ESPECIFICACIONES TECNICAS

- **CONDICIONES TECNICAS MINIMAS:**

Deberán realizarse entrega de alimentos perecederos y no perecederos para la atención integral de los adultos mayores así:

- El proponente entregará de lunes a sábado almuerzos preparados y enviados casa a casa a los 760 beneficiarios del programa de almuerzos del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar (Atlántico).

- El proponente entregara mensualmente un (1) paquete alimentario para preparar en casa a los 30 beneficiarios del programa de entrega de mercados y 80 kit de aseo personal en las veredas del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar (Atlántico).

- El proponente entregará mensualmente 400 refrigerios reforzados al momento en que se realice la asamblea de los adultos mayores del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar (Atlántico).

- **CARACTERISTICAS DE CALIDAD E INOCUIDAD DE LOS COMPONENTES ALIMENTICIOS:**

Los alimentos y materias primas que integran los complementos alimentarios para el suministro del programa de adulto mayor del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar – Atlántico, deben cumplir con las condiciones de calidad e inocuidad que reduzcan riesgos biológicos, químicos y físicos, y adicionalmente logren el aporte de energía y nutrientes definidos por cada tipo de complemento, cumpliendo así los parámetros de inocuidad del alimento y de su proceso de elaboración con el fin de prevenir las posibles enfermedades que puedan transmitir por su inadecuada manipulación. Tales condiciones se deben garantizar hasta su consumo, para lo cual es necesario cumplir con los requisitos exigidos por la normatividad sanitaria vigente.

para el buen desarrollo de la operación del programa, cuenta con el acta de inspección sanitaria expedida por el Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos y Alimentos – INVIMA cumpliendo con lo establecido en la circular externa INVIMA No DAB 400-0201-17 y anexos. “Orientación de los requisitos sanitarios que deben cumplir los fabricantes, procesadores, envasadores, bodegas de almacenamiento, transportadores, distribuidores y comercializadores de alimentos y bebidas para ser proveedores de alimentos y bebidas de los programas sociales, en este documento el INVIMA da su concepto sanitario FAVORABLE tanto para la Bodega de almacenamiento de alimentos como para el transporte de alimentos.

- **RECEPCION DE PRODUCTOS Y MATERIAS PRIMAS:**

El proponente debe cumplir con la reglamentación sanitaria vigente, especialmente al contenido de las Resoluciones 2674 de 2013 y 5109 de 2005, garantizando en todo momento la calidad sensorial, nutricional, e inocuidad de los alimentos elaborados y/o suministrados. Es claro que deben ser rechazadas materias primas y demás alimentos e insumos en cualquiera de las etapas de la cadena productiva cuando se presente(n) alguna(s) de las siguientes(s) causas:

- ALMACENAMIENTO Y CONSERVACION: A continuación, se describen los requisitos más relevantes y que se encuentran definidos por el programa de atención integral de los adultos mayor del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar – Atlántico, adecuándose al marco del Decreto 019 de 2012 y la Resolución 2674 de 2013, que deben ser cumplidas, así como todo el contenido del Capítulo VII, almacenamiento, distribución, transporte y comercialización de alimentos y materias primas para alimentos de la Resolución anteriormente descrita.

- **TRANSPORTE:**

- El proponente garantiza que el servicio de transporte de materias primas de los alimentos conserva su calidad e inocuidad, el manejo de temperaturas están acorde con la naturaleza de los productos, así como las condiciones sanitarias, según lo establecido en la Resolución 2505 de 2004 de Mintransporte y Resolución 2674 de 2013 y las demás normas que las sustituyan y/o modifiquen.

- Los vehículos de transporte de alimentos cuentan con el concepto sanitario vigente FAVORABLE, expedido por la autoridad sanitaria competente.

- El proponente garantizara el cumplimiento de las condiciones higiénico-sanitarias en el área de cargue y despacho de productos ensamblados.

- Los vehículos de transporte de alimentos son de uso exclusivo para el transporte de los complementos alimentarios y estos deben estar en recipientes o canastillas de material sanitario.

- Se prohíbe transportar conjuntamente en un mismo vehículo alimentos o materias primas con sustancias peligrosas y otras sustancias que por su naturaleza representen riesgo de contaminación del alimento o la materia prima.

- El personal que transporta los alimentos cumple con las especificaciones técnicas y normativas para su manipulación.

- El proponente realiza el registro de la hora de despacho del vehículo encargado de la entrega de los complementos alimentarios, la placa de este, así como la identificación del personal manipulador, como parte de la bitácora correspondiente.

- **FASE DE ALISTAMIENTO:**

El proponente se compromete a cumplir una vez perfeccionado el contrato y hasta el inicio de la operación; el plazo para su cumplimiento será de tres (3) días calendarios contados a partir del día siguiente a la celebración del contrato.

El proponente hará presencia en la secretaria de Gestión Social del Municipio de Puerto Colombia con el supervisor del convenio o quien se designe para determinar el cronograma de actividades, estrategias y acciones necesarias para el cumplimiento del programa en los centros de vida del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar – Atlántico beneficiarios del programa de alimentación previamente focalizados. En esta reunión se levantará un acta detallada y descriptiva de las actividades a ejecutar antes del envió de los alimentos a los centros de vidas, verificando que todas estas cuenten con los requisitos previos de fumigación, mantenimiento, limpieza, desinfección y demás acciones preoperativas.

Lo anterior se realizará con el objetivo de minimizar errores, inicios desorganizados que generen retrasos en las entregas de los alimentos, garantizando la optimización del proceso.

- **ASPECTOS TECNICOS:**

Los alimentos que componen la minuta de los ciclos alimentarios cumplen con lo establecido en la normatividad sanitaria vigente y las relacionadas con alimentación y nutrición, de igual forma estos alimentos son de excelente calidad, cumpliendo con buenas prácticas de manufactura y condiciones sanitarias requeridas para las áreas de recepción, selección, clasificación, almacenamiento (temporal), ensamble y distribución de los alimentos, de tal forma que permita garantizar su inocuidad.

- **ESPECIFICACIONES DE LA ENTREGA DE ALIMENTOS:**

Deberán realizarse entrega de alimentos perecederos y no perecederos para la atención integral de los adultos mayores así:

- El operador entregará de lunes a sábado almuerzos preparados y enviados casa a casa a los 760 beneficiarios del programa de almuerzos del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar (Atlántico).

- El operador entregará mensualmente un (1) paquete alimentario para preparar en casa a 30 beneficiarios del programa de entrega de mercados en las veredas del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar (Atlántico).

- El operador entregará mensualmente un (1) kit de aseo a 80 beneficiarios del programa de entrega de mercados en las veredas del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar (Atlántico).

- El operador entregará mensualmente 400 refrigerios reforzados al momento en que se realice la asamblea de los adultos mayores del Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar (Atlántico).

NOTA: todos los alimentos entregados por el operador deberán ser verificados por el supervisor del convenio y el equipo de apoyo de la secretaria de Gestión Social.

CICLO DE MINUTAS DIARIAS PARA LA MODALIAD DE ALMUERZOS

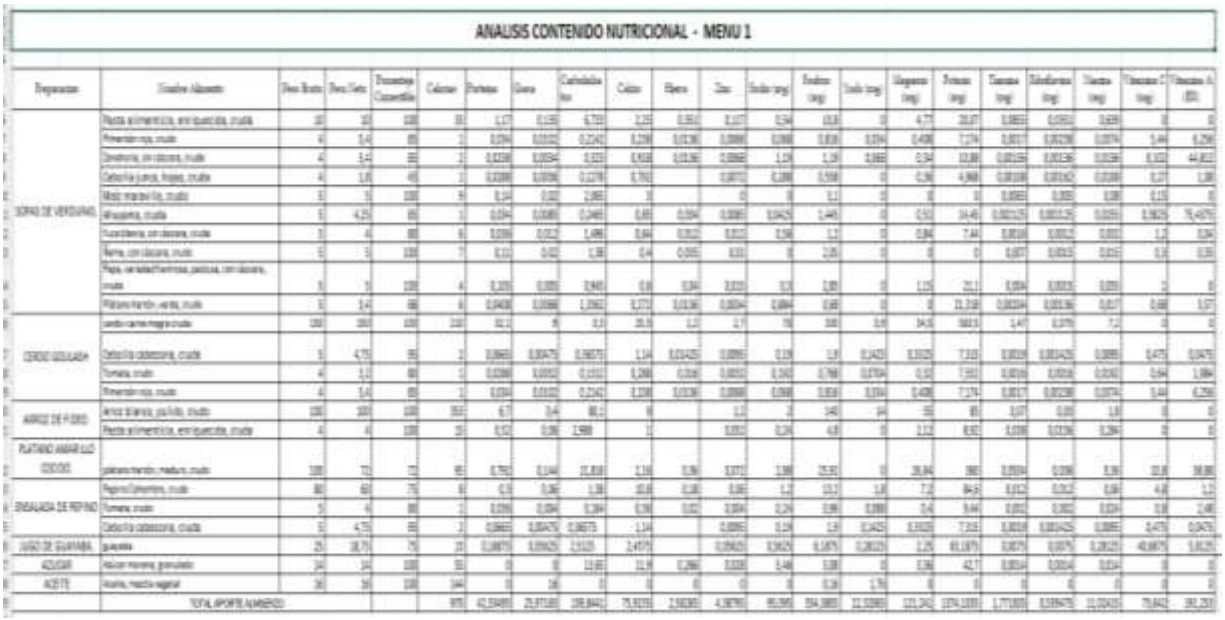
SEMANA 1					
MENUS ALMUERZOS					
MENU 1	MENU 2	MENU 3	MENU 4	MENU 5	MENU 6
SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS
PULPA DE CERDO GUISADA	POLLO GUISADO CON PAPA	CERDO A LA PLANCHA	CARNE A LA JULIANA	PESCADO FRITO	HIGADO EN BISTECK
ARROZ DE FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA Y AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ CON VERDURAS
PLATANO AMARILLO COCIDO	FRIJOL ROJO GUISADO	PLATANO PICARO	FRIJOL BLANCO GUISADO	PAPA COCIDA AL CILANTRO	TAJADAS DE PALTANO AMARILLO
ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA TROPICAL	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE ZANAHORIA CON PAPA	ENSALADA MIXTA	
JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA

