CERTIFICADO DE ACTUALIZACIÓN

El Programa denominado IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR PAE EN LOS MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE NARIÑO, VIGENCIA 2025 NARIÑO se encuentra registrado con código BPIN: 2024003520104, otorgado por el Banco de Programas y Proyectos de Inversión Pública del Departamento de Nariño, ha sido ACTUALIZADO para la presente vigencia fiscal.

Cuenta con Certificado de Actualización de Viabilidad Favorable expedida por SECRETARíA DE EDUCACIóN con fecha 23 de Mayo de 2025 y certificación de inclusión en el Plan de Desarrollo Departamental.

El proyecto se encuentra incluido en el Plan de Desarrollo Departamental 2024 - 2027 "Nariño, región, país para el mundo".

El programa cuenta con la siguiente solicitud de recursos:

FUENTES DE FINANCIACIÓN			
Tipo de Recursos	**Valor**	**Tipo Entidad**	**Nombre Entidad**
PGN - Nación - Inversión - Periodo 0	$39.457.552.000,00	Entidades Presupuesto Nacional - PGN	UNIDAD ADMINISTRATIVA ESPECIAL DE ALIMENTACION ESCOLAR
Propios - Periodo 0	$9.568.955.690,50	Departamentos	Gobernación de Nariño
SGP - Periodo 2025	$2.839.057.995,16	Departamento	Gobernación de Nariño

Datos de las Actividades:

ACTIVIDAD		
Descripción	**Valor**	**Producto**
Suministrar paquetes alimentarios	$48.738.852.645,66	Servicio de apoyo a la permanencia con alimentación escolar (Producto principal del proyecto)

METAS RELACIONADAS	
No.	**Descripción**
1	{156} - Ampliación, Reestructuración Y Mejoramiento Del Programa De Alimentación Escolar Que Garantice Cantidad, Calidad , Nutrición E Inocuidad, Con Identidad Cultural Y Enfoque Diferencial, Facilitando Las Compras Públicas A Producción De Menor Escala.

Gobernación de Nariño - Calle 19 No. 23 - 78 Pasto Nariño (Colombia)
Línea Gratuita: 01 8000 94 98 98 Pbx (57)2 7235003
www.nariño.gov.co - contactenos@narino.gov.co

ACTIVIDAD		
Descripción	**Valor**	**Producto**
Supervisar la ejecución del programa de alimentación escolar	$3.126.713.040,00	Servicio de apoyo a la permanencia con alimentación escolar (Producto principal del proyecto)

METAS RELACIONADAS	
No.	**Descripción**
1	{156} - Ampliación, Reestructuración Y Mejoramiento Del Programa De Alimentación Escolar Que Garantice Cantidad, Calidad , Nutrición E Inocuidad, Con Identidad Cultural Y Enfoque Diferencial, Facilitando Las Compras Públicas A Producción De Menor Escala.

Valor total del programa: $51.865.565.685,66

Se expide en la Secretaría de Planeación Departamental de Nariño a solicitud del interesado, el 23 de Mayo de 2025.

Funcionarios Responsables:

CARLOS DANILO HERNÁNDEZ FOLLECO
Profesional Universitario Banco de Proyectos

Gobernación de Nariño - Calle 19 No. 23 - 78 Pasto Nariño (Colombia)
Línea Gratuita: 01 8000 94 98 98 Pbx (57)2 7235003
www.nariño.gov.co - contactenos@narino.gov.co

Formato CPptoC02

Gobernación de NARIÑO

NIT: 800.103.923-8

DISPONIBILIDAD

Número: 2025060070

El suscrito SUBSECRETARIO DE PRESUPUESTO, certifica que en la fecha existe saldo presupuestal libre de afectación para respaldar el siguiente compromiso:

Fecha: 11/06/2025
Tercero: 999999999999999999 **Sucursal:** 999
Nombre: VARIOS

CUENTA	NOMBRE	Valor
2.3.2.02.02.006-22-2201-0700-2201028-2024003520104-63391-16-1.2.4.4.01	Implementación del programa de alimentación escolar PAE en los municipios no certificados en educación del departamento de Nariño, vigencia 2025 Nariño/Servicio de Catering para eventos/Administración Central/ SGP Asignación Especial Programas de Alimentación Escolar	2,795,830,684.78

Total Disponibilidad: 2,795,830,684.78

Total Disponibilidad:DOS MIL SETECIENTOS NOVENTA Y CINCO MILLONES OCHOCIENTOS TREINTA MIL SEISCIENTOS OCHENTA Y CUATRO PESOS CON SETENTA Y OCHO CTVS. MC.

CONCEPTO: IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR PAE EN MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS DEL DEPARTAMENTO DE NARIÑO POBLACIÓN INDÍGENA, DE ACUERDO A LA RESOLUCIÓN N° 18858-2018.

CRISTHIAN AGUILAR RENDON
SUBSECRETARIO DE PRESUPUESTO

Elaboro: CARLOSRIOBAMBA

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
Fecha:	Junio de 2025
Entidad:	Departamento de Nariño
Dependencia que Proyecta:	Secretaría de Educación Departamental-SED NARIÑO.
Asunto:	Estudios Previos

Se presenta el presente Estudio Previo de Conveniencia y Necesidad requerido, de conformidad con lo dispuesto en los numerales 7º y 12º del artículo 25 de la Ley 80 de 1993, modificado por el artículo 87 de la Ley 1474 de 2011, y artículo 2.2.1.1.2.1.1 del Decreto 1082 de 2015, para adelantar la celebración del contrato requerido.

Aunado a lo anterior, el artículo 2.2.1.1.1.6.1 Decreto 1082 de 2015 establece la obligación de hacer un Análisis del Sector al que pertenece el Contratista y en el que se ofrece los bienes o servicios que está interesada la entidad Contratante, por lo cual en este mismo documento se incluyen los aspectos que corresponden a dicho análisis.

Es importante precisar, como lo advirtió la Agencia Nacional de Contratación – Colombia Compra Eficiente, que el deber de análisis contenido en este artículo 2.2.1.1.1.6.1 del Decreto 1082 de 2015, tiene que cumplirse en todas las modalidades de selección de Contratistas.

1. DESCRIPCIÓN DE LA NECESIDAD QUE LA ENTIDAD ESTATAL PRETENDE SATISFACER CON LA CONTRATACIÓN

La Secretaría de Educación Departamental de Nariño, con base en el numeral 7 del artículo 25 de la Ley 80 de 1993, la Ley 1150 de 2007 y el Decreto 1082 de 2015, presenta los estudios que justifican la contratación de un operador del PAE para el 2025. Este operador proveerá un complemento alimentario, según el Plan Alimentario Indígena Propio (PAIP) de los pueblos AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS, a niños, niñas, adolescentes y jóvenes indígenas matriculados en el SIMAT como estudiantes oficiales de establecimientos educativos que atienden población mayoritariamente indígena y que se ubican en territorios indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS en municipios no certificados de Nariño. Lo anterior, con el fin de recuperar y fortalecer sus procesos culturales de alimentación, en el marco de los Lineamientos del PAE para pueblos indígenas (Resolución 18858 de 2018 del MEN). El contrato tendrá una duración de 68 días, según el Calendario Académico A de 2025, y los establecimientos educativos beneficiados se listan en el Anexo 1.

Los estudios de conveniencia y oportunidad previstos en el Artículo 25 numeral 7 de la Ley 80 de 1993, Ley 1150 de 2007, Decreto 1082 de 2015, tiene por finalidad cumplir con el principio general de la Planeación contractual.

De conformidad con lo establecido en la Constitución Política de Colombia, según el artículo 2 , son fines esenciales del estado: *servir a la comunidad, promover la prosperidad general y garantizar la efectividad de los principios, derechos y deberes consagrados en la Constitución; facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan y en la vida económica, política, administrativa y cultural de la Nación; defender la independencia nacional, mantener la integridad territorial y asegurar la convivencia pacífica y la vigencia de un orden justo. Las autoridades de la República están instituidas para proteger a todas las personas residentes en Colombia, en su vida, honra, bienes, creencias y demás derechos y libertades, y para asegurar el cumplimiento de los deberes sociales del Estado y de los particulares."*

El art 209 de la Constitución Política, señala que la función administrativa está al servicio del interés general por cuanto las autoridades deben proveer las contingencias necesarias para salvaguardar la salud pública, la salubridad y la seguridad pública.

Por su parte el artículo 366 de la constitución señala *"el bienestar general y el mejoramiento de la calidad de vida de la población son fines esenciales del estado…"*

A su vez, las líneas jurisprudenciales de la Corte Constitucional reconocen en pronunciamientos el derecho a la salud como un derecho fundamental, consagrado positivamente en la Ley estatutaria 1751 de 2015.

El artículo 44 de la Constitución Nacional subscribe los derechos fundamentales de los niños, entre otros, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión, derechos que prevalecen sobre los derechos de los demás, y el artículo 67 establece que la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura, y que en todo caso, corresponde al Estado regular y ejercer la suprema inspección y vigilancia de la educación con el fin de velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

La Ley 115 de 1994 hace referencia al papel de la Nación y los entes territoriales en la provisión del Servicio Educativo y específicamente señala a éstas, las funciones relacionadas con la dirección y administración de los servicios educativos estatales.

La Ley 1098 de 2006 establece como responsabilidad del Estado en los niveles nacional, departamental, distrital y municipal, en el marco de la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, y garantía del ejercicio de sus derechos y libertades, "… Asegurar los medios y condiciones que garanticen la permanencia en el sistema educativo y el cumplimiento del ciclo completo de formación" y *"Diseñar y aplicar estrategias para la prevención y el control de la deserción escolar y para evitar la expulsión de los niños y las niñas y los adolescentes del sistema educativo".*

El marco legal del Programa de Alimentación Escolar en Colombia donde se dilucidan las competencias de cada uno de las Entidades Territoriales se encuentran en el numeral 20 del artículo 6 de la Ley 1551 de 2012, parágrafo 4 del artículo 136 de la Ley 1450 de 2011,Ley 1176 de 2007, Ley 715 de 2001, Ley 1530 de 2012 y el Decreto 1852 de 2015 mediante el cual se reglamentó el parágrafo 4 del artículo 136 de la Ley 1450 de 2011, del artículo 6° de la Ley 1551 de 2012, que modificó el artículo 30 de la Ley 136 de 1994, el parágrafo 2 del artículo 2 de la Ley 715 de 2001 y los artículo 16, 17, 18 y 19 de la Ley 1176 de 2007, lo cual debe darse debida aplicación por parte del Gobierno, las entidades territoriales, operadores y todos los actores del programa, Resolución 335 del 2021del Ministerio de Educación Nacional.

La Ley 1450 del 16 de junio de 2011, "Por la cual se expide el Plan Nacional de Desarrollo, 2010-2014", dispuso en el parágrafo 4o del artículo 136, trasladar del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) al Ministerio de Educación Nacional (MEN) la orientación, ejecución y articulación del Programa de Alimentación Escolar (PAE), con el fin de alcanzar coberturas universales, y señaló que el MEN debe realizar la revisión, actualización y definición de los lineamientos técnicos-administrativos, los estándares y las condiciones para la prestación del servicio y la ejecución del Programa, que serán aplicados por las entidades territoriales, los actores y operadores del programa; la Ley 1753 de 2015, mediante la cual se aprueba el Plan Nacional de Desarrollo 2014 – 2018 "Todos por un nuevo País", la Ley 1955 del 2019 "Por el cual se expide Plan Nacional de Desarrollo 2018 – 2022 PACTO POR COLOMBIA PACTO POR LA EQUIDAD" y la Ley 2294 del 2023 "por medio de la cual se aprueba Plan Nacional de Desarrollo 2022 – 2026 "Colombia Potencia Mundial de la vida"" no derogaron ni modificaron el artículo 136 de la Ley 1450, por lo tanto esta disposición se mantiene vigente.

La alimentación es un derecho universal; por ello las familias, la sociedad y el Estado deben concurrir para garantizar el acceso universal a la alimentación escolar, aunando recursos de diversas fuentes, por lo cual el Departamento de Nariño garantiza atención universal sin aplicar criterios de focalización considerando la necesidad de brindar el derecho a una buena alimentación, a todos los niños, niñas, adolescentes y jóvenes del sistema educativo oficial.

Según la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia 2015 – ENSIN, para los niños, niñas y adolescentes de 5 a 12 años se encuentra que, siete de cada 100 menores en edad escolar presentan desnutrición crónica, mientras que esta situación se extiende a 11 de cada 100 niños de los hogares más pobres del país. En niños de 13 a 17 años la desnutrición crónica afecta a uno de cada diez de los adolescentes del país, los más pobres de la población (14,9%) y aquellos que viven en zonas rurales (15,7%)

Adicional a lo anterior, a nivel nacional, el 54.2 de cada 100 hogares se encuentran en inseguridad alimentaria, por lo tanto, se busca bajar estos estándares, para ello, en Nariño se creó la Política Publica de Soberanía y Seguridad alimentaria formulada con participación local y comunitaria.

En el Departamento de Nariño, de acuerdo con los datos arrojados por el Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional- SISVAN Nariño, para el primer trimestre del año 2020, el 7.10% de los Niños y Niñas de 5 a 18 años, presentó Retraso en el crecimiento y el 3.05% Delgadez.

La "Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud", divulgada en la 57ª Asamblea Mundial de la Salud, invita a los gobiernos a que adopten políticas que favorezcan una alimentación saludable en las escuelas y limiten la disponibilidad de productos con alto contenido de sal, azúcar y grasas.

En la Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Desarrollo Sostenible, celebrada en Rio de Janeiro en el año 2012, se gestaron los Objetivos de Desarrollo Sostenible, que sustituyen a los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM) y a la vez se constituyen como un compromiso para dar continuidad a estos últimos. Dentro de los 17 ODS, se encuentra poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible (ODS # 2) y garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos (ODS #

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

4). Teniendo en cuenta que los ODM impulsaron el progreso en diferentes frentes, Colombia, para dar respuesta a los mismos, mediante el documento CONPES 140 de 2011, se comprometió a lograr para el 2015 la cobertura del 100% de la educación básica (preescolar, básica primaria, básica secundaria) y del 93% de la educación media (línea de base 1992: 76.08 y 59.11%, respectivamente), así como a reducir a 7.5%, las personas con consumo por debajo de la energía alimentaria mínima (línea de base 1990 en 17%), para lo cual se lideró por el ICBF y el Ministerio de Protección Social el CONPES 113 de marzo de 2008, en el cual se formula la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, como eje fundamental para el desarrollo social y económico del País, y el Gobierno Nacional ha querido fortalecer el programa destinando recursos por medio del Sistema General de Participaciones, orientando su focalización y ejecución, en la Ley 715 de 2001, que asigna a los municipios y distritos del país recursos de transferencia de la Nación, la Ley 1098 de 2006, que adopta el Código de la Infancia y la Adolescencia y la Ley 1176 de 2007, que tiene coherencia con la protección de la infancia y adolescencia como el derecho a la alimentación, la salud y la educación, entre otros.

La Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional está dirigida a toda la población colombiana y, especialmente, requiere de acciones que disminuyan las desigualdades sociales y económicas en los grupos de población en condiciones de vulnerabilidad. Los grupos de las víctimas del conflicto armado, los afectados por los desastres naturales, los grupos étnicos (indígenas, afrocolombianos, raizales, gitanos), los niños, las mujeres gestantes y las madres lactantes, y los grupos de más bajos recursos son los prioritarios de las acciones de esta Política.

Los objetivos de la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (PSAN) que tienen impacto directo con el PAE, son los de articulación, desde la concertación y cooperación armónica y, coherente de los diferentes programas, proyectos y acciones intersectoriales, para lograr un mayor impacto, optimización de los recursos y racionalización de acciones para la efectiva gestión de las políticas públicas y la prestación del servicio público del bienestar familiar dirigidos a la población, en especial la más vulnerable, garantizando el acceso a alimentos de calidad y en cantidad suficiente; el de crear condiciones para un mejor desarrollo educativo de los niños, niñas y adolescentes, contribuyendo al rendimiento escolar de los estudiantes, a su asistencia regular a la escuela y permanencia en el sistema educativo, siendo este el objetivo sustancial del PAE.

Con el fin de lograr estos objetivos, es indispensable realizar alianzas en los niveles local, regional, nacional e internacional que contribuyan al fortalecimiento de proyectos en educación, salud y fortalecimiento de la asistencia alimentaria para grupos vulnerables utilizando diversos mecanismos. Uno de los pilares del Plan Nacional de Desarrollo *"Colombia Potencia Mundial de la vida" presenta estrategias encaminadas en la seguridad alimentaria en Departamentos que es presentan altos índices de inseguridad, denominado "Gobierno en el pueblo", ampliando el alcance del programa de Alimentación Escolar que, además de ser una estrategia de acceso y permanencia escolar, contribuirá en la seguridad alimentaria y nutricional de los estudiantes de instituciones educativas oficiales, de acuerdo con lo dispuesto en el Plan Nacional de Desarrollo (PND) 2022-2026"*

La Ley 115 de 1994, conocida como la Ley General de Educación, establece las normas generales para regular el servicio público de la educación, señalando que esta cumple una función social acorde a las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad.

Bajo esta perspectiva la ejecución del plan de Desarrollo Departamental aún vigente, establece en "Educación y conocimiento" la necesidad de fortalecer el sector educativo, mediante la ejecución de programas encaminados a garantizar la calidad y cobertura, determinando como objetivos "Incrementar el ingreso y permanencia de estudiantes al sistema educativo en los municipios no certificados de Nariño", "Incrementar en los resultados de las pruebas Saber en los establecimientos educativos del Departamento de Nariño" y "Fortalecer el proceso de institucionalización y organización del sector educativo en los 61 municipios no certificados del Departamento de Nariño.

A su vez el Plan de Desarrollo Departamental 2024-2027 "***Nariño, región, país para el mundo",*** se encuentra establecida como una de las bases de la estrategia para el cambio la "Educación para el Cambio", y a su vez, es uno de los compromisos con Nariño. Para el efecto, uno de los deberes específicos de este punto, es la consolidación de un modelo educativo innovador, pertinente y de alto nivel, que consiste entre otras acciones, en diseñar un nuevo modelo educativo en los diferentes niveles con el objetivo de cerrar la brecha en el acceso y mejorar la calidad de la educación como base para la transformación socioeconómica y cultural del departamento. En este punto es indispensable resaltar la necesidad que tiene el Departamento, de avanzar en materia del programa de alimentación escolar como estrategia de permanencia.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

Para cumplir tales cometidos y contribuir con los propósitos del Gobierno Departamental, relacionados en el Plan de Desarrollo, el Departamento de Nariño cuenta con los recursos pertinentes.

Plan de Desarrollo que contiene 24 estrategias, 72 programas, 120 indicadores de resultados y 585 indicadores de producto, el cual está alineado con los objetivos de desarrollo sostenible que permitirán impulsar transformaciones territoriales concretas, bajo 6 lineamientos específicos:

1. Derechos humanos, cultura de paz y alianzas para la vida.
2. Inclusión social y acceso a derechos.
3. Sostenibilidad ambiental y ordenamiento territorial.
4. Gestión y administración pública para las transformaciones territoriales.
5. Integración regional y desarrollo fronterizo.
6. Soberanía alimentaria, productividad y competitividad.

Se estima que la implementación de este Plan durante el ejercicio de gobierno, se tendrá una inversión que serán destinados a la gestión y construcción de territorios de paz.

Parte de los recursos se distribuirán en:

- Inversión territorial y acuerdos subregionales.
- Alimentación escolar.
- Comunidades y Pueblos Indígenas.
- Comunidades negras, afrocolombianas, raizales y palenqueras.
- Comunidades campesinas, reincorporadas, Rrom y comunales.

