	3,0	2,7
		Habichuela	34,7	31,5
		Mayonesa	4,0	4
		Zanahoria	48,9	42,5
	Dulce De Mora	Azúcar Corriente	5,0	5
		Mora	30,0	30
	Jugo De Lulo	Pulpa De Lulo	50,0	50



ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **10**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Huevos Con Maicitos	Huevo De Gallina	1,2	1
		Maíz Tierno Desgranado	5,0	5
	Pan Piña Con Bocadillo x 60 Gramos	Pan Piña Con Bocadillo x 60 Gramos	60,0	60
	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
ALMUERZO	Sopa De Plátano	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Plátano Verde	35,1	26
		Zanahoria	29,3	25,5
	Fríjol Blanco	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Frijol Blanco	50,0	50
		Papa Común	29,7	27
		Tomate Guiso	14,4	12
	Arroz Con Avena	Arroz	40,0	40
		Avena En Hojuelas	2,0	2
	Enyucado	Harina De Trigo	10,0	10
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Leche Entera	30,0	30
		Yuca	79,2	72
	Ensalada De Tomate Y Pepino	Pepino Cohombro	46,9	37,5
		Tomate Chonto Pinton	38,4	32
	Gelatina	Gelatina Sabor	10,0	10
	Naranjada	Pulpa De Naranja	40,0	40
COMIDA	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Arroz Con Verduras	Arroz	40,0	40
		Arveja Verde Fresca	5,0	5
		Habichuela	9,9	9
		Zanahoria	19,6	17
	Torta De Plátano Maduro	Azúcar Corriente	3,0	3
		Harina De Trigo	20,0	20
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Margarina	3,0	3
		Plátano Maduro	114,1	84,5
	Poteca De Ahuyama	Ahuyama	114,1	84,5
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Tomate Guiso	14,4	12
	Galleta Rizada x 30 Gramos	Galleta Rizada x 30 Gramos	---	25
	Jugo Tropical	Pulpa Tropical	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **11**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Cuajada x 2	Cuajada x 2	100,0	100
	Mantecada	Mantecada Porción	1,0	1
	Manzana	Manzana Royal	1,0	0,85
ALMUERZO	Sopa De Pastas	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	19,2	16
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	34,7	31,5
		Pasta Fideos	8,0	8
		Zanahoria	19,6	17
	Kibbe	Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Berenjena blanca	50,0	40
		Cebolla Cabezona Blanca	11,0	10
		Pimentón rojo	5,8	5
		Ajo En Pepa	3,5	3
	Arroz Pajarito	Arroz	40,0	40
		Plátano Maduro	13,2	9,75
	Plátano Acaramelado	Panela	15,0	15
		Plátano Maduro	118,5	87,75
	Ensalada De Mango Y Vegetales	Apio En Rama	3,8	2,5
		Mango Tommy	30,0	20
		Tomate Chonto Pinton	28,8	24
		Zanahoria	19,6	17
	Galletas Wafer	Galleta Wafer	1,0	1
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Papa Dorada	Papa Común	108,9	99
	Vegetales Salteados	Calabacín Amarillo	39,6	36
		Habichuela	29,7	27
		Zanahoria	39,1	34
	Gelatina	Gelatina Sabor	10,0	10
	Jugo De Tomate De Arbol	Pulpa De Tomate De Arbol	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **12**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Aguadepanela Con Leche	Leche Entera	100,0	100
		Panela	25,0	25
	Queso En Porción x 2	Queso En Porción x 2	100,0	100
	Pan Cascarita	Pan Cascarita	1,0	1
	Melón	Melón	120,0	80
ALMUERZO	Sopa De Mazorca	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Mazorca	58,8	42
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Arvejas Guisadas	Ahuyama	13,2	9,75
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Común	24,8	22,5
		Tomate Guiso	14,4	12
	Patacones	Plátano Verde	87,8	65
	Ensalada De Vegetales Con Papa	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Habichuela	29,7	27
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	29,3	25,5
	Aspic	Gelatina Sabor	10,0	10
		Mango Tommy	6,0	4
		Manzana Royal	0,2	0,17
		Uva Isabella	9,9	9
	Jugo De Tomate De Arbol	Pulpa De Tomate De Arbol	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa_	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Arroz Con Fideos	Arroz	40,0	40
		Pasta Fideos	10,0	10
	Puré De Papa Confeti	Margarina	2,0	2
		Papa Común	99,0	90
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Pimentón Rojo	2,0	1,7
	Tortica De Calabacín	Calabacín Verde	118,8	108
		Cebolla Cabezona Blanca	4,0	3,6
		Harina De Trigo	10,0	10