SEMANA 2					
MENUS ALMUERZOS					
MENU 7	MENU 8	MENU 9	MENU 10	MENU 11	MENU 12
SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS
PECHUGA GOULASH	CARNE GUISADA	POLLO GUISADO	ALBONDIGAS DE CARNE	PESCADO EN SALPICON	PECHGUGA A LA JULIANA
ARROZ BLANCO	ARROZ DE PIMENTON	PASTAS ESPAGUETTIS CON VERDURAS	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE FRIJOL CABECITA NEGRA	ARROZ DE AJI
PAPA COCIDA	FRIJOL ROJO GUISADO	PAN	PURE DE PAPAS	PLATANO COCIDO	
ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA		ENSALADA DE REMOLACHA CON ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO	ENSALADA DE ZANAHORIA Y PAPA
JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	AGUA DE PANELA CON LIMON	FRUTA ENTERA (BANANO)

SEMANA 3					
MENUS ALMUERZOS					
MENU 13	MENU 14	MENU 15	MENU 16	MENU 17	MENU 18
SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS
CARNE ENCEBOLLADA	CARNE MOLIDA GUISADA	PECHUGA GOULASH	HIGADO ENCEBOLLADO	PESCADO FRITO	ALBONDIGA DE CARNE MOLIDA
ARROZ CON FIDEOS	ARROZ DE AJO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ DE PIMENTON	PASTAS GUISADAS CON VERDURAS
TAJADAS DE PLATANO VERDE	LENTEJAS GUISADAS	PAPA EN CASCO	PAPAS CHORRIADAS	PLATANO COCIDO	PAN
ENSALADA DE LECHUGA	PALITOS DE YUCA	ENSALADA MIXTA	FRIJOL GUISADO	ENSALADA DE ZANAHORIA CON REMOLACHA	
JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA

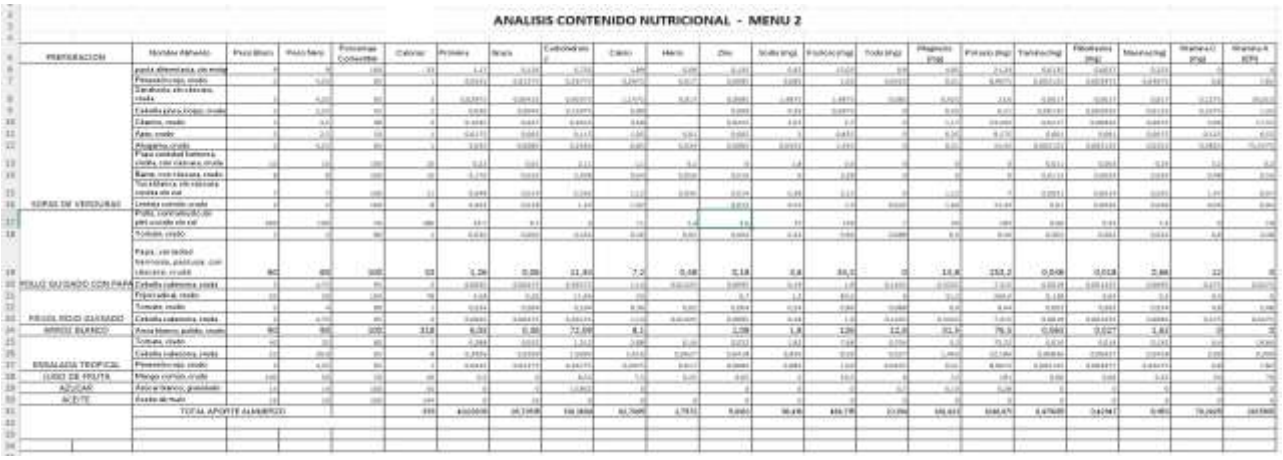
SEMANA 4					
MENUS ALMUERZOS					
MENU 19	MENU 20	MENU 21	MENU 22	MENU 23	MENU 24
SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS	SOPAS DE VERDURAS
CARNE GUISADA	PECHUGA GOULASH	ALBONDIGAS DE CARNE MOLIDA	CERDO A LA PLANCHA	PESCADO FRITO	PECHUGA A LA PLANCHA
ARROZ DE PIMENTON	ARROZ DE AHUYAMA	ARROZ BLANCO	ARROZ DE AJO	ARROZ PERLA	ARROZ DE FIDEO
TAJADA DE PLATANO AMARILLO	PLATANO PICARO	ÑAME COCIDO	FRIJOL BLANCO GUISADO	YUCA COCIDA	MONEDITAS DE PALTANO VERDE
ENSALADA DE REPOLLO	FRIJOL GUISADO	ENSALADA DE ZANAHORIA Y REMOLACHA	ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE HABICHUELA CON ZANAHORIA
JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	JUGO DE FRUTA EN COCECHA	AGUA DE PANELA CON LIMON	JUGO DE FRUTA EN COCECHA

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL PARA LA MODALIDAD DE ALMUERZO



ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 1

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 2



PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
	pasta alimenticia, sin mezcl																				
	Pimentón rojo, crudo																				
	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
	Cebolla para cocer, cruda																				
	Cilantro, crudo																				
	Ajo, crudo																				
	Aliñadora, cruda																				
	Pasta con salsa de tomate, cruda, sin cáscara, crudo																				
	Arveja verde, cruda																				
SOPAS DE VERDURAS	Lenteja cocida, cruda																				
	Pollo, contrafilet de pit cocido sin sal																				
	Tomate, crudo																				
	Papa, sin cáscara hervida, picada en cubos, crudo																				
PERRO GUISADO CON PAPA	Cebolla cabezona, cruda																				
	Pimentón rojo, crudo																				
	Tomate, crudo																				
PERRO ROJO GUISADO	Cebolla cabezona, cruda																				
ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo																				
	Tomate, crudo																				
	Cebolla cabezona, cruda																				
ENSALADA TROPICAL	Pimentón rojo, crudo																				
JUGO DE FRUTA	Mango común, crudo																				
AZUCAR	Azúcar blanco, granulado																				
ACEITE	Aceite de maíz																				
	TOTAL APORTE ALMUERZO																				

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 3

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
	Arroz blanco, pulido, crudo																				
	Pimentón rojo, crudo																				
	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
	Cebolla para cocer, hojas, cruda																				
	Cilantro, crudo																				
	Ajo, crudo																				
	Aliñadora, cruda																				
	Pasta con salsa de tomate, cruda, sin cáscara, crudo																				
	Arveja verde, cruda																				
SOPAS DE VERDURAS	Zanahoria común, crudo																				
CERDO A LA PLANCHA	Cebolla, cabezona, cruda																				
ARROZ CON ZANAHORIA Y AJO	Arroz blanco, pulido, crudo																				
	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
	Lechuga común, cruda																				
	Tomate, crudo																				
ENSALADA DE LECHUGA	Cebolla cabezona, cruda																				
PLATANO PICADO	plátano harton, maduro, crudo																				
JUGO DE FRUTA	Guayaba, pulpa, cruda																				
AZUCAR	Azúcar blanco, granulado																				
ACEITE	Aceite de maíz																				
	TOTAL APORTE ALMUERZO																				

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 4

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
	Arveja verde precocida, entera																				
	Pimentón rojo, crudo																				
	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
	Cebolla para cocer, hojas, cruda																				
	Cilantro, crudo																				
	Ajo, crudo																				
	Aliñadora, cruda																				
	Pasta con salsa de tomate, cruda, sin cáscara, cruda																				
	Arveja verde, cruda																				
	Remolacha, cruda																				
	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
SOPAS DE VERDURAS	Yuca blanca, cruda																				
CARNE A LA CAZUELA	Res, carne magra, cruda																				
ARROZ CON AJO	Arroz blanco, pulido, crudo																				
	Ajo, crudo																				
	Yuca blanca, cruda																				
	Cebolla cabezona, cruda																				
FRIJOL BLANCO GUISADO	Tomate, crudo																				
ENSALADA DE ZANAHORIA CON PAPA	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
	Papa sin cáscara hervida, cruda, sin cáscara, cruda																				
AJIACO DE PAPA	Papa, cruda																				
AZUCAR	Azúcar blanco, granulado																				
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal																				
	TOTAL APORTE ALMUERZO																				