La Secretaría de Educación Departamental de Nariño es la dependencia del departamento encargada de dirigir y liderar la ejecución de políticas, estrategias y programas que garanticen la educación, de conformidad con la legislación vigente y propendiendo por la cobertura, el mejoramiento de la calidad y la eficiencia de la educación de los diferentes niveles, garantizando una óptima administración y manejo de la prestación del servicio educativo en el Departamento de Nariño.

Las principales funciones de esta secretaría son:

1. Apoyar al Gobernador en la formulación de políticas institucionales para mejorar la prestación del servicio educativo y buscar la concertación sectorial del plan educativo en concordancia con las diferentes instancias del gobierno, teniendo en cuenta la normatividad legal vigente.
2. Coordinar el direccionamiento estratégico de las funciones de la Secretaría de Educación, para adoptar los planes, programas y proyectos que garanticen el desarrollo de los ejes de la política educativa.
3. Liderar la interacción y la comunicación permanente con los diferentes grupos de interés y con los actores principales del sistema educativo, orientada a la resolución conjunta de problemas, a la adopción de enfoques y metodologías eficaces y al empoderamiento de los mismos, de acuerdo a los roles que cada quien asuma.
4. Asegurar la conceptualización de la educación en sus aspectos de calidad, cobertura y desarrollo social, evaluando permanentemente sistemas y enfoques que mejoren las capacidades de aprendizaje, incorporando dentro de las mismas metodologías de medición del impacto y la efectividad del proceso educativo.

Dentro de la organización interna del Departamento de Nariño, se encuentra la SED – Subsecretaria de Planeación Educativa y Cobertura a través de la cual ejerce la supervisión de diferentes contratos que suscribe el Departamento con el fin de satisfacer las necesidades de las instituciones educativas para mejorar la calidad educativa, cobertura y permanencia, razón por la cual se requiere garantizar la entrega del Programa de Alimentación Escolar PAE.

En virtud de ello, dentro el acápite correspondiente a “COMPROMISOS CON NARIÑO”, estableció el compromiso número 4. “EDUCACIÓN PARA EL CAMBIO” el cual contempla la implementación de 3 compromisos específicos, siendo el primero de ellos el correspondiente a la “4.1 Consolidación de un modelo educativo innovador, pertinente y de alto nivel”, el cual pretende entre otras:

• “Diseñar un nuevo modelo educativo en los diferentes niveles con el objetivo de cerrar la brecha en el acceso y mejorar la calidad de la educación como base para la transformación socioeconómica y cultural del departamento.

• Diseñar e implementar el Sistema de Educación Nariñense - SER NARIÑENSE - que permita fortalecer la educación de primera infancia y la cadena de formación de estudiantes de media egresados de los

establecimientos oficiales, que articule a las Universidades de Nariño, el SENA y establecimientos educativos para el trabajo y desarrollo humano, haciendo uso de herramientas como los ciclos propedéuticos.

• Reestructurar el Programa de Alimentación Escolar -PAE- en aras de garantizar la cantidad, calidad nutritiva, cobertura e inocuidad, con identidad cultural territorial y enfoque diferencial para población

• Fortalecer las compras públicas a los pequeños productores rurales, retomando la administración de los programas de alimentación en cabeza de las Asociaciones de padres y madres de familia, con una buena auditoría por parte del estado y veedurías ciudadanas de la comunidad

• Fortalecer el programa de transporte escolar en especial para zonas de difícil acceso.

• Fortalecer los programas, proyectos y estrategias de acceso, permanencia y pertinencia académica, entre la secretaria de educación departamental, las secretarias de educación certificadas y el Ministerio de Educación, para garantizar la cobertura universal.

• Diseñar e implementar un programa de educación rural -PER NARIÑENSE- con calidad y pertinencia, que tenga en cuenta los graves problemas de baja cobertura, migración de la población estudiantil rural hacia las cabeceras, la inclusión escolar, en especial para estudiantes con discapacidad y/o con talentos excepcionales, con enfoque en derechos del campesinado e identidad local."

Para cumplir tales cometidos y contribuir con los propósitos del Gobierno Departamental, relacionados en el Plan de Desarrollo, el Departamento de Nariño cuenta con los recursos pertinentes, el proyecto denominado **IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR PAE EN LOS MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE NARIÑO, VIGENCIA 2025 NARIÑO** se encuentra registrado con Código BPIN: 2024003520104, otorgado por el Banco de Programas y Proyectos de Inversión Pública del Departamento de Nariño, Cuenta con concepto de viabilidad técnica, política, económica y financiera FAVORABLE, expedida por Secretaría de Educación el 28 de Noviembre de 2024 y certificación de inclusión en Plan de Desarrollo Departamental. El programa se encuentra incluido en el Plan de Desarrollo Departamental 2024 - 2027 "Nariño, región, país para el mundo".

De acuerdo con análisis realizados por el Ministerio de Educación Nacional (MEN), entre los años 2002 y 2012, la tasa de deserción intra – anual en Colombia pasó del 8% a 4,53%. No obstante, esta mejora, la deserción fue mayor en las zonas rurales de algunos departamentos y para algunos grupos poblacionales, particularmente los más vulnerables.

De otra parte, de acuerdo a los resultados de la Encuesta de Deserción Nacional aplicada por el MEN, cerca del 14,2% de los estudiantes de establecimientos oficiales que alguna vez abandonaron las aulas, lo hicieron por la falta de ayuda en alimentación escolar. No obstante, la incidencia de esto en la deserción escolar varía entre departamentos.

Si bien el aprendizaje escolar es un proceso largo y complejo, determinado por múltiples factores que condicionan la matrícula, la asistencia y los logros; la alimentación escolar es una herramienta y una estrategia efectiva para incorporar a las familias y la comunidad en la vida de la escuela, en los programas de salud y nutrición y en general, para promover el cambio social, consolidar los derechos humanos y la democracia. Sin embargo, estas condiciones solo se logran cuando los establecimientos educativos son vistos como centros donde interactúan los diferentes sectores de intervención social y cuando el programa de alimentación escolar es objeto de un cuidadoso diseño y administración, para tener el máximo impacto sobre la educación y el desarrollo humano.

Los derechos humanos de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes incluyen entre otros los derechos indivisibles, interdependientes e interrelacionados, enunciando "el derecho a un estándar de vida adecuado para el desarrollo intelectual, físico, moral y espiritual de los niños incluyendo alimento, vivienda y vestido adecuado."

En este sentido, el Programa de Alimentación Escolar – PAE es una estrategia estatal que contribuye al acceso, la permanencia, la reducción del ausentismo, y al bienestar en los establecimientos educativos durante el calendario escolar y en la jornada académica de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes registrados en la matricula oficial, a través del suministro de un complemento alimentario desde preescolar hasta básica y media, fomentando hábitos alimentarios saludables y aportando al logro de las trayectorias educativas completas con resultados de calidad, de esta manera se

fortalecerá los niveles de atención, impactar de forma positiva los procesos de aprendizaje, el desarrollo cognitivo, y la deserción, sin que se considere como tal un programa nutricional.

El Ministerio de Educación Nacional-MEN estableció los Lineamientos Técnicos –Administrativos, los Estándares y las Condiciones Mínimas del Programa de Alimentación Escolar-PAE para Pueblos Indígenas mediante la Resolución 18858 del 2018, con base en la cual se debe garantizar la prestación del servicio y la ejecución del Programa de Alimentación Escolar - PAE en los establecimientos educativos que atienden población mayoritariamente indígena o aquellos que se encuentren ubicados en territorio indígena.

Lo anterior, tiene fundamento en el artículo 7 de la Constitución Política y en El Convenio No 169 de 1989 de la OIT, aprobado mediante la Ley 21 de 1991, sobre pueblos indígenas y tribales en países independientes, adoptado por la 76 a. reunión de la Conferencia General de la O.I.T., Ginebra 1989., el cual hace parte integral del Bloque de constitucionalidad, en el artículo 27 establece:

> *1. "Los programas y los servicios de educación destinados a los pueblos interesados deberán desarrollarse y aplicarse en cooperación con éstos a fin de responder a sus necesidades particulares, y deberán abarcar su historia, sus conocimientos y técnicas, sus sistemas de valores y todas sus demás aspiraciones sociales, económicas y culturales.*
>
> *2. La autoridad competente deberá asegurar la formación de miembros de estos pueblos y su participación en la formulación y ejecución de programas de educación, con miras a transferir progresivamente a dichos pueblos la responsabilidad de la realización de esos programas, cuando haya lugar" (…).*

En consideración que las comunidades indígenas son poseedoras de una cultura y una cosmovisión propia, la operación del PAE debe estar conforme a sus formas propias de organización territorial y gubernamental; su mecanismo de administración de justicia y su forma de entender la espiritualidad, la mitología, las costumbres y de pensamiento.

Una de las estrategias que implementan las comunidades indígenas para propender por el cumplimiento de sus derechos y para salvaguardar sus costumbres, es la organización en grupos legales y reconocidos socialmente. Así, por ejemplo, en el Departamento de Nariño dichos grupos étnicos se encuentran organizados en resguardos indígenas, en parcialidades indígenas y en territorios no delimitados geográficamente.

La población indígena de Nariño se encuentra distribuida en siete pueblos: Los Pastos con 132.000 habitantes (77,32%); los Awá con 26.800(15,69%); los Eperara Siapidara con 4.500 (2.63%); los Quillasinga con 4.008 (2.34%); los Inga con 3.041 (1,78%); los Cofán con 160(0,093%) y el pueblo Nasa con 119 personas (0.07%).

Están organizados en resguardos indígenas legalmente constituidos, existiendo 71 resguardos indígenas reconocidos que reciben recursos del Sistema General de Participaciones y que están distribuidos en 24 municipios, 17 resguardos son de origen colonial para cumplir el proceso de reestructuración previa clarificación de sus títulos coloniales, 23 están en proceso de constitución y 28 que han solicitado el proceso de ampliación atendiendo los criterios que define la ley 160 de 1994; para un total de 94 comunidades organizadas, de las cuales 71 tienen resguardo legalmente reconocido.

Es compromiso de la administración departamental garantizar calidad de vida a estas poblaciones sin ir en detrimento de sus usos y costumbres, promoviendo y apoyando políticas con énfasis diferencial pero que brinden herramientas para su desarrollo integral, entre los programas para cumplir este objetivo está el Programa de Alimentación Escolar, el cual busca garantizar el acceso con permanencia de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes a la educación oficial.

El objetivo General del PAE para Pueblos Indígenas*, "es contribuir al acceso con permanencia al Sistema Educativo Indígena Propio-SEIP de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes indígenas matriculados en los establecimientos educativos a través de la entrega de un complemento alimentario que ayuda a recuperar y fortalecer los procesos culturales de alimentación, independiente de la modalidad de atención educativa"*

El numeral 2.8 de los lineamientos citados incluyen lo referente al Plan Alimentario Indígena Propio- PAIP como una *"estrategia de programación alimentaria mediante la cual los pueblos indígenas determinan los menús que se suministrarán en los establecimientos educativos a través de la implementación de PAE, bajo la modalidad de olla comunitaria"*

El PAIP deberá conformarse por lo siguiente:

a. Conjunto de veinte (20) menús variados, completos y pertinentes; con sus respectivas recetas o guías de preparación, el listado de alimentos y la lista de intercambios de alimentos. Este conjunto de menús contendrá los alimentos definidos por las comunidades indígenas, que deberán aportar proteína, carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales mediante la olla Comunitaria, contribuyendo a una alimentación saludable. El complemento servido al estudiante deberá aportar por lo menos un 20% de calorías, si es un complemento JM/JT o un 30% si es un complemento almuerzo, tomando como referencia el grupo de edad entre 9- 13 años 11 meses, que trata la Tabla de la Resolución 3803 de 2016. ((Por la cual se establecen las Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes- RIEN para la población colombiana y se dictan otras disposiciones», del Ministerio de Salud y Protección Social.
b. Aprobación de los menús por parte de las autoridades indígenas de acuerdo con las estructuras de gobierno de cada pueblo.
c. Mecanismos de almacenamiento, conservación, cocción y transporte de alimentos, acorde a los medios disponibles y las particularidades culturales de cada pueblo indígena, en el marco de lo dispuesto en el literal b) del artículo 2°, el literal a) del artículo 5°, y el numeral 1 del artículo 7°, de la Ley 21 de 1991.
d. Plan de remisiones: documento que estipula las cantidades de bienes y servicios, y los tiempos de entrega por parte del operador a los establecimientos educativos.
e. Plan de compras: el plan de compras es la herramienta para programar las necesidades de bienes y servicios que se requieren durante el calendario escolar, desagregado por meses con el objetivo de implementar el Plan Alimentario Indígena Propio. Este Plan de Compras se enmarcará en los calendarios culturales de los diferentes pueblos indígenas, que hacen parte de los Proyectos Educativos Comunitarios - PEC, y deberá determinar lo que se necesita, cuánto se necesita, cuándo se necesita, los recursos requeridos y las fuentes de donde se obtendrán los recursos.

Concertación:

En el marco de la planeación del Programa de Alimentación Escolar- PAE para la vigencia 2025, el equipo de profesionales PAE de la Entidad realizó el desplazamiento desde el 17 de septiembre hasta el 17 de octubre de 2024 así:

Ruta 1- Pueblo Eperara Siapidara					
FECHA	LUGAR REUNION	MUNICIPIO	PUEBLO INDIGENA	MUNICIPIOS A PARTICIPAR	ESTADO
19 de septiembre 2024	Bocas de Víbora	Olaya Herrera	Eperara Siapiadara	Olaya Herrera, La Tola, El Charco, Santa Barbara	Finalizado
Ruta 1- Pueblo Awa Unipa					
FECHA	LUGAR REUNION	MUNICIPIO	PUEBLO INDIGENA	MUNICIPIOS A PARTICIPAR	ESTADO
17 de septiembre 2024	El Diviso- Barbacoas	Barbacoas	Awa Unipa	Barbacoas y Samaniego	Finalizado
Ruta 2- Awa con Asociacion					
FECHA	LUGAR REUNION	MUNICIPIO	PUEBLO INDIGENA	MUNICIPIOS A PARTICIPAR	ESTADO
17 de septiembre 2024	Ricaurte	Ricaurte	Awa Camawari con Asociacion	Ricaurte	Finalizado
Ruta 2- Awa sin Asociacion					
FECHA	LUGAR REUNION	MUNICIPIO	PUEBLO INDIGENA	MUNICIPIOS A PARTICIPAR	ESTADO
18 de septiembre 2024	Ricaurte	Ricaurte	Awa Camawari sin Asociacion	Barbacoas y Samaniego	Finalizado
Ruta 3- Pueblo Inga de Aponte					
FECHA	LUGAR REUNION	MUNICIPIO	PUEBLO INDIGENA	MUNICIPIOS A PARTICIPAR	ESTADO
19 de septiembre 2024	Tablon de Gomez	Tablon de Gomez	Ingas	Tablon de Gomez	Finalizado
Ruta 4- Pueblo Pastos					
FECHA	LUGAR REUNION	MUNICIPIO	PUEBLO INDIGENA	MUNICIPIOS A PARTICIPAR	ESTADO
17 de octubre 2024	Ipiales	Ipiales	Gran Pueblo de los Pastos	Aldana, Cumbal, Guachucal, Cuaspud,Samaniego, Santacruz,Tuquerres, Contadero, Cordoba, Mallama, Potosí, Puerres, Pupiales, Ricaurte.	Finalizado

En el marco de la planeación del PAE para la vigencia 2025 la Entidad territorial remitió en primera instancia desde el mes de agosto oficios de invitación para la planeación y diseño de concertación PAIP de la vigencia 2025, a todas las comunidades indígenas, para lo cual el equipo de PAE asistieron presencialmente a los diferentes espacios donde se programó la concertación de PAE Indígena.

CONCERTACION PUEBLO PASTOS (Aldana, Contadero, Cumbal, Guachucal, Puerres, Sapuyes, Tuquerres)

En el caso de la concertación de pueblo Pastos, el día 17 de octubre de 2024, el equipo PAE hizo presencia en las instalaciones de la Casa de la Mesa de Concertación de los Pastos en el municipio de Ipiales (N), con el fin de realizar el proceso de concertación del PAIP, para lo cual se desarrolló de la siguiente manera:

El Subsecretario de Planeación Educativa y Cobertura Dr. BERBY SÁNCHEZ, brinda un saludo muy cordial a las autoridades indígenas, docentes, directivos y padres de familia presentes en *la Casa de la Mesa Permanente*, el cual ha servido como espacio para llevar a cabo el proceso de concertación PAIP-2025. Aclara que es la segunda vez que se cita a concertar, pero señala que desde la Gobernación de Nariño y la Secretaría de Educación, se está en la disposición de trabajar como pueblos teniendo en cuanta la normatividad 18858 de 2018 que ayuda que los pueblos indígenas sean los llamados a regular la implementación del PAE en cada uno de los pueblos indígenas.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

Además, agradece por la asistencia de los gobernadores y aclara que el motivo de la presencia de la Secretaria de Educación es llegar a un acuerdo en este proceso de concertación, en materia de alimentación de los niños y niñas del departamento de Nariño; así mismo recalca que la directriz desde la gobernación es que los niños reciban lo que está establecido en la minuta, por ende unos de los principales objetivos de la concertación es que se permita visibilizar el programa y se postule como unos de los mejores a nivel nacional.
De acuerdo con esto, agrega que para este proceso cuenta con un equipo multidisciplinario que lo acompaña e invita para que se presente y brinden saludo de agradecimiento, a continuación, los nombres del equipo y el cargo.

La Dr. Dayana Arévalo brinda un cordial saludo de bienvenida a las autoridades y a los docentes de los diferentes establecimientos educativos. Y se disculpa por los cambios de horarios y de lugares antes del evento, pero a la vez agradece que presencia d la autoridad mayor y a cada uno de los gobernadores de los resguardos que conforman el gran territorio de los Pastos.

A continuación, se permite hacer la socialización de programa PAE, ante los invitados.

La abogada Dra. Dayana Arévalo inicia explicando que es una estrategia estatal que promueve el acceso con permanencia de niños, niñas y adolescentes de las instituciones educativas oficiales matriculados en el sistema educativo oficial (SIMAT), explicando que es el PAIP- proceso que se está desarrollando mediante la concertación y recalcando que es una estrategia de programación alimentaria, por el cual los pueblos indígenas determinan los menús que se suministrarán en los establecimientos educativos a través de la implementación del PAE, bajo la modalidad comunitaria; es decir acuerdan una minuta para la vigencia siguiente, en donde se dan los alcances de: Fortalecer saberes alimentarios propios a través de la cosmovisión, Uso de productos cultivados en la región y formas de preparación, articulación con el PEC, respeto por procesos culturales y espirituales y fortalecer autonomía y estructuras de gobierno propio.
La nutricionista Daniela Recalde inicia saludando a la comunidad presente, las autoridades y las comunidades educativas como docentes y rectores y explica la normatividad (resolución 18858-2018), por la cual se determina los ciclos de menú, las guías de preparación, los métodos de cocción y otros procesos esenciales para el suministro de los alimentos que serán servidos en los establecimientos educativos, respetando usos, costumbres y alimentos propios que los pueblos indígenas tienen dentro de sus culturas, además que establece las condiciones en las cuales se presta el servicio de PAE y los términos de su contratación.
Posteriormente la nutricionista Daniela hace énfasis en la resolución 3803 del 2016; por la cual se establecen los aportes nutricionales y la conformación del plato saludable; del mismo modo aclara que el programa de alimentación escolar PAE, brinda un aporte del 20 y el complemento de almuerzo es del 30% de la alimentación de los menores, aclarando que el restante de la totalidad se lo debe brindar en casa; y que el aporte dependerá del tipo de complemento, en este caso para el complemento am/pm el aporte es del 20% (complemento) y el almuerzo aporta un 30% jornada única.
Así mismo hace énfasis en los tipos de complemento alimentario

Modalidad Preparada en sitio: se implementa cuando el E.E cumple con las condiciones mencionadas anteriormente, por lo tanto, la preparación de los alimentos directamente en las instalaciones del comedor escolar y garantiza la calidad e inocuidad de los mismos. Aclara que cada ciclo de menú está proyectado en base a una minuta patrón y donde determina la frecuencia o la cantidad de veces que se tiene que dar o servir el grupo de alimentos

Complemento JM/JT: debe aportar mínimo el 20% de las recomendaciones diarias de energía y nutrientes, según el grupo de edad de 9 años -13 años y 11 meses.