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Margarina	2,0	2
	Masmelo	Masmelo	1,0	1
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **13**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Café con Leche	Azúcar Corriente	5,0	5
		Café Molido	6,0	6
		Leche Entera	100,0	100
	Huevo Cocido x 2	Huevo De Gallina	120,0	100
	Tostadas	Tostadas	1,0	1
	Pera	Pera Corriente	1,0	0,85
ALMUERZO	Crema De Tomate	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Leche Entera	30,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	60,0	60
		Papa Común	49,5	45
		Tomate Chonto	38,4	32
	Croquetas De Carve	Carve	50,0	50
		Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Papa Criolla Frita	Papa Amarilla (Criolla)	135,0	135
	Ensalada Roja De Remolacha	Arveja Verde Fresca	20,0	20
		Mayonesa	2,0	2
		Papa Común	29,7	27
		Remolacha	48,0	40
		Zanahoria	29,3	25,5
	Bocadillo	Bocadillo De Lonja	30,0	30
	Jugo De Fresa	Pulpa De Fresa	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Macarrones De Vegetales Y Queso	Arveja Verde Fresca	20,0	20
		Habichuela	19,8	18
		Pasta Macarron	30,0	30
		Queso Entero	40,0	40
		Zanahoria	19,6	17
	Pan Caprese	Pan Caprese	40,0	40
	Granadilla	Granadilla	0,5	0,3
	Gelatina	Gelatina Sabor	10,0	10
	Jugo De Mango	Pulpa De Mango	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **14**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Cuajada x 2	Cuajada x 2	100,0	100
	Galleta De Avena x 60 Gramos	Galleta De Avena x 60 Gramos	60,0	60
	Banano	Banano	0,9	0,7
ALMUERZO	Sopa De Avena	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	19,2	16
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Avena En Hojuelas	18,0	18
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	19,6	17
	Kibbe	Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Berenjena blanca	50,0	40
		Cebolla Cabezona Blanca	11,0	10
		Pimentón rojo	5,8	5
		Ajo En Pepa	3,5	3
	Spaguetti En Salsa Criolla	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Pasta Espaguetti	35,0	35
		Tomate Guiso	24,0	20
	Papa Francesa	Papa Común	99,0	90
	Ensalada De Aguacate	Aguacate	25,2	18
		Lechuga Batavia	31,9	22
		Tomate Chonto Pinton	19,2	16
		Zanahoria	39,1	34
	Gelatina	Gelatina Sabor	10,0	10
	Jugo De Lulo	Pulpa De Lulo	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa_	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Crepe Vegetariano	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Carve	50,0	50
		Habichuela	14,9	13,5
		Harina De Trigo	30,0	30
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Leche Entera	20,0	20
		Margarina	2,0	2
		Zanahoria	19,6	17
	Pera	Pera Corriente	1,0	0,85
	Esponjado De Mora	Crema De Leche	20,0	20
		Gelatina Sin Sabor	1,0	1
		Leche Condensada	20,0	20
		Leche Entera	30,0	30
		Pulpa De Mora	30,0	30
	Jugo De Maracuyá	Pulpa De Maracuya	40,0	40

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **15**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Aguadepanela Con Leche	Leche Entera	100,0	100
		Panela	25,0	25
	Huevo Cocido x 2	Huevo De Gallina	120,0	100
	Pan De Uvas	Pan De Uvas	1,0	1
	Mandarina	Mandarina Corriente	7,0	7
ALMUERZO	Sopa De Sancocho	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	48,0	40
		Arroz Cabezote	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Costilla De Res	20,0	20
		Mazorca	25,2	18
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	39,6	36
		Plátano Verde	26,3	19,5
		Yuca	29,7	27
		Zanahoria	24,4	21,25
	Croquetas De Carve	Carve	50,0	50
		Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Papa Salada	Papa Común	108,9	99
	Ensalada De Aguacate	Aguacate	25,2	18
		Lechuga Batavia	31,9	22
		Tomate Chonto Pinton	19,2	16
		Zanahoria	39,1	34
	Coquito	Coquito	1,0	1
	Jugo De Lulo	Pulpa De Lulo	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Arroz Con Avena	Arroz	40,0	40
		Avena En Hojuelas	2,0	2
	Tajadas De Maduro	Plátano Maduro	118,5	87,75
	Habichuela Con Zanahoria Al Perico	Habichuela	39,6	36
		Huevo De Gallina	0,4	0,3
		Zanahoria	39,1	34
	Masmelo	Masmelo	1,0	1
	Jugo De Manzana	Pulpa De Manzana	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **16**