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 5

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
	Pollo blanco, crudo	2	2	100	7	0.420	0.011	1.139	0.98	0.119	0.074	0.21	7.12	0.002	1.68	15.48	0.0088	0.0034	0.04	0	0
	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	8	8	100	30	1.12	0.19	6.723	2.15	0.351	0.127	0.56	19.8	0	4.77	20.27	0.2899	0.0191	0.832	0	0
	Pimentón, crudo	8	6.28	80	1	0.0632	0.01279	0.18779	0.2976	0.017	0.0088	0.088	1.02	0.0029	0.91	8.9879	0.002128	0.002879	0.04879	6.8	7.92
	Zanahoria, sin cascara, cruda	3	4.29	83	1	0.03375	0.00423	0.40575	1.1475	0.017	0.0088	0.4875	1.4875	0.007	0.429	13.9	0.0017	0.0017	0.017	5.1279	36.015
	Cebolla junca, hojas, cruda	9	5.76	64	1	0.048	0.0048	0.16878	0.48		0.008	0.36	0.9072	0	0.45	8.11	0.0019	0.002304	0.0144	0.3679	1.58
	Maiz mazorcado, crudo	8	8	100	11	0.288	0.024	1.478	1.6			0	3.72	0	0	0	0.0078	0.008	0.088	0.08	0
	Alverjana, cruda	10	10.2	87	3	0.0918	0.0204	0.1734	1.04	0.0918	0.0204	0.102	1.479	0	1.134	34.68	0.0091	0.0051	0.0612	0.918	181.05
	Zanahoria, sin cascara, cruda	6	6	80	8	0.288	0.024	1.488	6.84	0.024	0.012	0.36	1.2	0	0.84	7.44	0.0018	0.0012	0.012	1.2	0.24
	Arbol, sin cascara, crudo	7	7	100	7	0.21	0.01	1.26	0.4	0.035	0.01	0	1.05	0	0	0	0.007	0.0021	0.021	0.2	0.35
	Papa, variedad fontinova, pastusa, con cascara, cruda	10	10	100	8	0.21	0.01	1.89	1.2	0.08	0.03	0.6	5.7	0	1.5	40.2	0.008	0.005	0.11	2	0
SOPAS DE VERDURAS	Platano harton, verde, crudo	8	5.6	88	9	0.0008	0.0088	1.2392	0.272	0.0168	0.0056	0.896	0.48	0	0	31.248	0.00224	0.00168	0.017	0.48	0.37
PESCADO FRITO	Tilapia o mojarra, entera, cruda	200	124	62	118	24.924	2.108	0	12.4			0.372	94.48	0.124	22.68	378.48	0.0496	0.0744	4.836	0	0
ARROZ DE CEBOLLA	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	100	355	6.7	0.4	80.1	8	0.8	1.3	0	140	14	30	89	0.07	0.05	1.8	0	0
	Cebolla cabezona, cruda	20	18	90	8	0.288	0.018	1.881	4.86	0.097	0.008	0.72	7.8	0.07	1.26	28.26	0.0078	0.0054	0.081	1.8	0.18
PAPA COCIDA	Papa, variedad fontinova, pastusa, con cascara, cruda	80	80	100	80	1.68	0.08	17.01	10.8	0.72	0.27	5.6	51.2	0	10.7	378.8	0.072	0.047	0.88	18	0
	Tomate, crudo	20	18	90	4	0.144	0.018	0.898	1.44		0.018	0.36	0.84	0.002	1.8	37.78	0.008	0.006	0.054	5.1	8.82
	Cebolla cabezona, cruda	20	18	90	8	0.288	0.018	1.881	4.86		0.008	0.72	7.8	0.07	1.26	28.26	0.0078	0.0054	0.081	1.8	0.18
ENSALADA MIXTA	Lechuga crespa, cruda	40	32	77	4	0.176	0.032	0.272	4.32	0.288	0.096	1.12	5.84	0.44	1.12	31.44	0.0432	0.0048	0.096	0.96	3.2
JUGO DE FRUTA	Melon, crudo	80	48	60	16	0.28	0	3	4.8	0.16	0.04	2.8	8.8	0.24	2.8	89.6	0.024	0.008	0.24	0	27.2
	Azucar morena, granulado	14	14	100	55	0	0	13.83	11.9		0.028	5.46	3.08	0	2.38	40.7	0.0014	0.0014	0.014	0	0
	Aceite, mezcla vegetal	14	14	100	144	0	16	0	0	0	0	0	0.14	1.76	0	0	0	0	0	0	0
	TOTAL APORTE ALMUERZO				866	38.8013	18.8277	133.86839	77.232	3.4883	2.2953	89.0133	449.068	18.3989	111.884	1308.3693	0.370018	0.23018	9.32644	88.193	380.516

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 6

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
	Pollo en Piezas, Pescuezo	6	5	100	37	1.521	0.875	0.789	4.65	0.405	0.36	0.27	28.8	0.24	12.85	28.08	0.0648	0.0117	0.144	0	0
	Pimentón rojo, crudo	8	6.56	82	1	0.0591	0.00787	0.18089	0.1789	0.0131	0.0091	0.092	0.811	0.0219	0.598	5.9809	0.00175	0.00179	0.03839	5.98	0.89
	Zanahoria, sin cascara, cruda	3	3.6	83	1	0.0258	0.0054	0.327	0.918	0.0138	0.0068	0.18	1.26	0.006	0.34	10.98	0.00138	0.00138	0.0138	0.102	44.82
	Cebolla junca, hojas, cruda	4	3.8	63	1	0.0589	0.0038	0.1178	0.702		0.0072	0.288	0.558	0	0.36	6.868	0.00108	0.00162	0.0108	0.27	1.08
	Cilantro, crudo	8	7.7	90	0	0.0631	0.0092	0.1047	1.214		0.0139	1.232	1.82	0	0.731	14.967	0.00762	0.00847	0.0839	1.894	13.79
	Ajo, crudo	8	7	90	1	0.042	0.004	0.092	0.84	0.028	0.014	1.4	0.84	0	0.28	7.14	0.0008	0.0004	0.008	0.1	0.44
	Alcaparria, cruda	5	4.75	95	1	0.095	0.0095	0.2466	0.95	0.019	0.0095	0.9405	1.425	0	0.51	14.44	0.00114	0.00114	0.0133	0.2375	71.4275
	Berro, sin cascara, crudo	5	5	100	7	0.11	0.02	1.38	0.5	0.035	0.01	0	1.25	0	0	0.007	0.0015	0.015	0.1	0.5	0.15
	Remolacha, sin cascara, cruda	5	4	80	6	0.096	0.012	1.488	0.64	0.032	0.012	0.56	1.2	0	0.84	7.44	0.0016	0.0012	0.052	1.2	0.04
	Mantequilla, cruda	8	8	100	59	0.064	0.262	0.47	0.42	0.168	0.168	1.1	11.76	0	1.62	17.12	0.0128	0.012	0.136	0	0.08
SOPAS DE VERDURAS	Platano harton, verde, crudo	3	3.4	88	9	0.0408	0.0068	1.2392	0.272		0.00748	0.884	0.68	0	0	31.248	0.00284	0.00168	0.017	0.68	0.37
	Res, tajada, cruda	220	150	100	307	30.6	6.75	3.45	13.5	12.6	9	114	330	4.5	30	477	0.3	0.75	18.15	30	10131.3
	Tomate, crudo	60	60	80	8	0.36	0.06	1.44	3.6		0.09	3.6	9.6	0.06	4	94.8	0.02	0.02	0.24	8	24.6
HIGADO EN BISTEC	Cebolla cabezona, cruda	80	28.8	80	12	0.288	0.0144	2.7648	4.464	0.0864	0.0288	2.16	11.2	0.864	1.584	43.49	0.0114	0.00864	0.072	2.88	0.288
	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	100	355	6.7	0.4	80.1	8	0.8	1.3	2	140	14	30	89	0.07	0.05	1.8	0	0
	Cebolla junca, hojas, cruda	9	3.78	63	1	0.098	0.0063	0.19278	0.98		0.009	0.38	0.8874	0	0.45	8.11	0.00189	0.00315	0.0189	0.3591	1.89
	Zanahoria, sin cascara, cruda	10	8.3	83	4	0.0996	0.0083	0.8092	1.245	0.034	0.017	0.373	2.075	0.17	0.83	27.2	0.0034	0.0034	0.034	0.251	111.05
	Pimentón rojo, crudo	5	4.35	80	1	0.0435	0.00435	0.26775	0.2975	0.017	0.0085	0.085	1.02	0.0435	0.51	8.9675	0.00115	0.00297	0.04675	6.8	7.82
	Tomate, crudo	10	8	80	2	0.072	0.008	0.208	0.72		0.008	0.48	1.92	0.176	0.8	18.88	0.004	0.004	0.048	1.6	4.96
	Cebolla cabezona, cruda	8	7.8	90	3	0.1284	0.0078	0.695	1.814	0.0328	0.0172	0.304	3.04	0.228	0.351	11.704	0.00304	0.00228	0.0152	0.78	0.078
ARROZ CON VERDURAS	Agua, crudo	4	3	80	1	0.018	0.004	0.092	0.84	0.008	0.004	1.8	0.84	0	0.28	7.14	0.0008	0.0008	0.008	0.1	0.44
TAJADAS DE PLATANO	platano harton, maduro, crudo	95	88.4	93	96	0.7724	0.1768	20.7192	1.351	0.342	0.0684	0.728	24.624	0	0	25.784	0.0	0.34788	0.0342	0.342	30.34
	Pita, cruda	72	43.2	60	23	0.2473	0.04125	5.115	8.8	0.29625	0.0821	1.2375	5.7121	0	4.85	80.3875	0.0247	0.03083	0.2375	0.4871	3.1
JUGO DE PIÑA	Azucar blanco, granulado	14	14	100	56	0	0	13.902	0	0.014	0	0	0	0	0.28	0.28	0	0	0	0	0
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal	14	14	100	144	0	16	0	0	0	0	0	0.14	1.76	0	0	0	0	0	0	0
	TOTAL APORTE ALMUERZO				891	41.8481	24.48205	147.31781	60.441	3.78395	3.0731	117.545	781.404	23.941	128.721	1238.3815	0.606645	0.349871	22.52483	85.4901	10463.491