- la bebida láctea: leche en polvo, leche pasterizada, se tiene que brindar todos los días, en cuanto al alimento proteico (las carnes rojas, blancas y el pescado, también el huevo) se brinda tres veces por semana.
- En la parte de las leguminosas esta lenteja o garbanzo.
- En el caso de las harinas están los tubérculos, que se sirve todos los días.
- En las frutas esta esa opción que dependiendo de la cosecha de acuerdo a la temporada.
- Los azucares esas incluidos en la preparación al igual que las grasas.

Complemento almuerzo: debe aportar mínimo el 30% de las recomendaciones diarias de energía y nutrientes, según el grupo de edad de 9 años -13 años y 11 meses.

- Alimento proteico: carnes rojas con frecuencia de 2 veces por semana. Carne blanca con una frecuencia de 2 veces por semana. El huevo 1 vez por semana.

- Las leguminosas secas como el frijol, lenteja o garbanzo, con una frecuencia de 2 veces por semana.
- Cereal: arroz y la pasta, se tiene que brindar todos los días.
- Tubérculos, raíces, plátanos: plátano, papa, yuca, ñame, arracacha, arepa, pan se tiene que brindar todos los días
- Verdura o fruta: se tiene que brindar todos los días
- Bebida: fruta en jugo, se tiene que brindar todos los días
- Azucares: se tiene que brindar todos los días
- Leche: leche en polvo, queso, leche entera pasteurizada, se rinda con una frecuencia de 3 veces a la semana.

La ingeniera Yalexi Piarpuzan se remite al tema de calidad e innocuidad del programa y hace énfasis en la resolución 2674 de 2013 donde se establece los requisitos técnicos y estándares de calidad e inocuidad para la operación del Programa de Alimentación Escolar, en cumplimiento de la normatividad sanitaria vigente, promoviendo la mejora continua y aseguramiento de la calidad, así como la atención con pertinencia territorial

Posteriormente se da inicio a la concertación de los 40 menús, en la cual la nutricionista Keylla Cabrera aclara que se dará lectura a los ciclos de menú, y que sin hay algún cambio deben levantar la mano y manifestar la modificación que desean realizar y ver su viabilidad, o en caso de que se encuentren conformes con el menú se deberá responder que LO APRUEBAN.

COMPLEMENTO JORNADA MAÑANA- JORNADA TARDE JM/JT

Menú 1: Se sugiere cambio de frutas. No mesclar jugos en leche con cítricos.
Menú 2: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 3: No mesclar cítricos con bebidas en leche
Menú 4: Cambio de preparación de huevo cocinado a huevo revuelto, además se cambia el arroz blanco del menú 5 al menú 4
Menú 5: Se cambia la leguminosa por frijol rojo
Cambio de menú: arroz blanco al menú 4
Menú 6: Se sugiere cambio en porción de papa para aumentar arroz
Menú 7: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 8: Se sugiere cambio por frijol rojo
Menú 9: Cambio de garbanzo por arveja
Menú 10: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 11: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (gramaje aumento de arroz)
Menú 12: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 13: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (no incluir fruta cítrica)
Menú 14: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 15: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 16: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 17: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 18: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 19: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 20: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado

COMPLEMENTO ALMUERZO

Menú 1: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 2: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 3: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (colada de avena dependiendo de la zona)
Menú 4: Cambio de pasta por arroz blanco
Menú 5: Cambio de pollo por trucha a la plancha, también ensalada de calabaza y choclo por zanahoria
Menú 6: Cambio de ensalada a acelga guisada
Menú 7: Cambio de leguminosa por frijol rojo y tomate en rodajas
Menú 8: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 9: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 10: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 11. Cambio de leguminosa por lenteja guisada
Menú 12: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 13: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (se incluye papa al vapor)
Menú 14: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (incluir papa al perejil)
Menú 15: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado

Menú 16: Cambio de choclo cocinado
Menú 17: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (incluir limón en la ensalada)
Menú 18: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 19: No sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 20: Cambio de choclo cocinado al menú 16, y se cambia por zanahoria guisada y se cambia a arveja guisada)

CONCERTACION PUEBLO AWA CAMAWARI SIN ASOCIACION (Santacruz)

En el caso de la concertación del pueblo Awa Camawari sin asociación, el día 18 de septiembre de 2024, el equipo PAE hizo presencia en las instalaciones Auditorio - Antiguo Hospital Ricaurte E.S.E. municipio de Ricaurte (N), con el fin de realizar el proceso de concertación del PAIP, para lo cual se desarrolló de la siguiente manera:

Se realiza la apertura con la intervención del contador Javier Cerón, quien agradece la asistencia y participación de los presentes, manifiesta que esta jornada tiene como objetivo concertar la minuta y los ciclos de menú que se brindaran a los niños, niñas adolescentes y jóvenes del pueblo indígena AWA CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA), matriculados en las instituciones educativas de este territorio con población mayoritariamente indígena y registrados en el SIMAT, para la vigencia 2025, mediante la revisión y aprobación por parte de las autoridades indígenas invitadas, de los menús propuestos por el componente técnico nutricional PAE, de la Secretaría de Educación Departamental de Nariño, con la orientación y apoyo de los profesionales de la Secretaría de Educación Departamental.

El consejero mayor ASOCIACIÓN AWA CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA), otorga el permiso para que cada uno de los gobernadores y/o de los resguardos a los cuales representan se presenten y den el respectivo saludo de bienvenida; así mismo para los directivos y docentes de las diferentes sedes educativas e Instituciones.

Se inicia la socialización del PAE vigencia 2024, para comunidades indígenas del departamento, de igual manera se menciona la normatividad, (resolución 18858-2018) por la cual se determinan los lineamientos técnicos y administrativos para el programa de alimentación escolar para población indígena, así como los procesos de contratación que se han realizado con los operadores indígenas y las especificaciones propias de este proceso.

A continuación la nutricionista Anyela Constain, da a conocer la resolución 3803-2016 que establece los aportes nutricionales y la conformación del plato saludable, y la resolución 18858-2018, con la cual se determina los ciclos de menú, las guías de preparación, los métodos de cocción y otros procesos esenciales para el suministro de los alimentos que serán servidos a los niños, niñas y adolescentes en los establecimientos educativos del territorio del pueblo indígena AWA CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA), respetando usos, costumbres y alimentos propios, además de las condiciones en las cuales se presta el servicio de PAE para las comunidades indígenas.

Con relación a lo anterior, la presente concertación se enfocará en la cantidad, calidad y aporte nutricional de cada menú ofrecido; dado que el programa de alimentación escolar está conformado por 20 ciclos de menús diferenciales; en los cuales se busca ofrecer una alimentación suficiente, completa, equilibrada, adecuada e inocua; que incluya frutas, verduras, proteínas, cereales y alimentos propios de su cultura, alimentos regionales y de cosecha que faciliten el intercambio de los mismos, del mismo modo se aclara que el programa de alimentación escolar PAE, brinda un aporte del 20 % en el complemento alimentario JM/JT, y el 30% en el complemento alimentario almuerzo, de la alimentación diaria de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, aclarando que el restante porcentaje se lo debe brindar en el hogar; cabe resaltar que con esta comunidad indígena también se maneja la modalidad de residencias estudiantiles, debido a lo dispersa que se encuentra la población en el territorio, a dificultades de transporte y de orden público que se presentan en algunos resguardos.

Por otra parte, también se brinda información acerca de los tipos de complementos que se entregan, los cuales comprenden la modalidad preparada en sitio y modalidad industrializada, especificando las condiciones mínimas requeridas para el lugar de preparación y/o entrega de los alimentos, además de los factores que contribuyen a la selección de la modalidad, como por ejemplo la infraestructura del comedor escolar, dotación de equipos, acceso a servicios públicos y ubicación geográfica.

A continuación, en este aparte interviene, la ingeniera de alimentos Mabel Rodríguez, quien hace alusión a la Resolución 2674/2013 anexo técnico de Calidad e Inocuidad - BPM, informando acerca de los requisitos técnicos y estándares de calidad e inocuidad para la operación del Programa de Alimentación Escolar, en cumplimiento de la normatividad sanitaria vigente, promoviendo la mejora continua y

aseguramiento de la calidad, así como la atención con pertinencia territorial, de igual manera se orienta acerca de los distintos análisis químicos y microbiológicos que se realizan por los entes reguladores para la habilitación de los restaurantes escolares en las instituciones educativas.

Finalmente se hace referencia al proceso de conformación de cada menú, reiterando que este va determinado por un análisis químico y microbiológico, además de las guías de preparación, respectivamente para cada menú del ciclo.

se da inicio a la concertación en la cual la nutricionista Anyela Constain, informa que se dará lectura a los ciclos de menú día por día y semana por semana hasta completar los 20 ciclos de menú proyectados, para los complementos alimentarios JM/JT, almuerzo y la modalidad de residencia estudiantil luego de brindar la presente información se orienta que si por parte de las autoridades y la comunidad asistente, se pretende realizar algún cambio al menú, deben levantar la mano y manifestar la modificación que desean realizar y ver su viabilidad, o en caso de que se encuentren conformes con el menú se deberá responder que SE APRUEBA.

COMPLEMENTO ALMUERZO

Menú 1: Se da la observación de cambio de ubicación de menú 1 al menú 5 y menú 5 al menú 1.
Menú 2: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 3**:** Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo.
Menú 4: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 5: Se da la observación de cambio de ubicación de menú 5 al menú 1.
Menú 6: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 7: Se da la observación de cambio, lenteja guisada por frijol rojo.
Menú 8: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 9: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 10: Se da la observación de cambio, frijol rojo por lenteja guisada.
Menú 11: Se da la observación de cambio, dejar solo frijol rojo y cambio de ubicación de menú 11 por el menú 12.
Menú 12: Se da la observación de cambio de ubicación de menú 12 por el menú 11.
Menú 13: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 14: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 15: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 16: Se da la observación de cambio de ubicación de menú 16 por el menú 20.
Menú 17: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 18**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 19**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 20**:** Se da la observación de cambio de ubicación de menú 20 por el menú 16.

COMPLEMENTO JORNADA MAÑANA-JORNADA TARDE JM/JT

Menú 1: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 2: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 3**:** Se da la observación de adición de granadilla.
Menú 4: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 5: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 6: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 7: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 8: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 9: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 10**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 11: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 12: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 13: Menú 13: Se da la observación de cambio, porción de fruta papaya por mango.
Menú 14: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 15: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 16: Menú 16: Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo.
Menú 17: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 18**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 19**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú 20**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

CONCERTACION PUEBLO AWA CAMAWARI CON ASOCIACION (Ricaurte)

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

En el caso de la concertación del pueblo Awa Camawari con asociación, el día 17 de septiembre de 2024, el equipo PAE hizo presencia en el municipio de Ricaurte (N) con el fin de realizar el proceso de concertación del PAIP, para lo cual se desarrolló de la siguiente manera:

Se da inicio a la socialización del programa ante los asistentes, por parte de la abogada Dayana Arévalo, quien arranca con la exposición de la normatividad, (resolución 18858-2018) por la cual se determinan los lineamientos técnicos y administrativos para el programa de alimentación escolar para población mayoritariamente indígena, así como los procesos de contratación que se han realizado con los operadores indígenas y las especificaciones propias de este proceso. A continuación la nutricionista Anyela Constain, da a conocer la resolución 3803-2016 que establece los aportes nutricionales y la conformación del plato saludable, y la resolución 18858-2018, con la cual se determina los ciclos de menú, las guías de preparación, los métodos de cocción y otros procesos esenciales para el suministro de los alimentos que serán servidos a los niños, niñas y adolescentes en los establecimientos educativos del territorio del pueblo indígena ASOCIACIÓN AWA CAMAWARI, respetando usos, costumbres y alimentos propios, además de las condiciones en las cuales se presta el servicio de PAE para las comunidades indígenas.

Ligado a lo anterior, se especifica que el objetivo de la reunión es lograr llevar a cabo la concertación de los ciclos de menú para la vigencia 2025; enfocándose en la cantidad, calidad y aporte nutricional de cada menú ofrecido; dado que el programa de alimentación escolar está conformado por 20 ciclos de menús diferenciales; en los cuales se busca ofrecer una alimentación suficiente, completa, equilibrada, adecuada e inocua; que incluya frutas, verduras, proteínas, cereales y alimentos propios de su cultura, alimentos regionales y de cosecha que faciliten el intercambio de los mismos.

Finalmente en este aparte interviene la ingeniera de alimentos Mabel Rodríguez, quien hace alusión a la Resolución 2674/2013 anexo técnico de Calidad e Inocuidad - BPM, informando acerca de los requisitos técnicos y estándares de calidad e inocuidad para la operación del Programa de Alimentación Escolar, en cumplimiento de la normatividad sanitaria vigente, promoviendo la mejora continua y aseguramiento de la calidad, así como la atención con pertinencia territorial, de igual manera se orienta acerca de los distintos análisis químicos y microbiológicos que se realizan por los entes reguladores para la habilitación de los restaurantes escolares en las instituciones educativas, para concluir la presente socialización se hace referencia al proceso de conformación de cada menú, reiterando que este va determinado por un análisis químico y microbiológico, además de las guías de preparación, respectivamente para cada menú del ciclo.

En el inicio de la presente concertación toma la palabra la consejera Yaqueline Ortiz Marín, quien manifiesta que se haga cumplir lo concertado en el presente encuentro por parte de Secretaría de Educación Departamental al operador, puesto que en ocasiones anteriores no se ha respetado lo concertado y continuamente se realizan cambios en la minuta y los alimentos que se brindan a los niños, a lo cual la profesional en nutrición, Anyela Constain, responde que de presentarse algún cambio en la minuta o en alguno de los alimentos, se debe informar con la SED para verificar y aprobarse el intercambio de algún alimento o preparación de los mismos. Luego interviene la señora Rosa Caicedo, representante de una asociación productora de chiro, perteneciente a la Asociación de Autoridades Tradicionales Indígenas AWA-CAMAWARI, quien manifiesta que se tenga en cuenta este fruto de producción local, que además es ancestral y pertenece a la dieta diaria de los niños niñas, adolescentes y jóvenes del resguardo.

Posteriormente a estas observaciones, se da inicio a la concertación en la cual la nutricionista Anyela Constain, informa que se dará lectura a los ciclos de menú día por día y semana por semana hasta completar los 20 ciclos de menú proyectados, y que si por parte de las autoridades y la comunidad asistente se pretende realizar algún cambio, deben levantar la mano y manifestar la modificación que desean realizar y ver su viabilidad, o en caso de que se encuentren conformes con el menú se deberá responder que SE APRUEBA.

Se da inicio con la minuta o ciclo de **menú almuerzo** en el cual se obtuvieron las siguientes observaciones:

Semana 1:
Menú N°1: Se da la observación de cambio, plátano amarillo en rodajas por chiro.
Menú N°2: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°3: Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo.
Menú N°4: Se da la observación de cambio, patacones de plátano verde por chiro y cambiar la ensalada de tomate de carne en casquitos por guiso de arveja verde, habichuela y zanahoria
Menú N°5: Se da la observación de cambio, guiso de arveja verde, habichuela y zanahoria por ensalada de tomate de carne en casquitos.

Semana 2:

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

Menú N°6: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°7: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°8: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°9: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°10: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

Semana 3:
Menú N°11: Se da la observación de cambio, frijol rojo o blanquillo guisado dejar sólo frijol rojo.
Menú N°12: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°13: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°14: Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo.
Menú N°15: Se da la observación de cambio, jugo de guayaba en leche por jugo de tomate de árbol en leche.

Semana 4:
Menú N°16: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°17: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°18**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°19**:** Se da la observación de cambio, frijol rojo guisado con plátano verde por frijol rojo guisado con chiro.
Menú N°20**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

A continuación, se da inicio con la minuta o ciclo de **menú complemento alimentario JM/JT** en el cual se obtuvieron las siguientes observaciones:

Semana 1:
Menú N°1: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°2: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°3**:** Se da la observación de adición de granadilla.
Menú N°4: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°5: Se da la observación de quitar la granadilla y adicionarla en el menú 3.

Semana 2:
Menú N°6: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°7: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°8: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°9: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°10**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

Semana 3:
Menú N°11: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°12: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°13: Se da la observación de cambio, porción de fruta papaya por mango.
Menú N°14: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°15: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

Semana 4:
Menú N°16: Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo.
Menú N°17: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°18**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°19**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°20**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

De conformidad a lo anterior, los presentes estudios previos, estipulan las minutas concertadas con las autoridades y los pueblos AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS quienes establecieron el Plan Alimentario Indígena Propio - PAIP para la modalidad Preparada en Sitio (complemento JM/JT, Almuerzo) De igual manera, los mecanismos de almacenamiento, conservación, cocción y transporte de alimentos y plan de remisiones, a fin de garantizar una atención diferencial respetando los usos y costumbres de cada comunidad indígena.