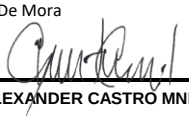
Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Café con Leche	Azúcar Corriente	5,0	5
		Café Molido	6,0	6
		Leche Entera	100,0	100
	Cuajada x 2	Cuajada x 2	100,0	100
	Pan Rollo	Pan Rollo x 60 Gramos	1,0	1
	Banano	Banano	0,9	0,7
ALMUERZO	Sopa De Guineo	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	24,0	20
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Guineo	42,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	29,3	25,5
	Hamburguesa De Lentejas	Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Lentejas	40,0	40
	Arroz Pajarito	Arroz	40,0	40
		Plátano Maduro	13,2	9,75
	Rollo De Papa Festival	Papa Común	89,1	81
		Perejil Liso	2,0	1,8
		Pimentón Rojo	4,9	4,25
	Berenjena Y Zanahoria A La Criolla	Berenjena Blanca	46,9	37,5
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Tomate Guiso	14,4	12
		Zanahoria	39,1	34
	Gelatina	Gelatina Sabor	10,0	10
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa_	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Papa Criolla Frita	Papa Amarilla (Criolla)	135,0	135
	Verduras Chinas	Apio En Rama	7,5	5
		Cebolla Cabezona Blanca	5,0	4,5
		Habichuela	29,7	27
		Pimentón Rojo	4,9	4,25
		Salsa Soya	3,0	3
		Zanahoria	29,3	25,5
	Bocadillo	Bocadillo De Lonja	30,0	30
	Jugo De Papaya	Pulpa De Papaya	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **17**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Huevos Con Maicitos	Huevo De Gallina	1,2	1
		Maíz Tierno Desgranado	5,0	5
	Roscón De Bocadillo x 60 Gramos	Roscón De Bocadillo x 60 Gramos	60,0	60
	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
ALMUERZO	Sopa De Avena	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	19,2	16
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Avena En Hojuelas	18,0	18
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	19,6	17
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Arvejas Guisadas	Ahuyama	13,2	9,75
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Común	24,8	22,5
		Tomate Guiso	14,4	12
	Plátano Maduro Cocido	Plátano Maduro	114,1	84,5
	Picadillo De Pepino Cebolla Tomate Cilantro	Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Cilantro	0,0	0
		Pepino Cohombro	28,1	22,5
		Tomate Chonto Pinton	38,4	32
	Torta De Chocolate	Torta De Chocolate	30,0	30
	Jugo Tropical	Pulpa Tropical	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Spaguetti En Salsa Criolla	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Pasta Espaguetti	35,0	35
		Tomate Guiso	24,0	20
	Papa Francesa	Papa Común	99,0	90
	Calabacín Salteado Con Zanahoria Y Maíz	Calabacín Verde	39,6	36
		Maíz Tierno Desgranado	10,0	10
		Zanahoria	39,1	34
	Gelatina	Gelatina Sabor	10,0	10
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50



ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **18**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Cuajada x 2	Cuajada x 2	100,0	100
	Tostadas	Tostadas	1,0	1
	Melón	Melón	120,0	80
ALMUERZO	Sopa de Vegetales	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
	Spaguetti En Salsa Criolla Con Carve	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Carve	50,0	50
		Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Pasta Espaguetti	35,0	35
		Tomate Guiso	24,0	20
	Puré De Yuca	Margarina	2,0	2
		Yuca	89,1	81
	Ensalada De Remolacha Zanahoria Y Lechuga	Lechuga Batavia	19,9	13,75
		Remolacha	33,6	28
		Zanahoria	34,2	29,75
	Galleta De Leche	Galleta Rondalla	1,0	1
	Jugo De Fresa	Pulpa De Fresa	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Puré De Papa Criolla	Papa Amarilla (Criolla)	100,0	100
	Vegetales Salteados	Calabacín Amarillo	39,6	36
		Habichuela	29,7	27
		Zanahoria	39,1	34
	Merengue	Merengue	25,0	25
	Jugo De Piña	Pulpa De Piña	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **19**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Aguadepanela Con Leche	Leche Entera	100,0	100
		Panela	25,0	25
	Huevos Pericos	Cebolla Larga	2,6	1,6
		Huevo De Gallina	1,8	1,5
		Tomate Guiso	9,6	8
	Pan De Leche x 60 Gramos	Pan De Leche	60,0	60