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 7

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
	Pan blanco, crudo	2	2	100	7	0.420	0.022	1.139	0.98	0.119	0.074	0.21	7.12	0.002	1.68	15.48	0.0088	0.0034	0.04	0	0
	Tomate, sin cascara, crudo	3	3.6	80	1	0.0738	0.00720	0.252	0.828	0.0108	0.0090	1.26	1.08	0.090	0.36	10.98	0.00126	0.00126	0.0126	0.252	44.82
	Cebolla junca, hojas, cruda	9	1.8	70	1	0.0189	0.0036	0.1179	0.351		0.0072	0.288	0.558	0	0.36	6.868	0.00108	0.00162	0.0108	0.27	1.08
	Maiz mazorcado, crudo	2	0	100	0	0.21	0.02	1.881	4		0	0	2.1	0	0	0	0.0081	0.005	0.08	0.12	0
	Maiz, crudo	1	0.22	80	1	0.031	0.0088	0.1482	0.81	0.024	0.0081	0.0022	1.89	0	0.11	1.647	0.00113	0.00113	0.0053	0.0891	11.473
	Tomate, sin cascara, crudo	1	0	80	0	0.036	0.012	1.488	0.4	0.012	0.012	0.06	1.2	0	0.84	7.44	0.0018	0.0012	0.012	1.2	0.24
	Remolacha, sin cascara, crudo	1	0	100	0	0.11	0.02	1.38	0.4	0.035	0.01	0	1.25	0	0	0	0.007	0.0015	0.015	0.2	0.25
	Platano harton, verde, crudo	1	0	100	0	0.021	0.001	0.248	0.04	0.007	0.001	0.09	0.08	0	0	3.124	0.00021	0.00021	0.0017	0.048	0.037
SOPAS DE VERDURAS	Pollo, pechuga con piel, cruda	1	0.4	80	0	0.0448	0.0008	1.1392	0.272	0.0128	0.0056	0.848	0.68	0	0	31.248	0.00284	0.00168	0.017	0.68	0.37
	Pollo, pechuga con piel, cruda	220	180	90	359	33.282	17.172	0.198	15.84			1.188	157.14	23.04	3.996	99.2	0.0198	0.1782	18.414	0	34.2
	Cebolla cabezona, cruda	2	0.72	90	0	0.0864	0.00072	0.18072	1.17	0.0144	0.0036	0.36	1.8	0.0072	0.0504	1.512	0.00126	0.00036	0.0036	0.36	0.0144
	Tomate, crudo	1	1.2	80	0	0.0288	0.0012	0.2112	0.144	0.024	0.0012	0.192	0.768	0.0192	0.12	1.512	0.00144	0.00144	0.0192	0.24	1.896
PECHUGA ASADA EN	Pimentón rojo, crudo	1	0.4	70	0	0.021	0.0028	0.2219	0.119	0.0126	0.0056	0.028	0.84	0.0028	0.098	7.175	0.00112	0.00028	0.0028	1.54	0.252
ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	100	355	6.7	0.4	80.1	8			2	140	14	30	89	0.07	0.05	1.8	0	0
PAPA COCIDA	Papa, variedad fontinova, pastusa, con cascara, cruda	80	80	100	71	1.68	0.08	17.12	8.8			0.72	0.8	0.8	10.7	387.8	0.072	0.048	0.88	18	0
	Papa, Colombina, cruda	80	80	70	0	0.24	0.08	1.68	8.1	0.128	0.056	0.8	0.8	1.28	0.8	30.24	0.008	0.008	0.08	0.8	0.8
ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE Y CEBOLLA	Tomate, crudo	11	11	80	0	0.198	0.011	0.484	1.32	0.22	0.011	0.11	1.65	0.066	1.2	34.54	0.0066	0.0066	0.077	1.1	1.65
	Cebolla cabezona, cruda	11	9.9	90	0	0.198	0.0099	0.2574	1.65	0.099	0.044	0.99	1.8	0.099	0.693	19.41	0.00198	0.00198	0.0198	0.99	0.099
JUGO DE PAPAYA	Papaya, maduro, cruda	60	60	70	17	0.21	0.003	0.084	13.08		0.003	2.1	1.74	0.42	9.66	96.72	0.0126	0.0126	0.0126	33.42	90
AZUCAR	Azucar morena, granulado	14	14	100	55	0	0	13.83	11.9		0.028	5.46	3.08	0	2.38	40.7	0.0014	0.0014	0.014	0	0
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal	14	14	100	144	0	16	0	0	0	0	0	0.14	1.76	0	0	0	0	0	0	0
	TOTAL APORTE ALMUERZO				866	38.8013	18.8277	133.86839	77.232	3.4883	2.2953	89.0133	449.068	18.3989	111.884	1308.3693	0.370018	0.23018	9.32644	88.193	380.516

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 8

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
SOPAS DE VERDURAS	Habichuela verde, cruda	9	9	100	37	1.215	0.171	5.958	0.261		0.246	1.71	39.6	1.8	11.88	93.24	0.0117	0.0117	0.135	5	0
	Frijol cabecita negra, crudo	3	3	100	8	0.42	0.024	1.35	1.83	0.114	0.27	0.33	7.83	0	5.04	72.66	0.0144	0.0048	0.042	0.06	0.24
	Arroz, crudo	4	3.4	85	3	0.0238	0.0034	0.272	0.918	0.0136	0.0068	1.36	3.23	0.068	0.34	20.89	0.00136	0.00136	0.0136	0.068	0.0102
	Cebolla junca, hojas, cruda	3	1.8	60	2	0.0288	0.0036	0.1278	0.783		0.0072	0.288	0.324	0	0.36	4.968	0.00108	0.00072	0.0108	0.27	1.08
	Maiz mazorcado, crudo	6	6	100	8	0.24	0.02		4			0	3.6	0	0	0	0.0002	0.002	0.06	0.12	0
	Alverjana, cruda	3	2.31	80	3	0.063	0.0063	0.0252	0.81	0.054	0.0081	0.0021	1.83	0	0.21	14.43	0.00231	0.00231	0.0021	0.0063	75.3171
	Yuca blanca, sin cascara, cruda	3	3	80	3	0.231	0.021	1.092	0.45	0.012	0.012	0.09	1.8	0	0.84	7.44	0.0018	0.0012	0.012	1.2	0.09
	Name con cascara, crudo	3	3	100	3	0.12	0.03	0.78	0.6	0.021	0.03	0	3.03	0	0	0	0.0007	0.0003	0.012	0.3	0.21
	Papaya, con cascara, cruda	3	3	100	3	0.105	0.063	0.945	0.6	0.03	0.021	0.3	2.85	0	1.23	21.3	0.0042	0.0021	0.021	1	0
	Arroz, crudo	9	7.2	80	4	0.0648	0.0054	1.0062	3.213	0.0144	0.0054	0.009	3.69	0	0	21.528	0.00243	0.00144	0.027	0.09	0.27
	Pan, sano viejo, crudo	120	120	100	100	11.7	8.4	0	0			1.2	96.0	132.0	19.2	67	0.0	0.12	0.96	0	0
	Cebolla cabezona, cruda	3	2.73	91	3	0.0819	0.00819	0.19671	1.14	0.01911	0.0091	0.09	1.8	0.273	0.0273	5.733	0.0018	0.00182	0.0091	0.273	0.0273
	Tomate, crudo	6	5.4	90	2	0.0648	0.0054	0.1404	0.288	0.018	0.0054	0.108	0.594	0.0756	0.36	7.722	0.00162	0.00108	0.0162	0.54	1.944
CARNE GUISADA	Aji dulce, crudo	4	3.6	90	2	0.144	0.0072	0.1872	0.468	0.036	0.0072	0.072	1.044	0	0.432	7.596	0.00252	0.00144	0.0792	9.6	14.04
	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	100	353	6.7	0.5	80.2	9			1.2	0	140	14	80	0.27	0.07	1.8	0	0
ARROZ DE PRIMAVERA	Pimenton rojo, crudo	4	3.8	95	3	0.064	0.0038		0.418		0.0133	0.228	1.672	0.038	0.019	14.288	0.0019	0.00114	0.0038	0.38	11.514
	Pepin salteado, crudo	10	10	100	78	3.14	3.91	11.24	27	1.03	0.7	3.7	83.6	0	0.27	266.4	0.138	0.04	0.2	0.4	0
	Tomate, crudo	10	9	90	3	0.072	0.009	0.198	0.72	0.04	0.009	0.18	1.62	0.135	0.63	18.99	0.0054	0.0036	0.045	1.8	0.45
PESUL ROJO GUISADO	Cebolla cabezona, cruda	3	2.73	91	3	0.1092	0.0273	0.2457	1.824	0.0819	0.0273	0.273	3.64	0.819	0.273	11.739	0.00819	0.00546	0.0273	0.75	0.819
	Lenteja comun, cruda	10	10	100	3	3.53	0.371		4.773		0.0371	1.85	7.323	0.37	1.85	98.23	0.0741	0.0111	0.111	0.925	3.33
	Tomate, crudo	12	9.6	80	2	0.0864	0.0096	0.2016	0.864	0.048	0.0096	0.216	1.104	0.2112	0.96	23.616	0.0048	0.0048	0.0576	1.92	5.856
EMALADA DE LECHUGA	Cebolla cabezona, cruda	3	2.73	91	3	0.1064	0.0091	0.2457	1.824	0.0819	0.0273	0.273	3.64	0.819	0.273	11.739	0.00364	0.00182	0.0273	0.75	0.819
AZUCAR	Azucar morena, granulado	14	14	100	55	0	0	13.62	11.9	0.042	0.0028	0.28	0.28	0	0.28	41.7	0.0014	0.0014	0.014	0	0
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal	11	11	100	101	0	11	0	0	0	0	0	0.11	1.43	0	0	0	0	0	0	0
JUGO DE PIÑA FIA	Piña, cruda	30	30	100	30	0.303	0.0303	0.633	7.83		0.0061	1.02	3.66	0	0.39	49.89	0.0333	0.033	0.1149	18.18	0.33
	TOTAL APORTE ALMUERZO				907	47.3003	16.2495	47.94989	66.71	17.0669	0.8999	85.6705	435.904	2000.1	65.0545	1186.446	0.410009	0.37675	4.737	36.169	97.757