En los términos del numeral 5.1 de la Resolución 18858 del 2018, el Departamento de Nariño deberá contratar el servicio del programa de alimentación escolar en los establecimientos educativos que atienden población mayoritariamente indígena o aquellos que se encuentren en territorio indígena, inicialmente con un OPERADOR INDIGENA, entendido como aquella Autoridad Indígena, Cabildo, Resguardo y/o

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
Asociación de Autoridades Tradicionales y Organización Indígena, quienes deberán cumplir los criterios habilitantes establecidos en el numeral 5..3 de la Resolución 18858 del 2018: **Capacidad administrativa**: demostrar que se cuenta con sede administrativa, personal de apoyo a la administración, manejo contable y un inventario de equipos; acordes al servicio contratado. **Experiencia mínima**: demostrar experiencia mínima de un año en operación de programas de suministro de alimentos o complementos alimentarios a grupos poblacionales, que incluyan preparación en sitio. **Capacidad jurídica**: aportar el documento correspondiente que acredite su existencia y representación legal, y el acta de la Asamblea General conforme a la ley de origen, derecho propio o derecho mayor, de las respectivas comunidades, donde conste haber sido autorizado para la ejecución del PAE. **Modalidad de atención PAE** Asimismo, la Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar – UApA emitió la Resolución 335 de 2021, por medio de la cual se deroga la resolución 29452 de 2017 en torno a los lineamientos Técnicos – Administrativos, los Estándares y las Condiciones Mínimas del Programa de Alimentación Escolar – PAE, por lo cual, dentro de esta resolución se establece que las modalidades a implementar en PAE son: *Artículo 6. Selección de la modalidad de atención del servicio. Hace referencia al tipo de proceso y lugar de elaboración y preparación de los alimentos a suministrar, estableciéndose en su orden de prioridad las siguientes:* *a) Preparada en sitio* *b) Comida caliente transportada* *c) Industrializada* En este sentido, la entidad implementó PAE con las modalidades en mención para la vigencia 2025, lo cual, se llevó a cabo en la operación mayoritaria e indígena, esta última también cumpliendo con la Res. 18858 de 2018, así las cosas, para el caso de la vigencia 2025, se tomará en cuenta las modalidades implementadas en la vigencia 2024, de acuerdo a cada establecimiento educativo, específicamente la implementación de la modalidad Preparada en Sitio e Industrializado, evidenciadas en la base de datos de planeación 2024. Se precisa que los Lineamientos Técnicos Administrativos PAE, contenidos en la Resolución No 18858 del 11 de diciembre de 2018, no determinan condiciones relacionadas con los valores que cada ente territorial debe cancelar por el complemento alimentario, los mismos se establecen del estudio de costos diferencial que la entidad territorial certificada realice y de la disponibilidad de recursos que financien el programa. El valor del complemento puede variar en función de: las condiciones geográficas para el transporte de alimentos, zona urbana y rural, modalidad de suministro, disponibilidad de alimentos, mejoramiento de la complemento, modalidad de vinculación y cantidad necesaria de dinamizadores auxiliares de alimentos, aspectos administrativos, entre otros que considere la entidad territorial, que sustente el estudio de costos respectivo y respete las particularidades de los pueblos indígenas.	
2. OBJETO A CONTRATAR, CON SUS ESPECIFICACIONES ESENCIALES REQUERIDAS PARA SU EJECUCIÓN	
2.1 Objeto:	El Departamento de Nariño requiere contratar la Prestación del servicio y la ejecución del Programa de Alimentación Escolar - PAE en los establecimientos educativos que atienden población mayoritariamente indígena y aquellos que se encuentren ubicados en territorio indígena, en los municipios no certificados del Departamento de Nariño, de conformidad con la Resolución 18858 de 2018, expedida por el Ministerio de Educación Nacional, o las normas que la modifiquen, sustituyan o deroguen, la cual establece los Lineamientos Técnicos - Administrativos, los Estándares y las Condiciones Mínimas del Programa de Alimentación Escolar (PAE) para los Pueblos Indígenas.
2.2. Alcance del objeto contractual.	Para el cumplimiento del objeto de este contrato, y en atención a la Resolución 18858 de 2018 o las normas que la modifiquen, sustituyan o deroguen, el contratista deberá suministrar un complemento alimentario a los niños, niñas, adolescentes de jornada regular y dos complementos a los registrados bajo la estrategia de jornada única; registrados en el SIMAT, de los establecimientos educativos ubicados en municipios no certificados del Departamento de Nariño, pertenecientes a los pueblos indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS, así: **COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO COMPLEMENTO JM/JT – PASTOS- INTY-QUILLA BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025**

MUNICIPIO	COMUNIDAD	COMPLEMENTO JM/JT	DIAS	COMPLEMENTOS
ALDANA	PASTOS	741	23	17.043
CONTADERO		181	23	4.163
CUMBAL		1662	23	38.226
GUACHUCAL		346	23	7.958
PUERRES		76	23	1.748
SANTACRUZ		8	23	184
SAPUYES		19	23	437
TÚQUERRES		147	23	3.381
TOTAL GENERAL		**3180**	**23**	**73.140**

COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO COMPLEMENTO ALMUERZO – PASTOS- INTY-QUILLA BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025

MUNICIPIO	COMUNIDAD	ALMUERZO	DIAS	COMPLEMENTOS
SANTACRUZ	PASTOS	554	23	12.742
TÚQUERRES		717	23	16.491
TOTAL GENERAL		**1271**	**23**	**29.233**

COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO COMPLEMENTO JM/JT J.U. – PASTOS- INTY-QUILLA BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025

MUNICIPIO	COMUNIDAD	COMPLEMENTO JM/JT JU	DIAS	COMPLEMENTOS
SANTACRUZ	PASTOS	212	23	4.876
TÚQUERRES		26	23	598
TOTAL GENERAL		**238**	**23**	**5.474**

COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO COMPLEMENTO ALMUERZO. – AWA SIN ASOCIACIÓN- INTY-QUILLA BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025

MUNICIPIO	COMUNIDAD	ALMUERZO	DIAS	COMPLEMENTOS
SANTACRUZ	AWA SIN ASOCIACIÓN	182	23	4.186
TOTAL GENERAL		182	**23**	**4.186**

COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO COMPLEMENTO ALMUERZO. – AWA CAMAWARI- INTY-QUILLA BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025

MUNICIPIO	COMUNIDAD	CPS ALMUERZO	DIAS	COMPLEMENTOS
RICAURTE	AWA CAMAWARI	45	23	1.035
TOTAL GENERAL		45	**23**	**1.035**

La entidad territorial determinó contratar complementos de acuerdo con la Base de Datos SIMAT con fecha de corte del 14 de mayo 2025, con 3.180 complementos para la modalidad preparada en sitio -**JM/JT** Pueblo PASTOS, 1.271 complemento ALMUERZO Pueblo PASTOS, 238 complemento JM/JT J.U. Pueblo PASTOS, 182 complemento ALMUERZO AWA SIN ASOCIACIÓN y 45 complemento ALMUERZO AWA CAMAWARI, de acuerdo con el Plan Alimentario Indígena Propio de cada pueblo indígena.

DISTRIBUCIÓN DE CUPOS POR MUNICIPIO ANEXO 1

La distribución de cupos por municipio se establece de la siguiente manera:

MUNICIPIO	COMUNIDAD	BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO DE 2025

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

ALDANA	PASTOS	741
CONTADERO		181
CUMBAL		1662
GUACHUCAL		346
PUERRES		76
SANTACRUZ		562
SAPUYES		19
TÚQUERRES		864
TOTAL GENERAL		**4451**

MUNICIPIO	COMUNIDAD	BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO DE 2025
RICAURTE	AWA CAMAWARI	45
TOTAL GENERAL		**45**

MUNICIPIO	COMUNIDAD	BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO DE 2025
SANTACRUZ	AWA SIN ASOCIACIÓN	182
TOTAL GENERAL		**182**

NOTA 1: El número total de cupos a atender por la Entidad Territorial son de **4.678** cupos de acuerdo con la Base de Datos SIMAT con fecha de corte del 14 de mayo de 2025 con 3.418 complementos JM/JT (**incluidos complementos de jornadas únicas**), 1.498 para el complemento **ALMUERZO**, de acuerdo con el Plan Alimentario Indígena Propio de cada pueblo indígena.

NOTA 2: Durante la ejecución del contrato, la distribución de cupos por municipio puede cambiar y redistribuirse entre estos, de conformidad a los cortes de matrícula de SIMAT, sin sobre pasar el valor total del presupuesto; asimismo, la tipología de complementos en las modalidades preparada en sitio e industrializada puede cambiar mes a mes conforme a la información allegada a la SED sobre el concepto sanitario (favorable, favorable con requerimientos y desfavorable) obtenido como resultado de las visitas realizadas por el Instituto Departamental de Salud de Nariño-ISDN en materia de inspección, vigilancia y control a los restaurantes de cada establecimiento educativo y de acuerdo a las condiciones de infraestructura y saneamiento de los mismos, en todo caso la Entidad informará al operador para el respectivo cambio de modalidad.

2.3. Especificaciones técnicas

DEFINICIONES

ALIMENTO: Todo producto natural o artificial, elaborado o no, que ingerido aporta al organismo humano los nutrientes y la energía necesaria para el desarrollo de los procesos biológicos. Se entienden incluidas en la presente definición las bebidas no alcohólicas y aquellas sustancias con que se sazonan algunos comestibles, y que se conocen con el nombre genérico de especias.

ALIMENTO DE MAYOR RIESGO EN SALUD PÚBLICA: Los alimentos que pueden contener microorganismos patógenos y favorecer la formación de toxinas o el crecimiento de microorganismos patógenos y alimentos que pueden contener productos químicos nocivos.

ALIMENTO CONTAMINADO: Alimento que presenta o contiene agentes y lo sustancias extrañas de cualquier naturaleza en cantidades superiores a las permitidas en las normas nacionales, o en su defecto en normas reconocidas internacionalmente.

ALIMENTO ADULTERADO: Es aquel:
a) Al cual se le ha sustraído parte de los elementos constituyentes, reemplazándolos o no por otras sustancias.
b) Que haya sido adicionado con sustancias no autorizadas.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	c) Que haya sido sometido a tratamientos que disimulen u oculten sus condicione originales d) Que por deficiencias en su calidad normal hayan sido disimuladas u ocultadas, en forma fraudulenta, sus condiciones originales. **ALIMENTO FRAUDULENTO**: Es aquel que: a) Se le designe o expenda con nombre o calificativo distinto al que le corresponde. b) Su envase, rótulo o etiqueta contenga diseño o declaración ambigua, falsa o que pueda inducir o producir engaño o confusión respecto de su composición intrínseca y uso. c) No proceda de sus verdaderos fabricantes o importadores declarados en el rótulo o que tenga la apariencia y caracteres generales de un producto legítimo, protegido o no por marca registrada y que se denomine como éste, sin serlo. d) Aquel producto que de acuerdo a su riesgo y a lo contemplado en la presente resolución, requiera de registro, permiso o notificación sanitaria y sea comercializado, publicitado o promocionado como un alimento, sin que cuente con el respectivo registro, permiso o notificación sanitaria. **ALIMENTO PERECEDERO:** El alimento que, en razón de su composición, características fisicoquímicas y biológicas, pueda experimentar alteración de diversa naturaleza en un tiempo determinado y que, por lo tanto, exige condiciones especiales de proceso, conservación, almacenamiento, transporte y expendio. **AUTORIDADES SANITARIAS COMPETENTES**: Son autoridades sanitarias, el Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos y Alimentos - INVIMA - y las Entidades Territoriales de Salud que, de acuerdo con la ley, ejercen funciones de inspección, vigilancia y control, y adoptan las acciones de prevención y seguimiento para garantizar el cumplimiento de lo dispuesto en la presente resolución. **BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA:** Son los principios básicos y prácticos generales de higiene en la manipulación, preparación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte y distribución de alimentos para consumo humano, con el objeto de garantizar que los productos en cada una de las operaciones mencionadas cumplan con las condiciones sanitarias adecuadas, de modo que se disminuyan los riesgos inherentes a la producción. **CALENDARIO INDIGENA:** Para efectos de la atención, implementación y operación del Programa de Alimentación Escolar para Pueblos Indígenas, el calendario cultural que hace parte de los Proyectos Educativos Comunitarios corresponderá a los períodos anuales de 40 semanas de duración para un promedio de 180 días de calendario escolar, en los cuales los niños, niñas, adolescentes y jóvenes indígenas que se encuentren en la respectiva jornada escolar, se beneficiarán del programa. **CONCEPTO SANITARIO**: Es el concepto emitido por la autoridad sanitaria una vez realizada la inspección, vigilancia y control al establecimiento donde se fabriquen, procesen, preparen, envasen, almacenen, transporten, distribuyan, comercialicen, importen o exporten alimentos o sus materias primas. Este concepto puede ser favorable o desfavorable, dependiendo de la situación encontrada. **CONCERTACIÓN:** Mecanismo de la planeación que permite articular las decisiones de los distintos sectores de acuerdo a prioridades y compromete a cada sector responsable hacia el logro de objetivos. **COMITÉ DE DINAMIZADORES:** Grupo de actores comunitarios que realizará seguimiento, monitoreo y control al desarrollo del PAE, para contribuir a la garantía del adecuado funcionamiento del programa.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	CICLO DE MENÚS: Corresponde al conjunto de menús diarios, derivados de una minuta patrón que se establece para un número determinado de días y que se repite a lo largo de un periodo. **DESINFECCIÓN DESCONTAMINACIÓN:** Es el tratamiento fisicoquímico o biológico aplicado a las superficies limpias en contacto con el alimento con el fin de destruir las células vegetativas de los microorganismos que pueden ocasionar riesgos para la salud pública y reducir sustancialmente el número de otros microorganismos indeseables, sin que dicho tratamiento afecte adversamente la calidad e inocuidad del alimento. **DINAMIZADORES PAE:** Personas que actúan e interactúan en el proceso de implementación y desarrollo del PAE en los establecimientos educativos. **FASE DE ALISTAMIENTO:** Son las actividades y requisitos que debe cumplir el operador antes del inicio de la operación. **FASE DE EJECUCIÓN:** Corresponde al desarrollo de las actividades propias del programa de alimentación escolar a cargo del contratista que resulte adjudicatario de la operación. **HIGIENE DE LOS ALIMENTOS:** Todas las condiciones y medidas necesarias para asegurar la inocuidad y la aptitud de los alimentos en cualquier etapa de su manejo. **INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS:** Es la garantía de que los alimentos no causarán daño al consumidor cuando se preparen y consuman de acuerdo con el uso al que se destina. **LINEAMIENTOS TECNICOS – ADMINISTRATIVOS:** Documento emitido por el Ministerio de Educación Nacional en el que se definen las condiciones, los elementos técnicos y administrativos mínimos que deben tener o cumplir todos los actores y operadores del Programa para la prestación de un servicio de alimentación escolar con calidad, y poder ejecutar acciones dentro del mismo. **MANIPULADOR DE ALIMENTOS:** Es toda persona que interviene directamente, en forma permanente u ocasional, en actividades de fabricación, procesamiento, preparación, envase, almacenamiento, transporte y expendio de alimentos. **MINUTA PATRON:** Patrón de alimentos por grupos, en medidas, cantidades y frecuencias, para consumir en uno o varios tiempos de comida, que se ajusta a los requerimientos calóricos y de nutrientes de una población determinada de acuerdo con el ciclo vital en que se encuentre. **MODALIDAD:** se refiere al proceso y lugar de elaboración y preparación de los alimentos a suministrar. La selección de la modalidad dependerá de las condiciones de la infraestructura del comedor escolar, acceso a servicios públicos, dotación de equipos, así como de la ubicación geográfica del establecimiento educativo que pueda afectar las condiciones de calidad e inocuidad de los alimentos. Teniendo en cuenta lo anterior, se establecen las siguientes modalidades: **MODALIDAD PREPARADA EN SITIO:** se entregará esta modalidad en aquellos casos donde la infraestructura de la institución educativa cumpla con las especificaciones establecidas en la normatividad sanitaria vigente, permita la preparación de los alimentos directamente en las instalaciones del comedor escolar y garantice la calidad e inocuidad de los mismos. El comedor escolar debe presentar concepto sanitario favorable o favorable con requerimientos emitido por la autoridad sanitaria competente. **MODALIDAD INDUSTRIALIZADA:** se entregará este tipo de modalidad en casos donde la infraestructura de la institución educativa NO permita la preparación de los alimentos directamente en las instalaciones del comedor escolar y no garantiza la calidad e inocuidad de los alimentos, o el concepto

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	sanitario emitido por la autoridad competente sea desfavorable, por lo tanto, es necesario suministrar un complemento alimentario listo para el consumo compuesto por alimentos no procesados (frutas) y alimentos procesados. Adicionalmente, el contratista podrá implementar este tipo de complemento dependiendo de las condiciones de operación que dificulten proporcionar complemento preparado en sitio. **OPERADOR PAE:** persona contratada para realizar la prestación del servicio del Programa de Alimentación Escolar en las instituciones educativas, haciendo entrega del complemento alimentario a los estudiantes beneficiarios, de acuerdo con los lineamientos, estándares y condiciones mínimas señaladas por el Ministerio de Educación Nacional y las obligaciones del contrato. **OPERADOR INDIGENA:** Es aquella autoridad indígena, cabildo, resguardo y/o asociación de autoridades tradicionales en su calidad de entidades públicas de carácter especial, y organización indígena en su condición de entidad sin ánimo de lucro, contratada para ejecutar el Programa de Alimentación Escolar en aquellos establecimientos educativos que atienden población mayoritariamente indígena o que se encuentren en territorio indígena. **OPERADOR EXTERNO:** Es aquella persona (jurídica o natural) que no es operador indígena, contratada para realizar la prestación del servicio del Programa de Alimentación Escolar en aquellos establecimientos educativos que atienden población mayoritariamente indígena o que se encuentren en territorio indígena. **TIPO DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL:** el contratista deberá suministrar el complemento alimentario en cada uno de los municipios a atender del Departamento de Nariño según tipo y modalidad de complemento así: ✓ **Según tiempo de consumo:** Hace referencia al momento del día en que se suministra el alimento: complemento alimentario jornada mañana, complemento alimentario jornada de la tarde, complemento alimentario almuerzo. - **Complemento alimentario jornada mañana**: este tipo de complementos se recomienda para las niñas, niños y adolescentes que, según los criterios de focalización, son población objetivo del Programa y se encuentran matriculados en la jornada mañana. - **Complemento alimentario jornada de la tarde:** este tipo de complemento se recomienda para las niñas, niños y adolescentes que, según los criterios de focalización, son población objetivo del Programa y se encuentran matriculados en la jornada tarde. - **Complemento alimentario almuerzo:** Este tipo de complementos se recomienda para los niños, niñas, adolescentes y jóvenes que, según los criterios de focalización, son población objetivo del Programa y hacen parte de la estrategia de Jornada Única, se encuentran en zona rural dispersa o en el servicio de internado escolar. **OLLA COMUNITARIA:** Tradición ancestral de los pueblos indígenas que transmite valores culturales de la alimentación propia, fomenta convivencia armónica, solidaridad, reciprocidad, cohesión del pueblo. **PLAN ALIMENTARIO INDIGENA PROPIO:** Estrategia de programación alimentaria mediante la cual los pueblos indígenas determinan los menús que se suministrarán en los establecimientos educativos a través de la implementación del PAE, bajo la modalidad de olla Comunitaria. **PROGRAMA DE ALIMENTACION ESCOLAR:** Estrategia estatal que promueve el acceso con permanencia de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en el sistema educativo oficial, a través del suministro de un complemento alimentario durante la jornada escolar, para mantener los niveles de atención, impactar de forma positiva los procesos de aprendizaje, el desarrollo cognitivo, disminuir el ausentismo y la deserción y fomentar estilos de vida saludables.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

CICLOS DE MENÚ POBLACIÓN AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS, VIGENCIA 2025

El contratista se obliga a la entrega de los siguientes elementos con las características técnicas y cantidades por modalidad de atención descritas a continuación:

PUEBLO LOS PASTOS:

CICLOS DE MENÚ CON MODALIDAD PARA PREPARAR EN SITIO - COMPLEMENTO ALMUERZO PUEBLO INDÍGENA PASTOS:

CICLO DE MENÚ ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	NARIÑO		MUNICIPIO		
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X	
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		COMUNIDAD INDÍGENA DEL PUEBLO LOS PASTOS		
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS SIATUADOS EN TERRITORIO INDÍGENA DEL PUEBLO LOS PASTOS				
SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
ALIMENTO PROTEICO	CARNE ROJA A LA PLANCHA / LENTEJA GUISADA	PECHUGA DE POLLO ASADA	HUEVO COCINADO / FRIJOL ROJO GUISADOS	CARNE DE RES SUDADA	TRUCHA A LA PLANCHA
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PASTA GUISADA + ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA COCIDA	MOLO DE PAPA CRIOLLA	TAJADA DE PLATANO MADURO FRITO	PAPA COCIDA	PAPA AL VAPOR
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (sal y limón)	ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA (sal y limón)	TOMATE EN CASCOS CON PEREJIL	OLLOCOS GUISADOS CON CEBOLLA Y TOMATE	ZANAHORIA GUISADA
FRUTA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	COLADA DE AVENA EN LECHE	JUGO DE MANGO EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE
LÁCTEO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTEICO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	HUEVO REVUELTO / FRIJOL GUISADO	CARNE DE CERDO ASADA	CARNE DE RES SUDADA	POLLO A LA PLANCHA / LENTEJAS GUISADAS
CEREAL ACOMPAÑANTE	PASTA GUISADA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PLATANO MADURO COCINADO	PAPA AL VAPOR	MOLO DE PAPA CRIOLLA	PAPA SUDADA CON CEBOLLA Y TOMATE	YUCA COCINADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ACELGA GUISADA	TOMATE EN RODAJAS	ENSALADA DE ZANAHORIA CON HABICHUELA	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	GUISO DE CALABAZA CON CHOCLO
FRUTA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE
LÁCTEO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
ALIMENTO PROTEICO	PECHUGA DE POLLO SUDADA / LENTEJA GUISADA	CARNE DE RES DESHILADA SUDADA	HUEVOS REVUELTOS / LENTEJAS GUISADAS	PECHUGA DE POLLO SUDADA	CARNE DE RES SUDADA
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PASTA GUISADA	ARROZ BLANCO
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA COCIDA	PAPA CRIOLLA COCIDA	PAPA AL PEREJIL	PAPA AL VAPOR	MOLO DE PAPA CRIOLLA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE LECHUGA CON LIMON	ENSALDA DE TOMATE EN CASCOS	OLLOCOS GUISADOS
FRUTA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE
LÁCTEO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
ALIMENTO PROTEICO	CARNE ROJA ASADA	PECHUGA DE POLLO SUDADA	HUEVO FRITO / FRIJOL ROJO GUISADO	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA / ARVEJA GUISADA
CEREAL ACOMPAÑANTE	PASTA GUISADA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PLATANO MADURO FRITO	PATACONES	MOLO DE PAPA CRIOLLA	PAPA AL VAPOR	PAPA CRIOLLA FRITA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	CHOCLO COCIDO	ENSALADA PEPINO Y ZANAHORIA(LIMON)	TOMATE EN CASCOS CON PEREJIL	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE	ZANAHORIA GUISADA
FRUTA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE
LÁCTEO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REVISA POR PARTE DE LA ETC LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS			MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436	

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

CICLOS DE MENÚ CON MODALIDAD PARA PREPARAR EN SITIO - COMPLEMENTO JORNADA MAÑANA/TARDE PUEBLO INDÍGENA PASTOS:

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / JORNADA TARDE					
OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	NARIÑO		MUNICIPIO		
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X	
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	APLICA PARA AQUELLOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS EN DONDE SE ECUENTRE UBICADA LA POBLACIÓN INDÍGENA LOS PASTOS				
SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA CON LECHE	Chocolate en leche	Colada de cebada en leche	Agua de panela en leche	Colada de avena en leche	Colada de arrocillo en leche
ALIMENTO PROTEICO	Pollo guisado	Lenteja guisada	Carne de res sudada	Huevo revuelto	frijol rojo
CEREAL ACOMPAÑANTE	Arroz blanco	Papa cocinada	Pasta guisada	Plátano maduro frito en tajadas	arroz blanco
FRUTA	Porción de fruta de cosecha(aclarando que no seafruta citrica naranja-mandarina)		Porción de fruta de cosecha(que no sea fruta citrica naranja-mandarina)		
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA CON LECHE	Colada de quinua en leche	Chocolate en leche	Colada de maiz molido en leche	Agua de panela en leche	Colada de cebada en leche
ALIMENTO PROTEICO	Huevo frito	Pollo sudado	Frijol rojo guisado	Arveja guisada	Carne de cerdo sudada
CEREAL ACOMPAÑANTE	Papa cocinada	Puré de papa amarilla	Arroz blanco	Arroz blanco	Pasta guisada
FRUTA	Arroz blanco	Porción de fruta de cosecha(que no sea citrica naranja-mandarina)		Porción de fruta de cosechaque no sea citrica naranja-mandarina)	
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA CON LECHE	Colada de avena en leche	Mazamorra en leche	Chocolate en leche	Colada de quinua en leche	Agua de panela en leche
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res deshilada sudada	Lenteja guisada	Pollo sudado	Huevo perico (tomate y cebolla)	Frijol rojo guisado
CEREAL ACOMPAÑANTE	Papa cocinada	Arroz blanco	Plátano maduro frito en tajadas	Arroz blanco	Arroz blanco
FRUTA	Arroz blanco		Porción de fruta de cosecha(que no sea fruta citrica naranja-mandarina)		Porción de fruta de cosechaque no sea citrica naranja-mandarina)
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA CON LECHE	Colada de arrocillo en leche	Agua de panela en leche	Colada de quinua en leche	Chocolate en leche que sea en polvo	Colada de avena en leche
ALIMENTO PROTEICO	Garbanzo guisado	Huevo revuelto	Pollo sudado	Frijol blanco guisado	Carne de cerdo sudada
CEREAL ACOMPAÑANTE	Arroz blanco	Pasta guisada	Puré de papa amarilla	Arroz blanco	Papa cocinada
FRUTA	Porción de fruta de cosechaque no sea citrica naranja-mandarina)			Porción de fruta de cosecha que no sea citrica naranja-mandarina)	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REVISA POR PARTE DE LA ETC LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS			MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral		MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436	

NOTA 1: Ofrecer agua apta para consumo humano. Su inclusión debe realizarse paulatinamente, con la finalidad de fomentar hábitos y estilos de vida saludables en los beneficiarios del Programa de Alimentación Escolar. NOTA 2: Frutas: Frescas y Enteras. No se permite la entrega de naranja y banano más de tres veces en un ciclo.

AWÁ SIN ASOCIACIÓN:

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

CICLOS DE MENÚS CON MODALIDAD PARA PREPARAR EN SITIO - COMPLEMENTO ALMUERZO PUEBLO INDÍGENA AWÁ SIN ASOCIACIÓN

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS					
ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	NARIÑO			MUNICIPIO	
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X	
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					
SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
ALIMENTO PROTÉICO	ATUN GUISADO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA / FRIJOL ROJO	HUEVO COCINADO	CARNE DE RES GUISADA / LENTEJA GUISADA
CEREAL	ESPAGUETTIS / ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA COMUN COCINADA	PAPA COMUN COCIDA	TROCITOS DE YUCA COCINADA	PATACONES DE PLÁTANO VERDE	PLATANO AMARILLO EN RODAJAS
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GUISO DE ARVEJA VERDE, HABICHUELA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE	TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE
BEBIDA	AGUA DE PANELA EN LECHE	NARANJADA	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE	JUGO DE PIÑA EN AGUA	COLADA DE AVENA EN LECHE
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTÉICO	HUEVO FRITO / LENTEJA GUISADA	ATUN (ACEITE) GUISADO	CARNE DE RES SUDADA / FRIJOL ROJO CON PLATANO VERDE	CARNE DE CERDO FRITA	PECHUGA DE POLLO SUDADO / FRIJOL ROJO
CEREAL	ARROZ BLANCO	ESPAGETTIS / ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PLATANO MADURO COCINADO	PAPA AMARILLA FRITA	PALATO INCLUIDO EN FRIJOL	YUCA SUDADA	RODAJAS DE PAPA COMUN SUDADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	ENSALADA DE CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE CON LIMON Y SAL	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA CON SAL Y LIMÓN	TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS CON SAL Y LIMON
BEBIDA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL EN LECHE	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE (GRANILLO)	LIMONADA	JUGO DE LULO EN AGUA	COLADA DE AVENA EN LECHE
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
ALIMENTO PROTÉICO	HUEVO REVUELTO / LENTEJAS GUISADAS	PECHUGA DE POLLO SUDADO / FRIJOL ROJO	CARNE DE RES CON VERDURAS (ARVEJA VERDE, HABICHUELAS, ZANAHORIA, TOMATE DE CARNE Y CEBOLLA CABEZONA)	ATUN GUISADO / BLANQUILLO GUISADO	CARNE DE RES SUDADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS CON ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PLATANO AMARILLO EN TAJADAS	PATACONES DE PLÁTANO VERDE	PAPA COMÚN FRITA	YUCA COCINADA	PURE DE PAPA AMARILLA
ENSALADA	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y AGUACATE	VERDURAS EN LA CARNE	TOMATE EN CASQUITOS CON LIMON Y SAL	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE CON LIMON Y SAL
BEBIDA	COLADA DE HARINA DE PLATANO EN LECHE	LIMONADA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	JUGO DE LULO EN AGUA	JUGO DE TOMATE EN LECHE
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
ALIMENTO PROTÉICO	HUEVO PERICO / LENTEJA GUISADA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA DE POLLO DESMECHADO / FRIJOL ROJO GUISADO CON PLATANO VERDE	CARNE DE RES FRITA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS (PIMENTON) / ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA O YUCA COCINADA	PURÉ DE PAPA AMARILLA	PAPA COMÚN FRITA		PAPA COMUN COCINADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE ZANAHORIA CON CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE DE CARNE	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE CON LIMON Y SAL	GUISO DE ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE, LIMON Y SAL	ENSALADA DE LECHUGA CON TOMATE, LIMON Y SAL
BEBIDA	JUGO DE MANGO EN LECHE	JUGO DE MARACUYA EN AGUA	LIMONADA	COLADA DE HARINA DE PLATANO EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
Nota: Frutas jugo con leche: papaya, banano, guayaba, curuba, tomate de arbol, mango. Fruta jugo en agua: naranja, maracuya, guayaba, piña, tomate de arbol, mango, mora.					
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS			ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO		
FIRMA			MATRICULA PROFESIONAL	1233194602	

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

CICLOS DE MENÚS CON MODALIDAD PARA PREPARAR EN SITIO - COMPLEMENTO JORNADA MAÑANA/TARDE PUEBLO INDÍGENA AWÁ SIN ASOCIACIÓN

PLANEACION CICLO DE MENUS					
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO					
OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	NARIÑO		MUNICIPIO		
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X	
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					
SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA (LÁCTEOS)	ARROZ BLANCO	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCINADO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES FRITA	HUEVOS REVUELTOS	FRIJOL GUISADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	JUGO DE TOMATE EN LECHE		PORCIÓN DE FRUTA (GRANADILLA)		
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA (LÁCTEOS)	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE CUCHUCO DE MAIZ CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	COLADA DE HARINA PLATANO CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	BLANQUILLO GUISADO Y HUEVO COCINADO	CARNE DE RES SUDADA	HUEVO REVUELTO	PECHUGA DE POLLO DESMECHADA	HUEVO PERICO
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO MOLO DE PAPA AMARILLA	ARROZ BLANCO PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	ARROZ BLANCO ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS,	ARROZ BLANCO
FRUTA		PORCION DE FRUTA PIÑA		PORCION DE FRUTA BANANO	
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA (LÁCTEOS)	COLADA DE AVENA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJA GUISADA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	HUEVO COCINADO	CARNE DE RES GUISADA	LENTEJAS GUISADAS
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO PAPA AMARILLA FRITA	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS Y PIMENTON)	ARROZ BLANCO MOLO DE PAPA AMARILLA	ARROZ BLANCO ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS Y
FRUTA			PORCIÓN DE FRUTA DE MANGO		PORCIÓN DE FRUTA DE PIÑA
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA (LÁCTEOS)	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE PLATANO CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOL ROJO	HUEVO REVUELTO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA DE POLLO DESMECHADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS, PIMENTON)	PLATANO MADURO FRITO ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	PORCION DE FRUTA NARANJA/MANDARINA			PORCIÓN DE FRUTA GRANADILLA	
Nota: Frutas jugo con leche: papaya, banano, guayaba, curuba, tomate de arbol, mango. Fruta jugo en agua: naranja, maracuya, guayaba, piña, tomate de arbol, mango.					
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS			LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman		MATRICULA PROFESIONAL	1085342662	

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

AWÁ CON ASOCIACIÓN:

CICLOS DE MENÚS CON MODALIDAD PARA PREPARAR EN SITIO - COMPLEMENTO ALMUERZO PUEBLO INDÍGENA AWÁ CON ASOCIACIÓN

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS

ALMUERZO PREPARADO EN SITIO

OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	NARIÑO		MUNICIPIO		
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X	
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES GUISADA / LENTEJA GUISADA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA / FRIJOL ROJO	HUEVO COCINADO	ATUN GUISADO
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS / ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	CHIRO EN TAJADAS	PAPA COMUN COCIDA	TROCITOS DE YUCA COCINADA	PATACONES DE CHIRO	PAPA COMUN COCINADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE	GUISO DE ARVEJA VERDE, HABICHUELA Y ZANAHORIA	TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS
BEBIDA	COLADA DE AVENA EN LECHE	NARANJADA	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE	JUGO DE PIÑA EN AGUA	AGUA DE PANELA EN LECHE

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE CERDO FRITA	PECHUGA DE POLLO SUDADO / LENTEJA GUISADA	CARNE DE RES SUDADA / FRIJOL ROJO CON PLATANO VERDE	ATUN (ACEITE) GUISADO	HUEVO FRITO / FRIJOL ROJO GUISADO
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGETTIS / ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	YUCA SUDADA	RODAJAS DE PAPA COMUN SUDADA	PALATO INCLUIDO EN FRJOL	PAPA AMARILLA FRITA	PLATANO MADURO COCINADO
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA CON SAL Y LIMÓN	TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS CON SAL Y LIMON	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE	ENSALADA DE CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE CON LIMON Y SAL	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA
BEBIDA	JUGO DE LULO EN AGUA	COLADA DE AVENA EN LECHE	LIMONADA	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE (GRANILLO)	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL EN LECHE

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
ALIMENTO PROTEÍCO	PECHUGA DE POLLO SUDADO / FRIJOL ROJO	HUEVO REVUELTO / LENTEJAS GUISADAS	CARNE DE RES CON VERDURAS (ARVEJA VERDE, HABICHUELAS, ZANAHORIA, TOMATE DE CARNE Y CEBOLLA CABEZONA)	ATUN GUISADO / FRIJOL ROJO	CARNE DE RES SUDADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS CON ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PATACONES DE PLÁTANO VERDE	PLATANO AMARILLO EN TAJADAS	PAPA COMÚN FRITA	YUCA COCINADA	PURE DE PAPA AMARILLA
ENSALADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y AGUACATE	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE	VERDURAS EN LA CARNE	TOMATE EN CASQUITOS CON LIMON Y SAL	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE CON LIMON Y SAL
BEBIDA	LIMONADA	COLADA DE HARINA DE PLATANO EN LECHE	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	JUGO DE LULO EN AGUA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL EN LECHE

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES FRITA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA DE POLLO DESMECHADO / FRIJOL ROJO GUISADO CON CHIRO VERDE	HUEVO PERICO / LENTEJA GUISADA
CEREAL	ESPAGUETTIS (PIMENTON) / ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA COMUN COCINADA	PURE DE PAPA AMARILLA	PAPA COMÚN FRITA	-	PAPA O YUCA COCINADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA CON TOMATE, LIMON Y SAL	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE CON LIMON Y SAL	GUISO DE ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE, LIMON Y SAL	ENSALADA DE ZANAHORIA CON CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE DE CARNE
BEBIDA	CHOCOLATE EN LECHE	JUGO DE MARACUYA EN AGUA	LIMONADA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO EN LECHE	JUGO DE MANGO EN LECHE

Nota: Frutas jugo con leche: papaya, banano, guayaba, curuba, tomate de arbol, mango. Fruta jugo en agua: naranja, maracuya, guayaba, piña, tomate de arbol, mango, mora.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		LAURA ROMAN NIEVES	
FIRMA	Laura Roman	MATRICULA PROFESIONAL	1085342662

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

CICLOS DE MENÚS CON MODALIDAD PARA PREPARAR EN SITIO - COMPLEMENTO JORNADA MAÑANA/TARDE PUEBLO INDÍGENA AWÁ CON ASOCIACIÓN

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS					
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO					
OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	NARIÑO		MUNICIPIO		
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X		
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA					
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					
SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA (LÁCTEOS)	ARROZ BLANCO	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCINADO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES FRITA	HUEVOS REVUELTOS	FRIJOL GUISADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	JUGO DE TOMATE EN LECHE		PORCIÓN DE FRUTA (GRANADILLA)		
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA (LÁCTEOS)	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE CUCHUCO DE MAIZ CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	COLADA DE HARINA PLATANO CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	BLANQUILLO GUISADO Y HUEVO COCINADO	CARNE DE RES SUDADA	HUEVO REVUELTO	PECHUGA DE POLLO DESMECHADA	HUEVO PERICO
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO MOLO DE PAPA AMARILLA	ARROZ BLANCO PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	ARROZ BLANCO ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS,	ARROZ BLANCO
FRUTA		PORCIÓN DE FRUTA PIÑA		PORCIÓN DE FRUTA BANANO	
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA (LÁCTEOS)	COLADA DE AVENA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJA GUISADA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	HUEVO COCINADO	CARNE DE RES GUISADA	LENTEJAS GUISADAS
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO PAPA AMARILLA FRITA	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS Y PIMENTON)	ARROZ BLANCO MOLO DE PAPA AMARILLA	ARROZ BLANCO ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS Y
FRUTA			PORCIÓN DE FRUTA DE MANGO		PORCIÓN DE FRUTA DE PIÑA
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA (LÁCTEOS)	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE PLATANO CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOL ROJO	HUEVO REVUELTO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA DE POLLO DESMECHADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS, PIMENTON)	PLATANO MADURO FRITO ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	PORCIÓN DE FRUTA NARANJA/MANDARINA			PORCIÓN DE FRUTA GRANADILLA	
Nota: Frutas jugo con leche: papaya, banano, guayaba, curuba, tomate de arbol, mango. Fruta jugo en agua: naranja, maracuya, guayaba, piña, tomate de arbol, mango.					
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS			LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman		MATRICULA PROFESIONAL	1085342662	

2.4 Clasificación UNSPSC:	**Grupo**	F	Servicios
	Segmento	93	Servicios Políticos y de Asuntos Cívicos
	Familia	13	Ayuda y asistencia humanitaria
	Clase	16	Planeación y programas de políticas de alimentación y nutrición
	Producto	08	Servicios de suministro de alimentos.
		09	Políticas o programas de ayuda alimentario
		11	Servicios de seguridad alimentaria
	CÓDIGO UNSPSC: 93131608, 93131609,93131611		
2.5. Autorizaciones y Permisos:	El Secretario de Educación Departamental cuenta con las autorizaciones y facultades para suscribir contratos de conformidad con la Resolución 091 del 21 de agosto de 2020 aclarada mediante oficio expedido el 25 de agosto de 2020 por la Dra. Ana María González Bernal, Jefe de la Oficina Jurídica.		
2.6. Plazo para la Ejecución:	El plazo de ejecución del contrato será de veintitrés (23) días de calendario escolar vigencia 2025, contados a partir de la suscripción del acta de inicio de entrega efectiva de complementos, previo cumplimiento de los requisitos de ejecución. La prestación del servicio se ajustará al Calendario Académico del año lectivo 2025 de los establecimientos educativos oficiales de preescolar, básica y media ubicados en los municipios no certificados del Departamento de Nariño,		