	Manzana	Manzana Royal	1,0	0,85
ALMUERZO	Crema De Ahuyama	Ahuyama	43,9	32,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	49,5	45
	Arroz Con Fideos	Arroz	40,0	40
		Pasta Fideos	10,0	10
	Kibbe	Harina De Trigo	15,0	15
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Berenjena blanca	50,0	40
		Cebolla Cabezona Blanca	11,0	10
		Pimentón rojo	5,8	5
		Ajo En Pepa	3,5	3
	Plátano Acaramelado	Panela	15,0	15
		Plátano Maduro	118,5	87,75
	Ensalada De Repollo Blanco Tomate Brocoli A	Brocoli	19,2	12
		Repollo Blanco	22,8	17,5
		Tomate Chonto Pinton	24,0	20
		Zanahoria	19,6	17
	Arequipe	Arequipe	20,0	20
	Jugo De Uva	Pulpa De Uva	50,0	50
COMIDA	Caldo De Papa_	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Papa Dorada	Papa Común	108,9	99
	Espinaca Al Perico	Cebolla Larga	6,4	4
		Espinaca	42,0	30
		Huevo De Gallina	0,6	0,5
		Tomate Guiso	19,2	16
	Esponjado De Limón	Crema De Leche	20,0	20
		Gelatina Sin Sabor	1,0	1
		Leche Condensada	20,0	20
		Leche Entera	30,0	30
		Pulpa De Limon	20,0	20
	Jugo De Tomate De Arbol	Pulpa De Tomate De Arbol	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **20**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Café con Leche	Azúcar Corriente	5,0	5
		Café Molido	6,0	6
		Leche Entera	100,0	100
	Queso En Porción x 2	Queso En Porción x 2	100,0	100
	Mogolla	Mogolla x 60 Gramos	60,0	60
	Piña	Piña Común	119,6	82,5
ALMUERZO	Sopa De Cebada	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	8,0	8
		Cebada Perlada	20,0	20
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	25,0	25
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
	Desgranado Vegetariano	Carve	40,0	40
		Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Mazorca	42,0	30
		Plátano Maduro	52,7	39
		Queso Entero	20,0	20
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Ensalada De Arveja Habichuela Zanahoria M	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Habichuela	29,7	27
		Maíz Tierno Desgranado	10,0	10
		Zanahoria	34,2	29,75
	Galleta Rizada x 30 Gramos	Galleta Rizada	25,0	25
	Jugo De Maracuyá	Pulpa De Maracuya	40,0	40
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Crepe Vegetariano	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Carve	50,0	50
		Habichuela	14,9	13,5
		Harina De Trigo	30,0	30
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Leche Entera	20,0	20
		Margarina	2,0	2
		Zanahoria	19,6	17
	Manzana	Manzana Royal	1,0	0,85
	Gelatina	Gelatina Sabor	10,0	10
	Jugo De Mango	Pulpa De Mango	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

SUPERLOGISTICA BGA SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA VEGETARIANA **MENU** **21**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Tortilla Española	Cebolla Cabezona Blanca	5,0	4,5
		Huevo De Gallina	1,2	1
		Margarina	2,0	2
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Perejil Liso	0,2	0,18
	Pan De Avena x 60 Gramos	Pan De Avena	60,0	60
	Naranja	Naranja Valenciana x Unidades	0,8	0,6
ALMUERZO	Sopa De Plátano	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Plátano Verde	35,1	26
		Zanahoria	29,3	25,5
	Pechuga Santodomingo	Pechuga	150,0	150
		Piña Común	16,0	11
		Queso Tajado	8,0	8
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
	Papa Francesa	Papa Común	99,0	90
	Chop Suey	Apio En Rama	3,8	2,5
		Brocoli	19,2	12
		Calabacín Amarillo	39,6	36
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Habichuela	24,8	22,5
		Zanahoria	29,3	25,5
	Arequipe	Arequipe	20,0	20
	Gelatina	Gelatina Sabor	10,0	10
COMIDA	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50
	Caldo De Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cogote De Res	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Pasta Carbonara	Cebolla Cabezona Blanca	5,0	4,5
		Harina De Trigo	5,0	5
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Leche Entera	30,0	30
		Pasta Espaguetti	30,0	30
		Pechuga	150,0	150
	Pan Caprese	Pan Caprese	40,0	40
	Mandarina	Mandarina Corriente	7,0	7
	Torta De Vainilla	Torta De Vainilla	30,0	30
	Jugo Tropical	Pulpa Tropical	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483