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 9

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
SOPAS DE VERDURAS	Habichuela verde, cruda	9	9	100	37	1.215	0.171	5.958	0.261		0.246	1.71	39.6	1.8	11.88	93.24	0.0117	0.0117	0.135	5	0
	Frijol cabecita negra, crudo	3	3	100	8	0.42	0.024	1.35	1.83	0.114	0.27	0.33	7.83	0	5.04	72.66	0.0144	0.0048	0.042	0.06	0.24
	Zanahoria, sin cascara, cruda	3	2.4	80	3	0.0288	0.0024	0.222	0.918	0.0144	0.0048	1.68	3.24	0.072	0.36	20.88	0.00144	0.00144	0.0144	0.072	0.432
	Cebolla junca, hojas, cruda	3	1.8	60	2	0.0288	0.0036	0.1278	0.783		0.0072	0.288	0.324	0	0.36	4.968	0.00108	0.00072	0.0108	0.27	1.08
	Maiz mazorcado, crudo	6	6	100	8	0.24	0.02	1.452	4			0	3.6	0	0	0	0.0002	0.002	0.06	0.12	0
	Alverjana, cruda	3	2.31	80	3	0.063	0.0063	0.2583	0.81	0.054	0.0081	0.0021	1.83	0	0.21	14.43	0.00231	0.00231	0.0231	0.0063	75.3171
	Yuca blanca, sin cascara, cruda	3	3	80	3	0.0288	0.0096	1.1088	0.312	0.0096	0.0096	0.948	0.84	0	0.072	5.892	0.00144	0.00096	0.0192	0.84	0.018
	Name con cascara, crudo	3	3	100	3	0.096	0.012	1.308	0.24	0.024	0.008	0	1.44	0	0	0	0.0012	0.0012	0.012	0.24	0.06
	Papaya, cantidad habitual, pantoja, con cascara, cruda	3	3	100	3	0.084	0.009	0.735	0.48	0.033	0.012	0.24	2.28	0	0.81	16.89	0.0033	0.0012	0.045	0.6	0
SOPAS DE VERDURAS	Pimenton rojo, crudo	4	3.8	95	3	0.0988	0.0304	0.2432	0.418		0.0266	0.228	1.672	0.038	0.019	14.288	0.0019	0.00114	0.0038	0.38	11.514
	Pollo con cascara, sin piel, crudo	120	120	100	193	25.4	7.8	0.2	26.4			0.8	95	132.0	0	28.8	0.84	0.12	0.312	7.08	0	4.2
ALBONDIGA DE CARNE MOLIDA	Cebolla cabezona, cruda	3	2.73	91	3	0.0819	0.00819	0.19671	1.14	0.01911	0.0091	0.09	1.8	0.273	0.0273	5.733	0.0018	0.00182	0.0091	0.273	0.0273
	Tomate, crudo	6	5.4	90	2	0.0648	0.0054	0.1404	0.288	0.018	0.0054	0.108	0.594	0.0756	0.36	7.722	0.00162	0.00108	0.0162	0.54	1.944
	Aji dulce, crudo	4	3.6	90	2	0.144	0.0072	0.1872	0.468	0.036	0.0072	0.072	1.044	0	0.432	7.596	0.00252	0.00144	0.0792	9.6	14.04
	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	100	353	6.7	0.5	80.2	9			1.2	0	140	14	80	0.27	0.07	1.8	0	0
ARROZ DE CEBOLLA	Cebolla cabezona, cruda	3	2.73	91	3	0.1064	0.0091	0.2457	1.824		0.0273	0.273	3.64	0.819	0.273	11.739	0.00364	0.00182	0.0273	0.75	0.819
	Papaya, cantidad habitual, pantoja, con cascara, cruda	30	30	100	30	0.84	0.09	2.04	7.2	0.48	0.18	2.4	22.8	0	8.1	168	0.042	0.018	0.42	12	0
PURE DE PAPA	Zanahoria, sin cascara, cruda	12	11.52	96	12	0.1382	0.0115	0.2765	0.922	0.092	0.0115	0.23	3.11	0	0.69	19.32	0.0046	0.0023	0.046	0.23	0.23
EMALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	Remolacha, sin cascara, cruda	30	27	90	12	0.336	0.024	2.172	1.62	0.243	0.054	17.28	9.9	0	3.51	50.49	0.0027	0.0054	0.072	1.62	0.54
JUGO DE GUAYABA	Guayaba, fruta, cruda	30	28.5	95	12	0.1425	0.0143	2.565	0.855		0.0143	0.285	5.985	0.57	1.71	85.215	0.0171	0.0057	0.114	85.5	0.57
AZUCAR	Azúcar morena, granulado	14	14	100	55	0	0	13.62	11.9	0.042	0.0028	0.28	0.28	0	0.28	41.7	0.0014	0.0014	0.014	0	0
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal	11	11	100	101	0	11	0	0	0	0	0	0.11	1.43	0	0	0	0	0	0	0
	TOTAL APORTE ALMUERZO				878	36.9003	10.1819	139.2989	73.009	1.3113	0.9987	130.1107	470.614	1177.15	108.4491	1150.8589	0.219737	0.1219	3.7139	33.9381	104.0105

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 10

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
SOPAS DE VERDURAS	Avena en Hojuelas, Precocida	9	9	100	37	1.215	0.675	5.769	4.86			0.36	0.27	18.9	0.36	13.95	34.65	0.0648	0.0117	0.1449	0	0
	Pelpichilanco, crudo	3	3	100	7	0.426	0.0333	1.233	0.69	0.135	0.078	0.6	7.23	0.072	0.69	35.49	0.0099	0.0033	0.099	0	0
	Zanahoria, sin cascara, cruda	3	2.4	80	3	0.0528	0.0024	0.222	0.918	0.0144	0.0048	1.68	3.24	0.072	0.36	20.88	0.00144	0.00144	0.0144	0.072	0.432
	Cebolla junca, hojas, cruda	3	1.8	60	2	0.0288	0.0036	0.1278	0.783		0.0072	0.288	0.324	0	0.36	4.968	0.00108	0.00072	0.0108	0.27	1.08
	Maiz mazorcado, crudo	6	6	100	8	0.24	0.02	1.452	4			0	3.6	0	0	0	0.0002	0.002	0.06	0.12	0
	Alverjana, cruda	3	2.31	80	3	0.063	0.0063	0.2583	0.81	0.054	0.0081	0.0021	1.83	0	0.21	14.43	0.00231	0.00231	0.0231	0.0063	75.3171
	Yuca blanca, sin cascara, cruda	3	3	80	3	0.0288	0.0096	1.1088	0.312	0.0096	0.0096	0.948	0.84	0	0.072	5.892	0.00144	0.00096	0.0192	0.84	0.018
	Name con cascara, crudo	3	3	100	3	0.096	0.012	1.308	0.24	0.024	0.008	0	1.44	0	0	0	0.0012	0.0012	0.012	0.24	0.06
	Papaya, cantidad habitual, pantoja, con cascara, cruda	3	3	100	3	0.084	0.009	0.735	0.48	0.033	0.012	0.24	2.28	0	0.81	16.89	0.0033	0.0012	0.045	0.6	0
	Pollo con cascara, sin piel, crudo	120	120	100	193	25.4	7.8	0.2	26.4			0.8	95	132.0	0	28.8	0.84	0.12	0.312	7.08	0	4.2
ALBONDIGA DE CARNE MOLIDA	Cebolla cabezona, cruda	3	2.73	91	3	0.1092	0.00819	0.19671	1.14	0.01911	0.0091	0.09	1.8	0.273	0.0273	5.733	0.0018	0.00182	0.0091	0.273	0.0273
	Tomate, crudo	6	5.4	90	2	0.0648	0.0054	0.1404	0.288	0.018	0.0054	0.108	0.594	0.0756	0.36	7.722	0.00162	0.00108	0.0162	0.54	1.944
	Aji dulce, crudo	4	3.6	90	2	0.144	0.0072	0.1872	0.468	0.036	0.0072	0.072	1.044	0	0.432	7.596	0.00252	0.00144	0.0792	9.6	14.04
	Arroz blanco, pulido, crudo	100	100	100	353	6.7	0.5	80.2	9			1.2	0	140	14	80	0.27	0.07	1.8	0	0
ARROZ DE CEBOLLA	Cebolla cabezona, cruda	3	2.73	91	3	0.1064	0.0091	0.2457	1.824		0.0273	0.273	3.64	0.819	0.273	11.739	0.00364	0.00182	0.0273	0.75	0.819
	Papaya, cantidad habitual, pantoja, con cascara, cruda	30	30	100	30	0.84	0.09	2.04	7.2	0.48	0.18	2.4	22.8	0	8.1	168	0.042	0.018	0.42	12	0
PURE DE PAPA	Zanahoria, sin cascara, cruda	12	11.52	96	12	0.1382	0.0115	0.2765	0.922	0.092	0.0115	0.23	3.11	0	0.69	19.32	0.0046	0.0023	0.046	0.23	0.23
EMALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	Remolacha, sin cascara, cruda	30	27	90	12	0.336	0.024	2.172	1.62	0.243	0.054	17.28	9.9	0	3.51	50.49	0.0027	0.0054	0.072	1.62	0.54
JUGO DE GUAYABA	Guayaba, fruta, cruda	30	28.5	95	12	0.1425	0.0143	2.565	0.855		0.0143	0.285	5.985	0.57	1.71	85.215	0.0171	0.0057	0.114	85.5	0.57
AZUCAR	Azúcar morena, granulado	14	14	100	55	0	0	13.62	11.9	0.042	0.0028	0.28	0.28	0	0.28	41.7	0.0014	0.0014	0.014	0	0
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal	11	11	100	101	0	11	0	0	0	0	0	0.11	1.43	0	0	0	0	0	0	0
	TOTAL APORTE ALMUERZO				878	36.9003	10.1819	139.2989	73.009	1.3113	0.9987	130.1107	470.614	1177.15	108.4491	1150.8589	0.219737	0.1219	3.7139	33.9381	104.0105

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 11

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (RTI)
	Arroz blanco, pulido, crudo																				
	Lenteja cocinada, cruda																				
	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
	Cebolla blanca, bulbo, cruda																				
	Maiz amarillo, crudo																				
	Ahuyama, cruda																				
	Ajo, crudo																				
	Aji dulce, crudo																				
SOPAS DE VERDURAS	Pollo en trozos, sano, crudo																				
PRESUPUESTO	Tilapia congelada entera, cruda																				
	Arroz blanco, pulido, crudo																				
	Frijol cabecita negra, crudo																				
	Aji dulce, crudo																				
ARROZ CON PAISA	Tomate, crudo																				
CARRETA FRESCA	Cebolla cabezona, cruda																				
PLATANO COCIDO	platano harton, maduro, crudo																				
	Repollo blanco, crudo																				
	Tomate, crudo																				
ENSALADA DE REPOLLO	Cebolla cabezona, cruda																				
AGUA DE PANELA CON LIMON	Panela																				
ACEITE	Limón, crudo																				
	Aceite, mezcla vegetal																				
	TOTAL APORTE ALIMENTO																				