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	específicamente aquellos pertenecientes a los pueblos indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS.
2.7 Lugar de Ejecución:	El contratista deberá entregar los complementos en cada una de las sedes de los establecimientos educativos donde exista población indígena de los pueblos indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS , de conformidad con el anexo 1.
2.8 Banco de Proyectos:	"Proyecto denominado "IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR PAE EN LOS MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE NARIÑO, VIGENCIA 2025" (Código BPIN: 2024003520104) el cual ha sido **actualizado para la presente vigencia fiscal** dentro de la Inversión Pública Departamental. Este proyecto cuenta con un **Certificado de Actualización de Viabilidad Favorable** expedido por la Secretaría de Educación el 25 de marzo de 2025, y su inclusión en el Plan de Desarrollo Departamental 2024-2027 "Nariño, región, país para el mundo"..
2.9 Obligaciones específicas del Contratista:	**OBLIGACIONES ESPECIFICAS DEL CONTRATISTA** **1.** Acatar las actividades contempladas en los Lineamientos Técnicos Administrativos, los estándares y las condiciones mínimas del Programa de Alimentación Escolar – PAE – para pueblos indígenas contenidas en la Resolución número 18858 de 2018 expedido por el MEN, sus anexos, o documentos que la modifiquen, adicionen o deroguen y las demás condiciones y especificaciones consideradas por la SED NARIÑO, UApA como pertinentes y que harán parte integral del proceso de alistamiento y operación de todas las etapas del programa. **2.** Garantizar la implementación y cumplimiento del Plan Alimentario Indígena Propio – PAIP de los pueblos AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS anexo al presente contrato y que hacen parte integral del mismo, siendo esta una estrategia de programación alimentaria mediante la cual los pueblos indígenas determinaron los menús que se suministrarán en los establecimientos educativos, bajo la modalidad de olla comunitaria a través de la implementación del PAE. **3.** Prestar el servicio de alimentación escolar durante los días de atención con estudiantes, determinados en el calendario escolar definido por la Secretaría de Educación y por los días efectivos de operación que fueran contratados, exceptuando el día de la excelencia educativa o día **E** fijado por el Ministerio de Educación Nacional, así como recesos en casos de fuerza mayor o caso fortuito. **5.** Cumplir a cabalidad con las obligaciones contraídas en el marco del contrato para lo cual deben planear y organizar el suministro diario de los alimentos, y asegurar que el personal que se requiera para llevar a cabo las actividades desarrolladas durante la ejecución del PAE en las diferentes etapas del proceso, tenga la idoneidad y experiencia suficiente para el cumplimiento de sus funciones. **6.** Los complementos alimentarios deben ser entregados en los establecimientos educativos para consumo inmediato, garantizando que el espacio donde se sirva los alimentos cuente con las condiciones sanitarias y calidad en los procesos de compra, almacenamiento, producción y distribución de los alimentos. **7.** Garantizar en todo momento que los procesos de compra, verificación, alistamiento, organización, distribución, preparación y consumo de los alimentos perecederos y no perecederos y para las modalidades preparada en sitio e industrializadas, conserven sus características de inocuidad e higiene garantizando el cumplimiento del Decreto 539 de 2014 y la normatividad vigente en regulación de la materia. El contratista no puede bajo ningún aspecto considerar la compra de alimentos adulterados, de contrabando, alterados y/o contaminados, con fechas de vencimiento cumplidas o que se venzan durante el periodo de almacenamiento planeado. **8.** El contratista deberá almacenar, conservar y transportar los alimentos de acuerdo al Plan Alimentario Indígena Propio para los pueblos indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS (Anexo PAIP Pueblos AWÁ SIN ASOCIACION Y PASTOS 2025). **9.** Garantizar que los alimentos cumplan con las condiciones de calidad e

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	inocuidad para lograr el aporte de energía y nutrientes definidos; y prevenir las enfermedades trasmitidas por alimentos (ETA). Estas condiciones deben acompañar a los alimentos hasta su consumo final, para lo cual es necesario cumplir con la circular externa del INVIMA No DAB 4000- 082-22 y anexos "Actualización de la circular 400-0201-17 en cuanto a los criterios técnicos y normativos sobre los requisitos sanitarios que deben cumplir los fabricantes, procesadores, envasadores, bodegas de almacenamiento, transportadores, distribuidores y comercializadores de alimentos y bebidas de los programas sociales" y con los estándares de calidad exigidos por la normativa colombiana vigente (Resoluciones, Acuerdos, Circulares, Decretos) o en su defecto, se tendrán en cuenta las normas NTC, en sus versiones vigentes, referidas en las Normas Técnicas Colombianas (NTC) dadas por el Instituto Colombiano de Normas Técnicas y Certificación ICONTEC, como Organismo Nacional de Normalización. **10.** El contratista deberá entregar los bienes y servicios directamente en los establecimientos educativos en los tiempos establecidos en el plan de remisiones del PAIP de cada uno de los pueblos indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS (Anexo PAIP Pueblos AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS 2025). Es importante suministrar el plan de rutas en el formato establecido por la SED, cinco (5) días previo al inicio de mes. **11.** El contratista deberá realizar los recorridos de entrega de víveres, elementos e insumos de limpieza y desinfección, servicio de gas y demás bienes y servicios necesarios para la implementación de PAIP, en aquellos casos que no se disponga de servicio de red, de acuerdo al plan de rutas establecido en la fase de alistamiento: la entrega de los mismos debe ser acorde a los cupos atendidos, ciclos de menú y modalidad de prestación de servicio. Es importante suministrar el plan de rutas en el formato establecido por la SED, cinco (5) días previo al inicio de mes. **12.** Cumplir con la lista de intercambio determinada en el anexo (Anexo PAIP Pueblos AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS 2025). El intercambio solo procede cuando no haya disponibilidad de un alimento del menú diario planeado, y se puede intercambiar por otro que se encuentre en la lista de intercambios, dentro del mismo grupo de alimentos y previamente aprobado por la entidad, con el objeto de asegurar que los intercambios sean apropiados para mantener el aporte nutricional requerido diariamente y para facilitar el control de los precios, sin alterar el valor nutricional del complemento. Dicho intercambio debe ser solicitado con cinco (5) días de antelación y aprobados por escrito por la supervisión del contrato. Adicionalmente, estos cambios deben ser registrados especificando el motivo del cambio para dar seguimiento al cumplimiento del ciclo de menú y se deberá dejar copia de la autorización en el establecimiento educativo donde se aplicará el cambio y en la ETC. **13.** El contratista deberá presentar la propuesta del ciclo de menú para intercambio de alimentos con la siguiente información: a. Nombre del operador b. Número de cada menú c. Nombre especifico de cada preparación y no confundir el nombre de la preparación con el nombre propio del alimento. d. Oficio en el cual se dé a conocer las dificultades para la adquisición del alimento otorgado por parte de la empresa proveedora del mismo, el cual será empleado como soporte para la viabilidad o no del intercambio de alimentos. **14.** Realizar el registro diario de complementos alimentarios entregados (complemento jornada mañana/jornada tarde, complemento almuerzo y complemento en la modalidad industrializada) de estudiantes atendidos y el consolidado mensual de los recursos no ejecutados por cada establecimiento educativo, en los formatos establecidos por el Ministerio de Educación Nacional y Unidad Administrativa de Alimentación Escolar y la ETC. **15.** El contratista deberá garantizar las compras locales de conformidad a lo estipulado en la Ley 2046 de 2020 *"Por la cual se establecen mecanismos para promover la participación de pequeños productores locales agropecuarios y de la agricultura campesina, familiar y comunitaria en los*

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

mercados de compras públicas de alimentos"

16. El contratista deberá acatar lo dispuesto en el capítulo II artículo 7, literal a "*Las Entidades a que hace referencia el artículo 3° de la presente ley, que contraten con recursos públicos la adquisición, suministro y entrega de alimentos en cualquiera de sus modalidades de atención, están en la obligación de adquirir localmente alimentos comprados a pequeños productores agropecuarios locales y/o a productores de la Agricultura Campesina, Familiar o Comunitaria locales y sus organizaciones en un porcentaje mínimo del 30% del valor total de los recursos del presupuesto de cada entidad destinados a la compra de alimentos*". Teniendo en cuenta, lo establecido en el cuadro que se señala a continuación:

PORCENTAJE DE COMPRAS LOCALES POR GRUPO DE ALIMENTOS

GRUPO	ALIMENTO	PORCENTAJE MÍNIMO DE COMPRA
1 Raíces, tubérculos y plátanos	Papakun	30%
	Plátano hartón maduro / Plátano hartón verde	
	Banano chiro o guineo	
	Yuca	
	Papa común	
2 Frutas y verduras	Frutas	
	Verduras y hortalizas	
3 Alimento proteico	Pollo	
	Carne de res	
	Carne de cerdo	
	Huevo de gallina fresco	
	Leguminosas (Lenteja, fríjol rojo, arveja)	
	Tilapia roja o negra	
4 Azúcares y dulces	Panela en bloque	
	Bocadilla de guayaba	
	Dulce de leche	
	Dulce de leche con coco	
	Chocolate en pastilla	
5 Cereales	Arroz blanco	
	Avena en hojuelas	
	Maíz trillado blanco	
	Harina de trigo fortificada	
	Harina de maíz, extra cruda	
	Harina de maíz, precocida	
	Espaguetti	
	Ponqué blanco regular	
	Torta individual	
6 lácteos y derivados	Leche Ultra Alta Temperatura UAT/UHT entrera	
	Leche Ultra Alta Temperatura UAT/UHT saborizada	
	Bebida láctea con avena Ultra Alta Temperatura UAT/ UHT	
	Queso fresco, tipo campesino	

Nota: las compras locales del grupo de alimentos de azúcares y dulces solo se tendrán en cuenta en el caso de que se requiera implementar la modalidad Industrializada.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

A continuación, se detallan las características de los alimentos demandados:

GRUPO	ALIMENTO	CARACTERISTICA: DESCRIPCIÓN DEL ALIMENTO
1 Tubérculos	Papa criolla	Alimentos perecederos, cuya duración es corta y se descomponen rápidamente influenciados por diversos factores como la temperatura, humedad y presión a la que son sometidos durante su comercialización, transporte y almacenamiento. Estos alimentos deben ser frescos, textura firme y sin alteraciones en el color y olor.
	Papa común	
	Plátano hartón maduro	
	Plátano hartón verde	
	Yuca	
	Banano chiro o gineo	
	Papakun	
2 Frutas y verduras	Frutas	Alimentos perecederos, cuya duración es corta y se descomponen rápidamente influenciados por diversos factores como la temperatura, humedad y presión a la que son sometidos durante su comercialización, transporte y almacenamiento. Estos alimentos deben ser frescos, textura firme y sin alteraciones en el color y olor.
	Verduras y hortalizas	
3 Alimento proteico	Pollo	Alimento natural proveniente de un animal que han sido dictaminadas como inocuas y aptas para el consumo humano o se destinan para este fin. La carne se compone de agua, proteínas y aminoácidos, minerales, grasas y ácidos grasos, vitaminas y otros componentes bioactivos, así como pequeñas cantidades de carbohidratos. Es un alimento perecedero, cuya duración es corta y se descomponen rápidamente influenciados por diversos factores como la temperatura, humedad y presión a la que son sometidos durante su comercialización, transporte y almacenamiento. Estos alimentos deben ser frescos y con adecuadas
	Carne de cerdo	
	Carne de res	
	Tilapia roja o negra	

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA					
				características organolépticas.	
			Huevo de gallina fresco	Alimento natural, cuyo origen es la ovoposición de la gallina. Es completo en todos los nutrientes requeridos por el ser humano para el desarrollo de sus funciones biológicas; se presenta al consumidor en su estado natural sin someterlo a ningún proceso industrial que pueda alterar o modificar sus características naturales. El huevo en su estado natural no requiere ningún tipo de autorización para ser comercializado.	
			Lenteja	Grano procedente de la especie Lens sculenta moench, de forma de lente de textura lisa sin pliegues, ni rugosidades, tirando a pardo limpias, de las cuales el 97% mínimo queda retenido en una criba con orificios circulares de 5.95mm. Producto natural sin preservativos y/o aditivos, Olor característico, color verde o marrón, limpias y libre de impurezas.	
			Frijol rojo	Conjunto de granos procedentes de la variedad de los géneros Phaseolusspp. y Vigna, perteneciente a la familia de las fabáceas, antiguamente conocida como familia de las papilionáceas. El fríjol es una especie que presenta una enorme variabilidad genética, existiendo miles de cultivares que producen semillas de los más diversos colores, formas y tamaños el cultivo se destina mayoritariamente a la obtención de grano seco, tiene una importante utilización hortícola, ya sea como poroto verde o como poroto granado; además detener olor y color característico de acuerdo a la variedad.	
			Arveja verde	Leguminosa obtenida de la planta herbácea de la familia fabaceae, el cual se constituye un alimento con	

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA					
				alta concentración de nutrientes.	
		4 Azúcares y dulces	Panela en bloque	Producto a base de jugo de la caña panelera, soluble en agua, de color amarillo claro y oscuro con sabor y olor característico. Consistencia firme y dura, determinada por la concentración de cristales de sacarosa en relación con los azucares reductores formados en su proceso.	
			Bocadillo de guayaba	Pasta sólida obtenida por concentración de pulpa madura y sana, hasta lograr una consistencia que pueda ser cortada sin perder la forma y la textura cuando este fría. El dulce de guayaba se obtiene por la concentración térmica de la mezcla de guayaba y azúcar.	
			Dulce de leche	Es el producto higienizado, obtenido por la concentración térmica de una mezcla de leche y azúcar, con el agregado de harina o almidones. poseen un olor agradable, color ámbar con poca brillantez, sabor dulce, una textura dura o seca y su forma varía entre romboide, rectangular y semiesférica.	
			Dulce de leche con coco	Es el producto higienizado, obtenido por la concentración térmica de una mezcla de leche y azúcar, con el agregado de coco rallado, es un dulce de color amarillento y su superficie es irregular, formando surcos longitudinales a lo largo de la pieza.	
			Chocolate en pastilla	Chocolate de mesa elaborado de la Masa de licor de cacao: producto obtenido del grano de cacao tostado y fragmentado, que ha sido limpiado y liberado de la cáscara, Mezclado o no con una cantidad variable de azucares, como sacarosa y otro tipo de edulcorantes y aditivos permitidos por la legislación nacional vigente.	
		5 Cereales	Arroz blanco	Arroz blanco de apariencia grano largo, sabor y olor	

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA					
				característico, libre de olores objetables y textura suave.	
			Espaguetti	Producto cuyo ingrediente básico es la harina de trigo mezclada con agua a la cual se le puede adicionar sal, y huevo. El producto es largo y delgado, color amarillo, consistencia dura, olor y sabor propios del producto.	
			Avena en hojuelas	La avena en hojuelas está libre de olores y sabores fungosos fermentados o rancios, presentar un color crema, ligeramente caoba característica y un sabor y aromas agradables de avena tostada. Producto natural. Es el cereal con mayor proporción de grasa vegetal. La avena en hojuelas es un producto sometido a limpieza, precocido, laminado, secado y tostado obtenido de los granos de avena sin cáscara, de cualquier variedad de las especies Avena Sativa L. o Avena Byzantina L	
			Maíz blanco, trillado	El maíz mote es generalmente de color blanco, aunque varía en algunos casos; y posee semillas de color cremoso o blanquecino, libre de materiales extraños.	
			Harina de trigo	Es el producto finamente triturado resultante de la molturación del grano de trigo (Triticum aestivum) industrialmente limpio o la mezcla de éste con el Triticum durum, en la proporción máxima del (80 % y 20 %), procedente principalmente del endospermo del grano. Los productos finamente triturados de otros cereales deberán llevar adicionado, al nombre genérico de la harina, el del grano del cual procedan.	
			Harina de maíz, precocida	Harina resultante de la molienda húmeda de granos de maíz previamente alcalinizados para eliminar las cubiertas y el germen. Es un polvo fino, de color amarillento o blanquecino, dependiendo	

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA					
				del tipo de maíz que se utilice. No es apta para la elaboración de pan, pero sí se pueden preparar galletas y bizcochos, o utilizar como espesante.	
			Ponqué blanco regular	Elaborado a base de harina de trigo fortificada, la corteza debe ser dorada opaca, no debe estar quemada ni tener material extraño alguno. característico al ponqué, bien cocido, sin acidez, libre de olores y sabores desagradables. La textura debe ser esponjosa, porosa y uniforme, desmenuzable y no pegajosa.	
			Torta individual	Elaborado a base de harina de trigo fortificada, la corteza debe ser dorada opaca, no debe estar quemada ni tener material extraño alguno. característico al ponqué, bien cocido, sin acidez, libre de olores y sabores desagradables. La textura debe ser esponjosa, porosa y uniforme, desmenuzable y no pegajosa.	
		6 lácteos y derivados	Leche Ultra Alta Temperatura UAT/UHT entrera	Leche entera, larga vida obtenido mediante proceso técnico en flujo continuo, aplicado a la leche proveniente de animales bovinos cruda o termizada a una temperatura entre 135 y 150 °C por un periodo de tiempo entre 2 a 4 segundos de tal forma que se compruebe la destrucción eficaz de las esporas bacterianas. De color blanco azulado, sabor y olor característico al producto, levemente dulce y cocido.	
			Leche Ultra Alta Temperatura UAT/UHT Saborizada	Elaborada a base de leche de vaca líquida entera, azúcar, aditivos: estabilizante permitido, saborizantes permitidos en alimentos infantiles, según el caso: sabor natural o idéntico al natural, colorantes permitidos en alimentos infantiles de acuerdo a la Resolución No. 10593/85. No se permite el uso de tartrazina. Ausencia de sustancias como neutralizantes,	

		conservantes, adulterantes, sueros lácteos.
Bebida láctea con avena Ultra Alta Temperatura UAT/ UHT		Elaborada a base de leche de vaca entera higienizada, avena precocida y molida, azúcar, contiene aditivos como estabilizantes y saborizantes permitidos. La bebida láctea con avena debe contener mínimo el 88% de leche entera de vaca, su textura debe ser fluida, libre de coágulos y grumos, se conserva a temperatura ambiente. No contiene lactosuero, sustancias toxicas, adulterantes y conservantes.
Queso fresco, tipo campesino		quesos obtenidos por coagulación enzimática de la leche, en los cuales el coagulo es moldeado sin prensar y cuya producción esta difundida entre los campesinos colombianos por su sencilla tecnología y se comercializa con diferentes nombres tales como el queso fresco, queso blanco, queso paisa, queso sabanero, queso de granja, y queso campesino. El queso campesino es producto fresco no acido, sin maduración, prensado o no, elaborado con leche de vaca entera o parcialmente descremada.

17. El contratista deberá realizar las compras de los bienes que requiera para la ejecución del contrato cumpliendo con el porcentaje ofrecido de compras locales.

18. El contratista deberá presentar un esquema de proveeduría donde se evidencie que los productos mencionados en la tabla PORCENTAJE DE COMPRAS LOCALES POR GRUPO DE ALIMENTOS, en lo referente a la negociación de compra de alimentos a pequeños productores, se desarrolle con enfoque territorial, vinculando a las organizaciones de productores más cercanas al punto donde se consumen y / o entregan los alimentos. Así mismo se debe contemplar la ley 2046 de 2020, articulo 2.19.1.1.4. por lo cual se debe radicar la carta de intención o documento equivalente, que los proveedores se encuentren en el registro de productores individuales y/u organizaciones de productores consolidado por las secretarías departamentales de agricultura o la dependencia que haga sus veces, dando cumplimiento a la normatividad de protección de datos personales vigente, el cual deberá constar por escrito y tener como mínimo el siguiente contenido: identificación del productor y del oferente, variedad(es) del producto agropecuario que se requiere, cantidad (unidades o peso), precio de compra del productor al proponente, forma de pago, fecha y lugar de entrega de los productos agropecuarios; embalaje o empaque de estos; y la intención de la compra de productos agropecuarios.