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 12

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (RTI)
	Harina de maiz blanco, precocida																				
	Pepa cebolla, crudo																				
	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
	Cebolla blanca, bulbo, cruda																				
	Maiz amarillo, crudo																				
	Ahuyama, cruda																				
	Ajo, crudo																				
	Aji dulce, crudo																				
	Cebolla cabezona, cruda																				
	Pimiento verde, verde, crudo																				
	Yuca blanca, sin cáscara, cruda																				
SOPAS DE VERDURAS	Harina, con cáscara, cruda																				
	Pollo, pechuga sin piel, cruda																				
	Aji dulce, crudo																				
	Tomate, crudo																				
PECHUGA DE MECHADA	Cebolla cabezona, cruda																				
	Arroz blanco, pulido, crudo																				
	Aji dulce, crudo																				
	Tomate, crudo																				
ARREGLO DE ALBIS	Cebolla cabezona, cruda																				
	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
EMPALADA DE ZANAHORIA Y PAPA	Papa, variedad diacol capiro, con cáscara, cruda																				
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal																				
FRUTA ENTERA	Banano, criollo, crudo																				
AZUCAR	Azúcar morena, granulada																				
	TOTAL APORTE ALIMENTO																				

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 13

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (RTI)
	Arroz en hojuelas, Precocido																				
	Lenteja seca, cruda																				
	Zanahoria, sin cáscara, cruda																				
	Cebolla blanca, bulbo, cruda																				
	Maiz amarillo, crudo																				
	Ahuyama, cruda																				
	Ajo, crudo																				
	Aji dulce, crudo																				
	Cebolla cabezona, cruda																				
	Pimiento verde, verde, crudo																				
	Yuca blanca, sin cáscara, cruda																				
SOPAS DE VERDURAS	Harina, con cáscara, cruda																				
	Pan carne magra, crudo																				
	Aji dulce, crudo																				
	Tomate, crudo																				
CARNE BROCHOLLADA	Cebolla cabezona, cruda																				
	Arroz blanco, pulido, crudo																				
ARROZ CON PERICO	pasta alimenticia, de mejunje, crudo																				
	Tomate, crudo																				
	Cebolla cabezona, cruda																				
ENSALADA DE LECHUGA	Lechuga crespa, cruda																				
FAJADA DE PLATANO	platano harton, maduro, crudo																				
JUGO DE FRUTA	Papaya, madura, cruda																				
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal																				
AZUCAR	Azúcar morena, granulada																				
	TOTAL APORTE ALIMENTO																				

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 14



ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 15



ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 16



ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 17



ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 18



ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 19



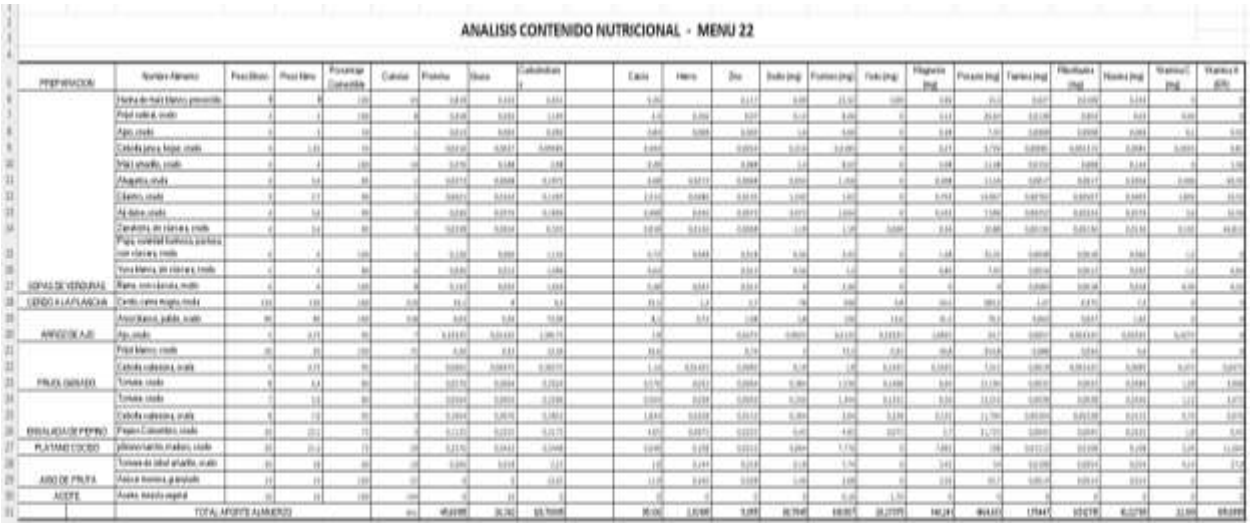
ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 20



ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 21



ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 22



ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 23

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
	pasta alimenticia, de mojarron, cruda																				
	Frijol bola roja, crudo																				
	Ajies, crudo																				
	Cebolla junca, hojas, cruda																				
	Maiz amarillo, crudo																				
	Ahuyama, cruda																				
	Cilantro, crudo																				
	Ají dulce, crudo																				
	Zanahoria, sin rasmas, cruda																				
	Papa, variedad huevo o, pastusa, con rasmas, cruda																				
	Yuca blanca, sin cáscara, cruda																				
SOPAS DE VERDURAS	Ñame, sin cáscara, crudo																				
PESCADO FRITO	Tilapia o mojarra, entera, cruda																				
ARROZ PERLA	Arroz blanco, pulido, crudo																				
	Lechuga común, cruda																				
	Tomate, crudo																				
EMALAZA DE LECHUGA	Cebolla cabezona, cruda																				
YUCA COCIDA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda																				
BANANO	Banano común, crudo																				
	Limón, crudo																				
AGUA DE PANELA	Panela																				
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal																				
	TOTAL APORTE ALIMENTO																				

ANALISIS CONTENIDO NUTRICIONAL - MENU 24

PREPARACION	Nombre Alimento	Peso Bruto	Peso Neto	Porcentaje Comestible	Calorias	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Calcio	Hierro	Zinc	Sodio (mg)	Fosforo (mg)	Yodo (mg)	Magnesio (mg)	Potasio (mg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Vitamina C (mg)	Vitamina A (ER)
	Avena en hojuelas, Precocida																				
	Frijol cabecita negra, crudo																				
	Ajies, crudo																				
	Cebolla junca, hojas, cruda																				
	Maiz amarillo, crudo																				
	Ahuyama, cruda																				
	Cilantro, crudo																				
	Ají dulce, crudo																				
	Zanahoria, sin rasmas, cruda																				
	Papa, variedad huevo o, pastusa, con rasmas, cruda																				
	Yuca blanca, sin cáscara, cruda																				
SOPAS DE VERDURAS	Ñame, sin cáscara, crudo																				
PECHUGA A LA PLANCHA	Pollo, pechuga completa, cruda																				
	Arroz blanco, pulido, crudo																				
ARROZ DE PEDRO	pasta alimenticia, de mojarron, cruda																				
	Tomate, crudo																				
	Cebolla cabezona, cruda																				
EMALAZADA DE PEPINO	Pepino Cohombro, crudo																				
MONEDITAS DE PLATANO	Plátano harton, verde, crudo																				
	Mazorca, cruda																				
AGUA DE MANZANITA	Azúcar morena, granulada																				
ACEITE	Aceite, mezcla vegetal																				
	TOTAL APORTE ALIMENTO																				

MINUTA DE PAQUETE ALIMENTARIO

- ARROZ……..……..……..……4 LIBRAS
- FRIJOL ROJO……..……..……..……...2 LIBRAS

- LENTEJA……..……..2 LIBRAS
- AZUCAR……..……2 LIBRAS
- HARINA PAN…….....……..…2 LIBRAS
- ESPAGUETIS……..……...3 LIBRAS
- FRIJOL CABEZA NEGRA……..…… 2 LIBRAS
- AVENA EN HOJUELAS..... 2 LIBRAS
- PANELA……..……..2 UNIDADES
- ATUN EN ACEITE…….……4 UNIDADES
- LATA DE SALCHICHA……..……..1 UNIDAD
- SALSA DE TOMATE……..……..3 SOBRES
- LECHE EN POLVO……..……1 BOLSA x 400 GR
- ACEITE……..……1 BOTELLA x 900 CC
- GALLETA DE SODA……..…1 PAQUETE
- CAFÉ…….....……1 LIBRA
- HUEVOS……..……..30 UNIDADES



MINUTA DE REFRIGERIO REFORZADO

Suministro de Merienda Saludable:

- Una ensalada de frutas
- Un Sándwich con Jamón Pietrán, queso mozarela y mantequilla light
- Jugos de frutas naturales
- Yogurt y/o Kumis
- Galletas integrales
- Galletas
- Frutas enteras (bananos, manzanas, peras, mandarinas)

Se suministrarán los siguientes productos: VALOR ENERGETICO TOTAL (VET) ESTIMADO DE CALORIAS PARA POBLACION ADULTA CON ACTIVIDAD MODERADA: 800 Kcal/ día DISTRIBUCION CALORICA PARA MERIENDA SALUDABLE 20% DEL VET (220 Kcal/ día)

MINUTA PATRON							
TIEMPO DE COMIDA	**TIPO DE COMIDA**	**PORCION SERVIDA**	**CANTIDA D SERVIDA GR/CC**	**CALORIA S**	**PROTEÍN A (GR)**	**GRAS A (GR)**	**CARBOHIDR ATO S (GR)**
MERIENDAS SALUDABLES	JUGO DE FRUTA	1 VASO	240	80	0	0	14
	FRUTA	1 TAZA	1 U.	52	0	0	12
	ALIMENTO PROTEINICO	1 PORCION	1	54	28	9	0
	ALIMENTO ENERGETICO	QUESO	1	45	4.9	10	10
	INTEGRALES	1 PORCION	1	68	1	0	7.5
	AZUCARES	1 POCILLO CAFETERO	1	34	1	0	6.5
	SUBTOTAL PROMEDIO DE MERIENDA QUINCENAL			333	34.9	19	50.0

- **CANTIDADES DE ALIMENTOS A SUMINISTAR:**

Las cantidades de alimentos a suministrar están sujetas al presupuesto y a los precios promedios que se encuentren en el mercado, por lo tanto, en primera instancia se presentaran los alimentos con sus presentaciones y posteriormente con los precios del mercado se proyectaran las cantidades.