19. Realizar, registrar y reportar las compras mensualmente de alimentos bienes y servicios en lo formatos establecidos por el MEN, Unidad Administrativa de Alimentación Escolar- UApA, Departamento de Nariño-secretaria de

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	Educación Departamental, los cuales deben cumplir los porcentajes ofertados y exigidos por la entidad territorial contratante. **20.** El contratista para acreditar la compra local deberá anexar el contrato suscrito con el proveedor, en el primer informe de ejecución presentado a la supervisión del contrato. **21.** El contratista deberá presentar para acreditar las compras realizadas a pequeños productores con el documento de factura electrónica como lo indica El artículo 6 de la resolución 000042 de 2020 expedida por la Dian, o con documento equivalente, el documento equivalente es expedido por el vendedor del bien o prestador del servicio. Si el vendedor no está sujeto a expedirlo, deberá expedir en muchos casos una cuenta de cobro, que en este caso el operador como compradores debe emitir ante la DIAN por medio del documento equivalente o soporte. **22.** El contratista debe garantizar que los proveedores de los alimentos locales cumplan los siguientes requisitos: a) Estar inscritos en la entidad competente encargada de realizar la inspección, vigilancia y control sanitario para los productos de uso y consumo humano, b) Presentar concepto higiénico sanitario favorable, de conformidad con lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 del MSPS y 1229 de 2013 del MSPS. Conforme al listado de fichas técnicas aprobadas por la SED en fase de alistamiento. **23.** Participar en los espacios de articulación que se definan por parte de la Mesa Técnica Nacional de compras públicas locales de alimentos y la participación en su rol de compradores de alimentos o materias primas, en las ruedas de negocios que se realicen en virtud de lo establecido en la Ley 2046 de 2020. **24.** Informar periódicamente a la entidad territorial a través de la supervisión del contrato, sobre el grado de avance técnico operativo, administrativo, contable y financiero del contrato mediante el sistema de monitoreo y control establecido. **25.** Entregar a la supervisión del contrato dentro de los primeros quince (15) días calendario de cada mes, informes financieros y de gestión sobre el avance de la ejecución del contrato con sus respectivos soportes. El informe de gestión incluye aspectos administrativos, legales, técnicos y de ejecución presupuestal, específicamente indicará número de complementos servidos, no servidas, y causales de ello. Los complementos no servidos deberán estar comprobadas por la supervisión del contrato, y serán descontadas de los pagos que se deban realizar en el desarrollo del objeto del contrato; además deberá contener los soportes contables de compras locales de acuerdo al porcentaje ofertado y registro fotográfico de las entregas de la complemento Preparada en Sitio y/o Industrializado, entre otros insumos que avalen el cumplimiento de las obligaciones contractuales. **26.** Los informes financieros y de ejecución presentados por el contratista deberán corresponder a la base de SIMAT del mes inmediatamente anterior al de ejecución. Esta base de SIMAT es entregada por la SED Nariño a solicitud del contratista. Por ningún motivo se recibirán informes que implique el cruce de dos bases de datos SIMAT. **27.** Presentar y realizar informes de finalización requeridos para la liquidación del contrato, de acuerdo a las directrices establecidas por el Departamento de Nariño-secretaria de Educación Departamental y acordes a los Lineamientos impartidos por el Ministerio de Educación Nacional y UApA. **28.** Los informes deberán entregarse a la supervisión del contrato, con todos los soportes completos, debidamente diligenciados y en su forma original; en el previsto caso de que el informe presente algún documento faltante este se deberá presentar dentro de los diez (10) días hábiles siguientes a la radicación del mismo. Si la información faltante no es allegada, el informe será devuelto al contratista. **29.** Una vez revisado el informe de ejecución, el contratista deberá subsanar todos los requerimientos que realice la supervisión del contrato en un periodo máximo de diez (10) días hábiles a partir de la fecha del requerimiento de subsanación y acordes a los Lineamientos impartidos por el Ministerio de Educación Nacional, UApA y la ETC Nariño. **30.** Contar con el personal suficiente, idóneo y competente para desarrollar adecuada y oportunamente las diferentes etapas del Programa, el cual debe cumplir con los requisitos, experiencia, habilidades y obligaciones en el marco de la Resolución No 18858 de 2018, por la cual se establecen los

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

Lineamientos Técnico Administrativos del Programa de Alimentación Escolar para pueblos indígenas, los estándares y las condiciones mínimas del Programa y en la normatividad sanitaria vigente, o los demás documentos que la modifiquen, adicionen o deroguen.

31. El contratista, deberá cumplir con el siguiente equipo:

a) Coordinador Operativo
b) Nutricionista Dietista
c) Ingeniero (a) de Alimentos/Agroindustrial
d) Profesional en Derecho
e) Profesional en el área de las Ciencias Sociales o Humanas.
f) Profesional en Ciencias Económicas o afines
g) 9 coordinadores municipales
h) Dinamizadores, de acuerdo a la relación mínima de dinamizadores auxiliares de alimentos necesarios por número de complementos atendidos bajo modalidad Olla Comunitaria.

Dinamizadores auxiliares de alimentos: Persona mayor de 18 años, alfabeto, tener certificación médica de acuerdo a lo establecido en la Resolución 2674 del 2013, emitida por el Ministerio de Salud y Protección Social, en la cual conste la aptitud para manipular alimentos con fecha de expedición no mayor a 6 meses, tener formación y/o capacitación en principios básicos de buenas prácticas de manufactura vigente con relación al inicio de operación del programa, de acuerdo con la Resolución 2674 de 2013. Experiencia comprobada mínima de tres (03) meses en la preparación de alimentos

32. El contratista podrá utilizar las modalidades contractuales que considere pertinentes para la vinculación del personal manipulador de alimentos, de acuerdo con su esquema económico y financiero.

33. El contratista deberá tener en cuenta los parámetros que se relacionan a continuación para determinar la vinculación del número de manipuladoras de alimentos requeridos en los establecimientos educativos que operen la modalidad preparada en sitio bajo el concepto de Olla Comunitaria; quienes deberán cumplir en todo momento con los requisitos establecidos en la normatividad sanitaria vigente Resolución 2674 de 2013 y demás normas que lo adicionen, modifiquen o sustituyan. El operador responderá por los actos u omisiones en que incurra este personal durante la operación del Programa de Alimentación Escolar- PAE.

Relación mínima de dinamizadores auxiliares de alimentos necesarios por número de complementos atendidos bajo modalidad Olla Comunitaria.

1 a 75	De 76 a 150	De 151 a 300	301 a 500	501 a 750	751 a 1.000	1.001 a 1.500
Complementos	Complementos	Complementos	Complementos	Complementos	Complementos	Complementos
1	2	3	4	5	6	7

Nota: *En caso que se requiera ajuste del personal exigido en la tabla anterior, este debe ser aprobado por la supervisión del contrato, con el soporte técnico y la justificación respectiva, la cual en ningún momento deberá afectar la oportuna prestación del servicio de alimentación escolar, de acuerdo a lo establecido en los presentes lineamientos. La aprobación, deberá realizarse mediante un oficio que quedará como soporte en el establecimiento educativo."*

34. El contratista deberá tener en cuenta los parámetros que se relacionan a continuación para determinar la vinculación del número de dinamizadores o dinamizadoras auxiliares de alimentos requeridos en los establecimientos educativos que operen bajo la modalidad industrializada; quienes deberán cumplir en todo momento con los requisitos establecidos en la normatividad sanitaria vigente: Resolución 2674 de 2013 y demás normas que lo adicionen, modifiquen o sustituyan.

Relación de manipuladores de dinamizadores auxiliares de alimentos necesarios por número de complementos atendidos bajo modalidad Industrializado

De 50 a 200 complementos	De 201 a 400 complementos	De 401 a 600 complementos	De 601 a 800 complementos	De 801 a 1000 complementos
1	2	3	4	5

35. El contratista deberá garantizar que el personal dinamizador auxiliar de alimentos, que vincule a la operación del programa, cumpla los siguientes requisitos:

- Perfil: Mayor de 18 años.
- Alfabeto.
- Tener certificación médica de acuerdo a lo establecido en la Resolución 2674 del 2013, emitida por el Ministerio de Salud y Protección Social, en la cual conste la aptitud para manipular alimentos fecha de expedición no mayor a 6 meses en relación al inicio de operación del contrato.
- Tener certificado y/o capacitación en buenas prácticas de manufactura, vigente con relación al inicio de operación del programa
- Mantener buenas relaciones con la comunidad educativa, mostrar inquietud e interés hacia el proceso de producción, conservación, distribución de alimentos, reciclaje y cuidado del ecosistema.
- Conocer la cosmovisión de los pueblos y la preparación ancestral de alimentos.
- Cumplir con el manejo higiénico sanitario dispuesto en el capítulo 3, Personal Manipulador de Alimentos, artículos 11,12,13,14 de la Resolución 2674 de 2013.
- Cumplir con la normatividad sanitaria vigente, conozca el funcionamiento del PAE, principalmente lo relacionado con las minutas patrón, la preparación de los alimentos, ciclos de menús, estandarización de porciones, aspectos higiénicos sanitarios para garantizar la calidad e inocuidad de los alimentos, entrega de complementos diligenciamiento de formatos, manejo de Kardex, plan de saneamiento básico y transmisión correcta de la información.
- Cumplir con los requisitos establecidos por la normatividad sanitaria vigente, Resolución 2674 del 2013 y demás normas que lo adicionen, modifiquen o sustituya en el marco del bloque de constitucionalidad y la jurisprudencia que reconoce y protege los derechos fundamentales de los pueblos indígenas, en especial a la identidad cultural, la autonomía, el autogobierno, y la territorialidad que garanticen la calidad, pertinencia e inocuidad de alimentos.

36. Las actividades a desarrollar por parte del personal dinamizador auxiliar de alimentos son:

a. Recibir los artículos que entran al servicio, verificar las cantidades y la calidad de los mismos, y diligenciar los registros de inventarios establecidos.
b. Velar por el almacenamiento y manejo apropiado de los alimentos.
c. Preparar los alimentos de acuerdo con lo establecido en el PAIP minuta patrón, ciclos de menús, gramajes y servir con medidas o recipientes estandarizados para la modalidad preparada en sitio. En caso de existir un intercambio se debe contar con la autorización previa, de acuerdo al procedimiento establecido para el efecto.
d. Alistar los alimentos de acuerdo con lo establecido en la minuta patrón y ciclos de menús para la modalidad industrializada. En caso de existir un intercambio se debe contar con la autorización previa, de acuerdo al procedimiento establecido para el efecto.
e. Realizar la entrega de los complementos alimentarios jornada mañana/jornada tarde, almuerzo y complemento en modalidad industrializada a los beneficiarios, de acuerdo con los gramajes establecidos en el análisis nutricional de los 20 menús del plan alimentario indígena propio de cada uno de los pueblos (Anexo PAIP Pueblo AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS 2025).

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	f. Mantener las áreas de servicios de alimentos en completo orden, aseo y desinfección. g. Cumplir y hacer cumplir las recomendaciones dadas sobre almacenamiento, conservación y manipulación de alimentos, calidad, higiene y seguridad. h. Garantizar el mantenimiento de los equipos, utensilios de cocina y comedor, vigilando que se utilicen de manera correcta y solicitar oportunamente su reparación o remplazo para la modalidad preparada en sitio. i. Estar bien presentadas y con el uniforme completo y limpio. j. Mantener buen clima organizacional y propiciar excelentes relaciones con los niños, niñas, jóvenes, adolescentes y la comunidad en general. k. El número de dinamizadoras de alimentos debe garantizar la calidad y oportunidad para todas las etapas del proceso desde la recepción, selección, almacenamiento, preparación y distribución de los alimentos. l. Llevar registro diario (kárdex) del ingreso y salida de los alimentos y/o complementos. m. Notificar oportunamente al rector o persona delegada por el Comité dinamizador de Alimentación Escolar del establecimiento educativo, según la dinámica definida, las novedades evidenciadas respecto a incumplimiento de las características o faltantes en los alimentos entregados en el comedor escolar. **37.** Una vez la supervisión del contrato apruebe el personal mínimo propuesto en la etapa de alistamiento, éste no podrá ser cambiado durante la ejecución del contrato, a menos que exista una justa causa, la cual deberá ser sustentada ante la supervisión del contrato, para su evaluación y posterior autorización. En caso de aprobarse el cambio por parte de la supervisión del contrato, el personal deberá reemplazarse por uno de igual o superior categoría que el exigido para el módulo correspondiente. El personal exigido debe cumplir y acreditar, como mínimo, los requisitos de calidad y experiencia mencionados. **38.** Dotar de los elementos e insumos de aseo al personal dinamizador auxiliar de alimentos tales como: Jabón líquido inoloro, papel higiénico, toallas de papel para manos entre otros en las cantidades y condiciones descritas en el presente estudio previo. **39.** Garantizar uniforme al personal dinamizador auxiliar de alimentos que cumpla con lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y demás que la modifiquen, adicionen o sustituyan, la vestimenta de trabajo debe cumplir los siguientes requisitos: de color claro que permita visualizar fácilmente su limpieza, con cierres o cremalleras y/o broches en lugar de botones u otros accesorios que puedan caer en el alimento, sin bolsillos ubicados por encima de la cintura, cuando se utiliza delantal, este debe permanecer atado al cuerpo en forma segura para evitar la contaminación del alimento y accidentes de trabajo, gorro que cubra completamente el cabello, un delantal plástico para las actividades de aseo y limpieza y un par de zapatos antideslizantes de color claro cubiertos y en material no poroso (no tela). **40.** En los procesos de manipulación de alimentos reemplazar al personal que, por su estado de salud, represente riesgo de contaminación, de acuerdo con las normas sanitarias vigentes. **41.** El contratista se compromete a que en caso de que un empleado presente una enfermedad que ponga en riesgo la inocuidad de los alimentos, sea reubicado en una labor en la que no tenga contacto con el mismo, mientras se resuelva su cuadro sintomático. **42.** Promover en los establecimientos educativos el reporte y registro de información en el Sistema Integrado de Matrícula SIMAT referente a la caracterización de la estrategia de Alimentación Escolar de cada beneficiario **43.** Promover y realizar el seguimiento a la participación del comité de dinamizadores PAE, que es el grupo de actores comunitarios que, de acuerdo a las estructuras de gobierno propio de cada pueblo, realizará el seguimiento, monitoreo y control al desarrollo del Programa de Alimentación

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	Escolar, con el objetivo de contribuir con sus acciones a la garantía del adecuado funcionamiento del PAE en sus respectivas comunidades. Este comité deberá cumplir con mínimo cuatro (4) reuniones durante el calendario escolar, y podrán ser convocados extraordinariamente cuando la situación lo requiera. Cada reunión deberá ser soportada con actas que describan los temas tratados, decisiones tomadas, acuerdos y compromisos pactados. El comité podrá citar a sus reuniones al operador del programa, quien deberá asistir a dicha citación. **Integrantes del comité:** El comité podrá conformarse por el rector, coordinador PAE, estudiantes, manipuladoras, representante del operador y demás representantes de acuerdo al derecho propio del pueblo indígena. En el primer informe de ejecución del contrato se deberá presentar actas de conformación del mismo, y de manera trimestral se deberá presentar las actas de las 4 reuniones realizadas en el marco de la operación del programa y de las que se realicen extraordinariamente. **44.** Participar en los distintos espacios de gestión social como son los Comités Municipales Dinamizadores Alimentación Escolar, Comité Departamental de Seguimiento operativo, Mesas públicas, Comités técnicos operativos del programa y los demás que se organicen en el marco de la operación PAE. **45.** Promover la participación de las Asociaciones de Padres de Familia como apoyo a la ejecución del PAE; como también promover la conformación de los Comités tanto Municipales como Institucionales de Alimentación Escolar. **46.** En el evento en que la Gobernación de Nariño e ICBF suscriban convenio para la entrega de Bienestarina Más y/o Bienestarina Mas Saborizada, el contratista se compromete a cumplir con las siguientes condiciones y requisitos. - Recibir la Bienestarina Mas y/o Bienestarina Mas Saborizada y almacenarla cumpliendo lo establecido en la cartilla" distribución, uso y cuidado de un alimento de alto valor nutricional", con el fin de garantizar su conservación. - Informar oportunamente a la supervisión del contrato del contrato sobre las dificultadas presentadas en el desarrollo del programa en la cantidad y/o calidad de la Bienestarina Más y/o Bienestarina Saborizada recibida. - Responsabilizarse del cuidado del producto desde el momento en que lo recibe en bodega y durante todo el tiempo que permanezca bajo su custodia. - Entregar oportunamente la Bienestarina Más y/o Bienestarina Mas Saborizada a los establecimientos educativos que harán uso de la misma para evitar su deterioro. - Llevar control por escrito de la entrega de la Bienestarina Mas y/o Bienestarina Saborizada a los establecimientos educativos, el cual debe corresponder a la cantidad de cupos establecidos en el contrato y los cuales serán reportados a ICBF. Estos soportes deben presentarse en medio magnético mensualmente, durante los diez primeros días siguientes al mes vencido al Programa de alimentación. - Si se presentan disminuciones en el número de beneficiarios atendidos durante la ejecución del convenio, la entidad deberá reportar al ICBF y se programarán los ajustes pertinentes. - Llevar un control de inventarios – formato establecido por el ICBF donde se registre el movimiento de la Bienestarina Más y/o Bienestarina Saborizada, los saldos y las personas responsables de su recibo y distribución. - Asegurarse que los establecimientos educativos almacenen la Bienestarina Mas y/o Bienestarina Saborizada de conformidad con lo establecido en la cartilla 2 distribución, uso y cuidado de un alimento de alto valor nutricional" establecido por el ICBF. - Entregar un informe mensual sobre el movimiento de Bienestarina Más y/o Bienestarina Saborizada donde se observen las cantidades recibidas, suministradas y el saldo. - Transportar la Bienestarina Más y/o Bienestarina Saborizada a los establecimientos educativos en vehículos que cumplan con las condiciones adecuadas según la legislación respectiva vigente los cuales deben contar con concepto sanitario favorable. - Promover el control social para el adecuado uso de la Bienestarina Más y/o Bienestarina Saborizada en los establecimientos educativos.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	- Tener en cuenta que la Bienestarina Mas y Bienestarina Saborizada a suministrar en el Programa de Alimentación Escolar - PAE están dirigidas a niños, niñas y adolescentes de 5 a 17 años y se establecen así: preparada: 10 gr niño día hábil y/o Ración Industrializada 4 gr niño día hábil. Es menester señalar que el Programa de alimentación escolar PAE al ser un programa de permanencia educativa, se deberá proporcionar el suplemento alimentario a los estudiantes que superen el rango de edad antes referido. - La ración de Bienestarina Mas y Bienestarina Saborizada deberá incluirse en cada uno de los ciclos de menú a partir del momento en que el ICBF, haga entrega de la misma a los operadores del programa, informando claramente al Departamento acerca de su utilización. Además, la misma será entregada como un adicional sin que reemplace o disminuya las cantidades del ciclo de menú contratado. **47.** El contratista debe contar con mínimo una bodega de almacenamiento con la dotación mínima exigida en los lineamientos técnicos y estándares del MEN y la UApA y las normas higiénicas sanitarias exigidas en la Resolución No 2674 del 2013, la cual debe tener el acta de inspección sanitaria o certificado expedido por la autoridad sanitaria vigente competente, con fecha de expedición no superior a un (1) año, antes del inicio del contrato y con concepto higiénico sanitario favorable o favorable con requerimientos (puntaje general mayor a 85%), el cual deberá mantenerse durante todo el tiempo de ejecución del contrato. **48.** Utilizar las bodegas, plantas de ensamble y/o producción para el manejo exclusivo de alimentos y dotarlas mínimo con los siguientes equipos e instrumentos necesarios para monitorear, controlar y garantizar las condiciones de calidad e inocuidad de los alimentos, de acuerdo a la modalidad a suministrar: equipos de refrigeración y congelación, balanzas, grameras, termómetro de punzón análogo o digital uno para temperaturas frío y otro para caliente, carretillas transportadoras, canastillas y estibas de material higiénico sanitario de acuerdo con lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan. **49.** Acreditar el cumplimiento de sus obligaciones con el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, cuando a ello haya lugar, mediante certificación expedida por el representante legal, donde conste que se encuentra implementado el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo en su empresa, o en proceso de implementación. Con la firma de la certificación se entiende presentada bajo la gravedad de juramento. De igual manera, la certificación debe contar con la firma o aval de una ARL o de persona que cuente con licencia en salud ocupacional aportando copia de la misma, de conformidad con lo establecido en el artículo 2.2.4.6.1. del Decreto 1072 de 2015. **50.** El contratista se obliga a mantener las bodegas con los espacios adecuados que permitan la verificación de la calidad e inocuidad de los alimentos, de acuerdo a lo establecido en los lineamientos del programa de alimentación escolar PAE expedidos por el Ministerio de Educación Nacional (MEN) y la Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar (UApA) y Resolución 2674 de 2013. **51.** Adecuar con base en los requisitos establecidos en la normatividad sanitaria vigente, las plantas de producción o ensamble y/o las bodegas de almacenamiento. **52.** El contratista deberá cumplir en su integridad con los requerimientos técnicos establecidos en los lineamientos, los cuales son parte integral del presente documento. **53.** El contratista, se obliga a realizar cambios de las marcas de los productos entregados en el marco de la operación del programa cuando haya rechazo generalizado por parte de los usuarios o cuando el Instituto Departamental de Salud de Nariño (IDSN), el Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos (INVIMA) o la supervisión del contrato reporten que el producto suministrado no cumple con las estándares mínimos de calidad e inocuidad de acuerdo a la normativa vigente colombiana, para lo cual deberá aportar la ficha técnica del producto a reemplazar que cumpla la circular externa del INVIMA No DAB 4000- 082-22 y anexos “Actualización de la circular 400-0201-17 en cuanto a los criterios técnicos y normativos sobre