ITEM	PRODUCTO	PRESENTACIÓN
1	ACEITE DE SOYA (Marca comercial reconocida, botella x Litro)	LITROS -UNIDAD
2	AJI CRIOLLO	KILOS
3	AJI PIMENTO ROJO	KILOS
4	AJO	KILOS
5	APIO, TALLO, CRUDO	KILOS
6	ARROZ BLANCO, CRUDO (Marca comercial reconocida)	KILOS
7	ARVEJA VERDE, CRUDA (Marca comercial reconocida)	KILOS
8	ATUN EN ACEITE - LATA DE 170 g (Marca comercial reconocida)	LATAS DE ATUN/170g
9	AVENA EN HOJUELAS DE PRIMERA (Marca comercial reconocida)	KILOS
10	AZUCAR BLANCO DE PRIMERA (Marca comercial reconocida)	KILOS
11	BANANO (Común, maduro, fruta de mano con peso entre 180g a 190g)	UNIDAD
12	BERENJENA	KILOS
13	BOFE DE RES (Preferiblemente abierto)	KILOS
14	CAFÉ, (Descafeinado, Marca comercial reconocida)	KILOS
15	CANELA	GRAMOS
16	PECHUGA CON PIEL	KILOS
17	CARNE DE RES DE PRIMERA (MAGRA) EMPACADA AL VACIO	KILOS
18	CARNE DE RES, MOLIDA (con máximo 5% de grasa)	KILOS
19	CEBOLLA JUNCA (Tallos)	KILOS
20	CEBOLLA ROJA, CABEZONA	KILOS
21	CHOCOLATE, AMARGO (en pastillas, paquete x 500g, marca comercial reconocida)	PAQUETE x 500g
22	CILANTRO (Hojas)	KILOS
23	COCO	KILOS
24	FECULA DE MAIZ (Marca comercial reconocida)	KILOS
25	FRIJOL SECO CABECITA NEGRA DE PRIMERA (Marca comercial reconocida)	KILOS
26	FRIJOLES ROJO (Marca comercial reconocida)	KILOS
27	GALLETA DE SODA (PAQUETES TACOS X 460 GRAMOS)	PAQUETACOS x 460 gr
28	GALLETA DE SAL (PAQUETE X 200g)	PAQUETE x 200g
29	GUAYABA, (Madura)	KILOS
30	HABICHUELA (Cruda)	KILOS
31	HARINA DE MAIZ AMARILLA GRANO TRILLADO (Marca comercial reconocida)	KILOS
32	HARINA DE TRIGO (De primera Marca comercial reconocida)	KILOS
33	HIGADO DE RES (Preferiblemente abierto)	KILOS
34	HUEVO TIPO A (Peso mínimo de 55g)	UNIDAD
35	LECHE EN POLVO DESCREMADA DESLACTOSADA (Bolsas x 380g)	BOLSAS
36	LECHUGA BATAVIA	KILOS
37	LIMON	KILOS
38	LOMO DE CERDO DE PRIMERA (MAGRA)	KILOS

39	MAIZ BLANCO DE PRIMERA	KILOS
40	MANDARINA COMUN (fruta de mano, con peso entre 130g a 150g)	UNIDAD
41	MANGO TOMMY ATKINS (Maduro)	KILOS
42	MANTEQUILLA, SIN SAL (Marca comercial reconocida)	KILOS
43	MARACUYA, (Maduro)	KILOS
44	MAYONESA, CON SAL (Marca comercial reconocida, presentación paquete doypack x 400g)	UNIDAD
45	MEDALLONES DE ROBALO, CORBINA, SIERRA, JUREL	KILOS
46	MELON MADURO (CANTALUPE)	KILOS
47	MORA DE CASTILLA	KILOS
48	NARANJA (Fruta de mano con peso entre 170g a 200g)	UNIDAD
49	PAN DE LECHE 70 GRAMOS (Marca comercial reconocida)	UNIDAD
50	PAN DE QUESO 70 GRAMOS (Marca comercial reconocida)	UNIDAD
51	PAN MOLDE (paquete x 500g, (Marca comercial reconocida)	UNIDAD
52	PANELA (REDONDA)	KILOS
53	PAPA COMUN	KILOS
54	PAPA CRIOLLA	KILOS
55	PAPAYA COMUN	KILOS
56	PASTA ALIMENTICIA (Fideos)	KILOS
57	PATILLA (Maduro)	KILOS
58	PEPINO (Cohombro)	KILOS
59	PIÑA (Maduro)	KILOS
60	PLATANO COLI, CRUDO (Cutrofilo)	KILOS
61	PLÁTANO DOMINICO (Maduro)	KILOS
62	PLATANO VERDE HARTON	KILOS
63	QUESO ESPECIAL (Campesino)	KILOS
64	REMOLACHA	KILOS
65	REPOLLO (Hojas frescas)	KILOS
66	SAL COMUN (Marca comercial reconocida)	KILOS
67	TOMATE CHONTO	KILOS
68	VINAGRE (Unidad-Litro, Marca comercial reconocida)	LITROS -UNIDAD
69	YUCA, CRUDA	KILOS
70	ZANAHORIA, CRUDA	KILOS
71	CURCUMA (EN SOBRE X 60g)	UNIDAD
72	ACHIOTE (MOLIDO X 60g)	UNIDAD
73	LAUREL (EN SOBRE x 60g)	UNIDAD
74	OREGANO (DESHIDRATADO EN SOBRE x 60g)	UNIDAD
75	ROMERO (DESHIDRATADO EN SOBRE x 60g)	UNIDAD
76	TOMILLO (DESHIDRATADO EN SOBRE x 60g)	UNIDAD
77	ALBAHACA (DESHIDRATADO EN SOBRE x 60g)	UNIDAD
78	SALSA DE SOYA (marca comercial reconocida, presentación x 200cc)	UNIDAD
79	MOSTAZA (marca comercial reconocida, presentación x 200cc)	UNIDAD
80	CREMA DE LECHE (marca comercial reconocida, presentación x 200cc)	UNIDAD
81	PESCADO	KILOS
82	CARNE DE CERDO	KILOS
	COSTOS LOGISTICOS	GLOBAL

- **LISTA DE INTERCAMBIO:**

El proponente implementara una lista de intercambios en las cuales los alimentos incluidos, poseen aproximadamente el mismo valor de energía, carbohidratos, proteínas y grasas.

Por lo tanto, un alimento se puede reemplazar por otro del mismo grupo de alimento, teniendo en cuenta los tiempos de cosecha o cambios climáticos de acuerdo con la zona, y el tipo de preparación y los gramajes establecidos de la siguiente manera:

LISTA DE INTERCAMBIO

GRUPO ALIMENTO	ALIMENTO	PESO BRUTO
D: GRASAS Y ACEITES	ACEITE VEGETAL	15,2
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	AGUACATE	150
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	AHUYAMA (intercambia zanahoria, remolacha)	64
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	AJI CRIOLLO (Guiso)	4
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	AJO	4,6
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	APIO (Guiso)	3,2
A: CEREALES Y DERIVADOS	AREPA PREPARADA (refrigerio reforzado)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	ARROZ (Almuerzo)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	ARROZ (Refrigerio)	14
T: LEGUMINOSAS Y DERIVADOS	ARVEJA VERDE	20
E: PESCADOS Y MARISCOS	ATUN EN ACEITE	100
K: PRODUCTOS AZUCARADOS	AZUCAR	21,00
C: FRUTAS Y DERIVADOS	BANANO para sorbete)	50
C: FRUTAS Y DERIVADOS	BANANO (Entera)	1
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	BERENJENA (boronia - Almuerzo)	70
F: CARNES Y DERIVADOS	BOFE (REFRIGERIO)	120
A: CEREALES Y DERIVADOS	BOLLO PREPARADO (refrigerio reforzado)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	BUÑUELO DE QUESO PREPARADO (Refrigerio)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	BUÑUELO PREPARADO HARINA DE TRIGO	70
L: MISCELÁNEOS	CAFÉ TOSTADO Y MOLIDO	5,00
F: CARNES Y DERIVADOS	CARNE DE RES (de primera pulpa magra)	130
F: CARNES Y DERIVADOS	CARNE MOLIDA DE RES (de primera pulpa magra)	120
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	CEBOLLA CABEZONA (encebollado)	30
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	CEBOLLA CABEZONA (Ensalada)	15
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	CEBOLLA JUNCA (en guiso)	9,3
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	CEBOLLA ROJA (en Guiso)	7

B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	CEBOLLA ROJA (Ensalada)	15
K: PRODUCTOS AZUCARADOS	CHOCOLATE	14,00
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	CILANTRO (guisos y/o cremas)	9,8
C: FRUTAS Y DERIVADOS	COCO, MADURO, PULPA	20
C: FRUTAS Y DERIVADOS	COCO, MADURO, PULPA	20,00
A: CEREALES Y DERIVADOS	CROASAN (Refrigerio)	70
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	ESPINACA (En guiso)	25
A: CEREALES Y DERIVADOS	FECULA DE MAIZ (MAICENA)	14
T: LEGUMINOSAS Y DERIVADOS	FRIJOL CABECITA NEGRA PARA ARROZ	20
T: LEGUMINOSAS Y DERIVADOS	FRIJOL ROJO	20
A: CEREALES Y DERIVADOS	GALLETA DE SAL	36
A: CEREALES Y DERIVADOS	GALLETA DE SODA TIPO SALTIN	36
C: FRUTAS Y DERIVADOS	GUANABANA (Jugo)	70
T: LEGUMINOSAS Y DERIVADOS	GUANDUL	20
C: FRUTAS Y DERIVADOS	GUAYABA (Sorbete)	65
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	HABICHUELA (Ensalada)	35
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	HABICHUELA (Ensalada)	35
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	HABICHUELA LARGA (GUISO)	9,8
A: CEREALES Y DERIVADOS	HARINA DE MAIZ AMARILLO PRECOCIDA (COLADA)	14
A: CEREALES Y DERIVADOS	HARINA DE MAIZ AMARILLO PRECOCIDA (REFRIGERIO)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	HARINA DE MAIZ DULCE (CHOCOLO)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	HARINA DE MAIZ GRANO TRILLADO (REFRIGERIO)	14
A: CEREALES Y DERIVADOS	HARINA DE TRIGO DE PRIMERA (REFRIGERIO)	14
F: CARNES Y DERIVADOS	HIGADO	120
J: HUEVOS Y DERIVADOS	HUEVO	55
G: LECHE Y DERIVADOS	KUMIS	150

G: LECHE Y DERIVADOS	LECHE DE VACA EN POLVO ENTERA SEMIDESCREMADA	29
G: LECHE Y DERIVADOS	LECHE DE VACA LIQUIDA ENTERA SEMIDESCREMADA	200
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	LECHUGA (Ensalada)	34
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	LECHUGA RIZADA (Ensalada)	34
T: LEGUMINOSAS Y DERIVADOS	LENTEJAS	20
F: CARNES Y DERIVADOS	LOMO DE CERDO	130
A: CEREALES Y DERIVADOS	MAICENA	14
A: CEREALES Y DERIVADOS	MAIZ BLANCO DE PRIMERA (REFRIGERIO)	14
C: FRUTAS Y DERIVADOS	MANDARINA (Entera)	150
C: FRUTAS Y DERIVADOS	MANGO TOMY (Jugo)	50
C: FRUTAS Y DERIVADOS	MANGO TOMY (Entero)	100
D: GRASAS Y ACEITES	MANTEQUILLA (Refrigerio)	3,3
C: FRUTAS Y DERIVADOS	MANZANA (Entera)	1
C: FRUTAS Y DERIVADOS	MARACUYA (Jugo)	100
D: GRASAS Y ACEITES	MAYONESA	3
C: FRUTAS Y DERIVADOS	MELON (fruta entera)	210
C: FRUTAS Y DERIVADOS	MELON (JUGO)	80
C: FRUTAS Y DERIVADOS	MORA (Jugo)	100
C: FRUTAS Y DERIVADOS	NARANJA (ENTERA)	1
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	Ñame (Acompañante Almuerzo)	80
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	ÑAME (Refrigerio)	128
T: LEGUMINOSAS Y DERIVADOS	PALOMITOS	20
A: CEREALES Y DERIVADOS	PAN (Refrigerio)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	PAN DE LECHE (Refrigerio)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	PAN DE MANTEQUILLA (Refrigerio)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	PAN DE QUESO (Refrigerio)	70

A: CEREALES Y DERIVADOS	PAN FRANCES (Refrigerio)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	PAN MOGOLLA INTEGRAL (Refrigerio)	70
A: CEREALES Y DERIVADOS	PAN TAJADO (Refrigerio)	70
K: PRODUCTOS AZUCARADOS	PANELA	11,30
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PAPA COMUN (Acompañante Almuerzo)	80
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PAPA COMUN refrigerio reforzado)	128
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PAPA CRIOLLA (Acompañante Almuerzo)	80
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PAPA CRIOLLA (preparación Crema)	20
C: FRUTAS Y DERIVADOS	PAPAYA (sorbete)	50
C: FRUTAS Y DERIVADOS	PAPAYA (Entera)	150
A: CEREALES Y DERIVADOS	PASTAS FIDEOS (Arroz)	9
C: FRUTAS Y DERIVADOS	PATILLA (Jugo)	80
C: FRUTAS Y DERIVADOS	PATILLA (entera)	180
F: CARNES Y DERIVADOS	PECHUGA DE POLLO CON PIEL	167
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PEPINO BLANCO (Ensalada)	30,6
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PEPINO COHOMBRO (Ensalada)	30,6
C: FRUTAS Y DERIVADOS	PERA (Entera)	1
E: PESCADOS Y MARISCOS	PESCADO DE MAR (CORVINA, ROBALO, SABALO, SIERRA JUREL)	160
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PIMENTON ROJO (guiso)	16
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PIMENTON VERDE y/o pinton (ensalada)	44
C: FRUTAS Y DERIVADOS	PIÑA (entera)	150
C: FRUTAS Y DERIVADOS	PIÑA (Jugo)	80
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PLATANO AMARILLO (Acompañante Almuerzo)	80
: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PLATANO AMARILLO (refrigerio reforzado)	140
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PLATANO POPOCHO VERDE	200

B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	PLATANO VERDE HARTON (Refrigerio)	140
G: LECHE Y DERIVADOS	QUESO COSTEÑO PASTEURIZADO	50
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	REMOLACHA (en jugo)	64
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	REMOLACHA (Ensalada)	64
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	REPOLLO (Ensalada)	25
L: MISCELÁNEOS	SAL	3,00
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	TOMATE CHONTO	18,4
C: FRUTAS Y DERIVADOS	TOMATE DE ARBOL	50
C: FRUTAS Y DERIVADOS	UVAS PASAS (para arroz)	10
G: LECHE Y DERIVADOS	YOGURT	150
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	YUCA	100
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	ZANAHORIA (cruda) (Ensalada)	25,3
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	ZANAHORIA (cruda) (jugo)	60
B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS	ZANAHORIA (guiso)	2,5

- **RECEPCION DE ALIMENTOS:**

En cumplimiento del objeto contractual, El proponente deberá garantizar que los productos ofrecidos sean de PRIMERA CALIDAD Y DE MARCAS RECONOCIDAS, de acuerdo con el artículo 4, numeral de la Ley 80 de 1993 y se obliga a:

1. Incluir variedades y calidades optimas grado 1 o grado A, de los productos relacionados anteriormente según las unidades de medidas solicitadas.
2. Asegurar la calidad de los productos entregados, aportando una copia del Registro Sanitario de cada uno de los alimentos no perecederos.
3. Estipular fecha de vencimiento de los productos ofrecidos, a partir de la entrega, la cual debe estar impresa en el empaque del producto ofertado.
4. Reemplazar a sus expensas y a entera satisfacción, sin costo alguno todos los bienes que resulten de mala calidad, dentro de las veinticuatro (24) horas siguientes a la solicitud de cambio.
5. Los alimentos para suministrar deben garantizar su calidad, higiene y frescura.
6. El proponente deberá contar con un stock suficiente, que garantizara la prontitud y calidad de los bienes a suministrar.

7. El proponente deberá tener dentro del perímetro del MUNICIPIO, una bodega con la infraestructura adecuada para el almacenamiento y distribución del producto. Tal acreditación se hará con el certificado de tradición y libertad del inmueble y/o con copia del contrato de arrendamiento. EL MUNICIPIO realizara una visita a la planta física ofrecida, con el objeto de examinar las condiciones de higiene y de asepsia con que se almacenan y manipulan los alimentos ofrecidos. Esta visita se realizará en la fase de alistamiento del contrato.
8. El proponente hará entrega de los alimentos en cada uno de los puntos relacionados en los anexos del presente documento, los cuales corresponden a 805 beneficiarios ubicados en el Municipio de Puerto Colombia y del Corregimiento de Salgar – Atlántico.
9. En el área donde se realizará la entrega de los bienes, se hará su verificación en cuanto a calidad y cantidad de los productos recibidos para ser llevados al área de almacenamiento.
10. El lugar de entrega de los alimentos deberá permanecer completamente limpio y protegido de cualquier contaminación ambiental.
11. En ningún caso se puede permitir que los alimentos entregados en los lugares estipulados tengan contacto directo con el suelo, por tanto, se deben usar estibas plásticas o canastillas como base.
12. El proponente deberá contar con un equipo de pesaje en buen estado para cada vehículo que transporta los alimentos.
13. Los alimentos deberán ser entregados debidamente empacados y llevados casa a casa a los beneficiarios del programa de adulto mayor.
14. El personal (conductores y ayudantes) deben estar capacitados en manipulación de alimentos.
15. Los vehículos que transportaran los alimentos deben tener sus certificaciones que acrediten el transporte de alimentos, y cumplir con lo estipulado en la Resolución 2505 del 2004 del ministerio de transporte.

- **CONDICIONES DE ALMACENAMIENTO:**

1. ALMACENAMIENTO: Control de primera entrada y primera salida. Control de salida periódica de elementos inútiles y/o en desuso o fuera de especificaciones técnicas.
2. CUARTOS FRIOS Y CUARTOS DE CONGELACION: Condiciones de Temperatura, humedad y circulación de aire requerida para cada alimento.
3. ALMACENAMIENTO DE INSUMOS, MATERIAS PRIMAS Y PRODUCTO TERMINADO: Ordenado, sobre palets, separados del piso y muros.
4. INDEPENDENCIA: Áreas independientes para almacenar plaguicidas, artículos de aseo y desinfección y sustancias peligrosas.

- **EQUIPO MINIMO:**

El proponente deberá contar con el personal calificado para el desarrollo de las actividades con mínimo en los siguientes perfiles:

Director de proyecto.

Este debe ser profesional con una experiencia de mínimo tres (3) años a partir de la fecha de terminación del pensum académico y con posgrado en dirección de proyectos o alta gerencia.
Debe contar con una experiencia específica de mínimo 2 proyectos en los que haya prestado servicios como director de proyecto en programa de alimentación, dentro de los cuales por lo menos uno haya tenido por objeto o alcance la atención integral al adulto mayor.

Coordinador(a) contable y de presupuesto.

Profesional en contaduría pública y cinco (5) años de experiencia contados desde la obtención del título.