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	los requisitos sanitarios que deben cumplir los fabricantes, procesadores, envasadores, bodegas de almacenamiento, transportadores, distribuidores y comercializadores de alimentos y bebidas de los programas sociales". **54.** El contratista se compromete a contar con el personal y demás elementos necesarios para la entrega, distribución, manejo, y preparación de los alimentos, de acuerdo a la modalidad a suministrar. **55.** Cuando se requiera cambio de personal durante la ejecución del contrato el nuevo personal a contratar debe cumplir los requisitos de talento humano exigidos en los presentes estudios previos y dicho cambio debe ser informado a la supervisión del contrato. **56.** Si por causas imputables al contratista se le presente algún tipo de enfermedad por alimentos - ETA suministrados por él, este asumirá toda la responsabilidad civil que genera la demanda por dicha causa. **57.** Implementar y cumplir con los planes y acciones de mejora derivados de las visitas efectuadas en los establecimientos educativo por la supervisión del contrato y de las quejas presentadas por la comunidad educativa (padres de familia, docentes, directivos docentes, estudiantes y comunidad en general), durante todas las etapas de ejecución del programa y en las diferentes modalidades de atención, con el fin de garantizar el cumplimiento de los estándares mínimos establecidos por el MEN y la Unidad Administrativa de Alimentación Escolar. **58.** Cumplir con las acciones establecidas en los planes de mejora en los términos estipulados por la supervisión del contrato y allegar soportes y evidencias del caso en el término máximo de ocho (8) días hábiles. El incumplimiento de la ejecución de los planes de mejora realizados por la supervisión del contrato será causal de incumplimiento del objeto contractual por parte del contratista. **Nota:** la entidad podrá especificar el tiempo para la subsanación de planes de mejora de acuerdo a la acción de mejora. **59.** El contratista deberá realizar durante la ejecución del contrato al menos una (1) actividad educativa relacionada con la implementación de hábitos y estilos de vida saludables, en cada uno de los establecimientos educativos donde se ejecute el contrato. **60.** El contratista no podrá suscribir convenios o contratos con entidades territoriales no certificadas del departamento de Nariño para llevar a cabo el mismo o similar objeto contratado con recursos del Sistema General de Participaciones y que hagan parte de la destinación específica del PAE. **61.** En aquellos casos en los cuales durante la operación del programa el contratista evidencie que los establecimientos educativos no cuentan con las condiciones descritas para el suministro de la modalidad preparada en sitio, debe reportar con el análisis técnico y/o diagnóstico, y el soporte respectivo esta situación a la supervisión del contrato para su evaluación y aprobación del cambio de modalidad, hasta que el comedor escolar cumpla con las condiciones mínimas para la preparación de alimentos, de acuerdo a la normatividad sanitaria. **62.** En caso de que algún establecimiento educativo solicite el cambio de modalidad, es decir de preparada en sitio a industrializada o viceversa, EL CONTRATISTA, deberá apoyar la revisión técnica que permita emitir concepto y en todo caso acatar la decisión de la supervisión del contrato en los términos establecidos por la misma. **63.** Identificar y señalar cada una de las áreas dentro de la bodega de almacenamiento de alimentos y del servicio de alimentación, en material lavable y resistente, las diferentes áreas que conforman el comedor escolar, delimitando cada espacio físico utilizado en los diferentes procedimientos dentro del restaurante escolar, de acuerdo a la infraestructura de éste, así: área de recibo de alimentos, área de almacenamiento, área de preparación, área de distribución – comedor y área de lavado de acuerdo con lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan. **64.** Implementar los controles necesarios para garantizar la entrega de los alimentos en los establecimientos educativos, con las cantidades requeridas, conforme a las características, condiciones de inocuidad, y de calidad exigidas en las fichas técnicas de los productos. **65.** Disponer de los formatos, que soporten la ejecución del programa, diligenciados al momento de la supervisión del contrato, documentos que

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	debe contener como mínimo la siguiente información: Nombres y apellidos completos, número de cédula, establecimiento educativo, número de teléfono – celular, correo electrónico y firma. **66.** Elaborar y ubicar en lugar visible del restaurante escolar un formato de visibilidad, el cual debe contener la siguiente información: Entidad territorial, Departamento, Municipio, Nombre de la Institución Educativa, Tipo de complemento, fecha de inicio, número de días de atención, número total de cupos asignados, número de contrato o convenio, numero de manipuladoras de alimentos, nombre o razón social del operador y canal de la atención de peticiones, quejas y reclamos al ciudadano. Lo anterior deberá ser reportado a la supervisión del contrato mediante el respectivo registro fotográfico de cada establecimiento educativo, en el primer informe de ejecución radicado y mantenerlos durante la vigencia del respectivo contrato. La entidad remitirá formato ficha técnica de información emitida por la UApA. **67.** Publicar en un lugar visible del comedor escolar, tanto en el sito de preparación de alimentos como en el sitio de servido de los mismos y parte externa del comedor escolar, los ciclos de menús establecidos en el contrato del operador. **68.** Reportar de manera inmediata por escrito a la entidad a través de la supervisión del contrato del contrato y al Rector de la respectiva Sede Educativa, los daños o fallas en la infraestructura que afecten la prestación del servicio. **69.** Diligenciar adecuada y oportunamente la totalidad de los formatos establecidos por el MEN, UApA, la Secretaria de Educación Departamental a través de la supervisión del contrato para la ejecución del programa, documentos que deben contener como mínimo la siguiente información: establecimiento educativo y Nombres y apellidos completos, número de cédula, número de teléfono – celular, correo electrónico de quien firma el formato. **70.** Gestionar con el establecimiento educativo y con las Entidades Territoriales no Certificadas la adquisición de equipos y menaje faltante o por reposición, de acuerdo con los parámetros y cantidades establecidos en Resolución No 335 de 2021, por la cual se establecen los Lineamientos Técnico Administrativos del Programa de Alimentación Escolar y demás normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan. **71.** Cumplir con el plan de capacitación y/o actualización continua y permanente para el personal manipulador de alimentos, el cual no podrá ser inferior a 10 horas anuales y deberá tratar temas con el manejo adecuado de los alimentos en los procesos desarrollados, Buenas Prácticas de Manufactura, prácticas higiénicas en la manipulación, procedimientos del Plan de Saneamiento Básico, estandarización de Utensilios y porciones, minuta patrón, ciclos de menús, análisis químico, toma y registro de temperatura de los alimentos en frio y caliente y otros que a juicio de la supervisión del contrato deben ser incluidos acorde al buen funcionamiento del programa. **72.** Cumplir con el programa de proveedores, materias primas e insumos donde se detalla todos los aspectos y criterios de evaluación, aceptación y seguimiento a proveedores, de igual forma se describen las especificaciones de calidad, criterios de aceptación y rechazo de las materias primas e insumo, condiciones de recibo, almacenamiento, uso y controles de calidad, así como la caracterización de materias primas e insumos y su rotación, aplicando el sistema PEPS (Primero en Entrar, Primero en Salir), requisitos de rotulado de acuerdo con la reglamentación sanitaria vigente (Res. 5109 de 2005 y 810 de 2021 y sus modificaciones) y el seguimiento de los mismos. **73.** El contratista deberá contar con una sede, sea agencia, sucursal, local comercial, establecimiento de comercio, etc., en el Departamento de Nariño, para la ejecución del programa. **OBLIGACIONES TÉCNICAS DEL CONTRATISTA PARA LA MODALIDAD PREPARADA EN SITIO E INDUSTRIALIZADA - ETAPA DE PLANEACIÓN** **1.** Disponer de los recursos suficientes para garantizar la prestación efectiva del servicio de alimentación escolar, de manera ininterrumpida durante la ejecución del contrato respectivo. **2.** El contratista debe garantizar el recurso humano necesario en cada

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	establecimiento educativo y/o comedor escolar para el oportuno y adecuado cumplimiento de las diferentes etapas del proceso, desde su alistamiento, despacho, transporte, entrega y recepción, almacenamiento, preparación y distribución de los alimentos, de tal manera que no se interrumpa la prestación del servicio por tal motivo. **3.** El operador debe socializar los alcances de su contrato y modelo de operación, con las autoridades indígenas y comunidades educativas definidas en el anexo 1 y que serán atendidos mediante el programa, dentro de los cinco (5) días, una vez suscrito el contrato. **4.** Planear, organizar y garantizar permanentemente la cantidad, calidad, inocuidad y oportunidad en la entrega de los complementos alimentarios a los beneficiarios del programa en las condiciones del contrato, las señaladas por el Ministerio de Educación Nacional –MEN y UApA en los Lineamientos Técnicos PAE y la normatividad sanitaria vigente. **5.** Garantizar que el personal dinamizador auxiliar de alimentos (dinamizadoras auxiliares de alimentos) se mantenga durante toda la vigencia del contrato, y ante la ausencia del mismo se propenda por el reemplazo inmediato, de tal manera que no se interrumpa la prestación del servicio de alimentación escolar. **6.** Proveer alimentos concertados en el PAIP con las cantidades y frecuencias establecidas en el plan de compras, de manera que no se interrumpa la prestación del servicio por falta de los mismos. **7.** En caso de presentarse inundaciones o desastres naturales que afecten el normal desarrollo del Programa de Alimentación Escolar, el CONTRATISTA para la operación del programa en las regiones afectadas, deberá acatar las directrices que el Departamento disponga para tales eventos y dichas directrices serán propendiendo por la entrega de complemento alimentario de modo tal que los niños, niñas, adolescentes y jóvenes tengan la continuidad en el servicio. Para la entrega de estos complementos alimentarios será necesaria una comunicación por escrito de la supervisión del contrato del contrato dirigida al CONTRATISTA, en donde se indicará el sitio de entrega los complementos alimentarios, el costo, y la conformación del mismo; también se deberá exigir al CONTRATISTA la certificación de la entrega de los complementos alimentarios a los beneficiarios del PAE. Para la suspensión de esta medida extraordinaria es necesario comunicación por escrito de la supervisión del contrato dirigida al CONTRATISTA. **8.** En el caso de presentarse inhibición de las clases académicas, es decir, que los estudiantes no puedan asistir a las aulas y que por tal motivo se afecta el normal desarrollo del Programa de Alimentación Escolar – PAE, el CONTRATISTA para la operación del programa debe realizar el informe respectivo y remitir a la entidad con los soportes necesarios la situación que impida la ejecución de PAE. Por tanto, hasta se logre establecer las condiciones normales y evidentes de las actividades académicas, PAE debe suspenderse por escrito por parte de la supervisión el contrato a los beneficiarios afectados. **9.** El contratista debe garantizar que las personas encargadas de la administración, organización, y manipulación de los alimentos tengan actualizados los certificados médicos y de capacitación expedidos por los organismos de salud o la autoridad competente en el ámbito local durante la vigencia del contrato, debe conocer los límites críticos y las acciones correctivas a tomar cuando existan desviaciones en dichos límites, en cumplimiento de la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan. **10.** Con el fin de garantizar la calidad e inocuidad de los alimentos que componen la modalidad industrializada, el espacio del comedor debe contar con las características y los elementos que garanticen el almacenamiento transitorio de los alimentos desde su entrega a la sede educativa por parte del operador hasta el consumo por parte de los titulares de derecho, de acuerdo con lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan. **11.** Garantizar el cumplimiento del concepto higiénico sanitario favorable en todo el tiempo de la ejecución del contrato, para proveedores, bodegas, punto de distribución y comedores escolares. **12.** Realizar el día anterior a la primera entrega de víveres y complementos, la

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	jornada de limpieza y desinfección en cada unidad de servicio que incluya planta física, equipos, utensilios y mobiliario. Debe repetirse esta jornada después de los períodos de vacaciones escolares (cortos y largos) y en caso de suspensión del servicio, incluyendo los cierres temporales por emergencias sanitarias u otras causas. Se deberá entregar evidencia mediante acta y material fotográfico de la jornada de limpieza con la firma de quienes intervinieron. **13.** Instalar en cada restaurante escolar letreros y/o mensajes alusivos a las BPM (Buenas Prácticas de Manufactura), en material lavable y resistente. **14.** Garantizar que las condiciones y espacios de las áreas de preparación de los alimentos, así como el número de equipos relacionados y los tipos de preparaciones de alimentos que se requieren sean acordes a la modalidad preparada en sitio. **15.** Las demás obligaciones consideradas para la complemento preparada en sitio e industrializado que apliquen para las modalidades, según los Lineamientos Técnico Administrativos. **OBLIGACIONES TÉCNICAS DEL CONTRATISTA PARA LA MODALIDAD PREPARADA EN SITIO E INDUSTRIALIZADA: OPERACIÓN Y PROCESO.** **1.** Presentar las actas de inspección sanitaria expedida por la autoridad sanitaria competente del ente territorial, del 100% de los restaurantes escolares de cada uno de los establecimientos educativos donde realizará la prestación del servicio. La documentación será validada en el primer informe de ejecución presentado a la Entidad. **2.** Implementar Buenas Prácticas de Manufactura (BPM), de acuerdo a lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y las demás normas vigentes que lo modifiquen o complementen, en todas las etapas del programa de alimentación escolar y en las diferentes modalidades del complemento alimentario. **3.** El empaque y rotulado de todos los alimentos a suministrar durante la ejecución del contrato deberán cumplir con lo estipulado en la Res. 5109 de 2005, Res. 810 de 2021, Res. 254 de 2023, Resolución 2492 de 2022 y las demás normas vigentes que complementen o sustituyan en el desarrollo del contrato. **4.** Con el fin de garantizar la inocuidad del complemento alimentario en la modalidad industrializada, los empaques deben cumplir con los siguientes requisitos: - Ser higiénicos, fabricados con materiales amigables con el medio ambiente y estar acores con las normas ambientales vigentes. - Los alimentos que integran el complemento alimentario deben encontrarse contenidos dentro de su empaque primario, debidamente sellado, rotulado y etiquetado según lo establecido en la Resolución 5109 de 2005 y la normatividad que la modifique, sustituya o adicione. En el caso de las frutas no se exige rotulado por ser un alimento natural, y deben ser entregadas debidamente lavadas y desinfectados a cada titular de derecho. - Los envases y embalajes deben estar fabricados con materiales tales que garanticen la inocuidad del alimento, de acuerdo a lo establecido en la reglamentación expedida por el Ministerio de Salud y Protección Social, especialmente las resoluciones 683, 4142 y 4143 de 2012; 834 y 835 de 2013 o las normas que las modifiquen, adicionen o sustituyan. **5.** Realizar los recorridos de entrega de alimentos e insumos de limpieza y desinfección, de acuerdo al plan de rutas y periodicidad de entrega establecida en la etapa de alistamiento. Dichos recorridos deberán ejecutarse únicamente en días del calendario escolar para garantizar el acompañamiento de los miembros del Comité Dinamizador de Alimentación Escolar-CDAE de cada establecimiento educativo. La entrega de los alimentos e insumos deben ser acorde con los cupos atendidos. Reportar el plan de rutas cinco (5) días antes de iniciar el mes de atención PAE. **6.** Registrar las actividades de limpieza, desinfección y control de residuos realizadas, de acuerdo con los programas ofrecidos.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	7. Cumplir con los ciclos de menús para el complemento jornada mañana / jornada tarde, complemento almuerzo y modalidad industrializada con su respectivo análisis nutricional, guías de preparaciones y lista de intercambios de acuerdo al plan alimentario indígena propio de los pueblos indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS Anexo PAIP Pueblos AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS 2025). **8.** Garantizar que los alimentos que integran la modalidad industrializada se entreguen en adecuadas condiciones de calidad, inocuidad, en las diferentes etapas de conservación, distribución, transporte y almacenamiento a cada titular de derecho de acuerdo a la normatividad sanitaria vigente. **9.** La entrega de los alimentos debe realizarse de forma higiénica y en el menor tiempo posible, con el fin de garantizar el mantenimiento de las temperaturas de los productos que lo requieran, hasta el momento de su consumo. **10.** La entrega del complemento en la modalidad industrializada, el operador debe cumplir con la entrega en cada establecimiento educativo de los complementos de acuerdo con las condiciones exigidas en el presente estudio previo y normatividad vigente, el personal transportador debe estar debidamente identificado, y realizará la entrega de los productos al docente, directivo o persona responsable designada por el Comité de Alimentación Escolar del establecimiento educativo, quienes de manera conjunta deberán verificar las condiciones de calidad y la cantidad de los complementos alimentarios entregados, certificando su entrega y recibo a satisfacción. **11.** El contratista estará en la obligación de realizar la entrega a cada beneficiario del complemento en modalidad industrializada por el día que no asista al establecimiento educativo, según el modelo de prestación del servicio educativo a ejecutar. **12.** Cumplir con el plan de capacitación del personal manipulador de alimentos en los términos y condiciones presentadas en la fase de planeación y alistamiento y reportar en los informes mensuales que correspondan los soportes del cumplimiento del mismo (acta, listados de asistencia por cada establecimiento educativo, registros fotográficos). **13.** Implementar el plan de mantenimiento preventivo y correctivo de equipos aprobado en la fase de alistamiento garantizando el adecuado funcionamiento de los equipos y utensilios, verificando que se utilicen de manera correcta y que se les realicen oportunamente los procedimientos de acuerdo al mismo. **14.** Cumplir con las condiciones de transporte estipuladas en la Resolución 2505 de 2004, Resolución 2019055962 de 2019 por la cual se adopta la Guía de transporte y destino de la carne y productos cárnicos comestibles (…) y demás la normatividad sanitaria vigente para carne, pescado y alimentos fácilmente corruptibles en la modalidad preparada en sitio. **15.** Reportar a la entidad contratante y a las entidades territoriales no certificadas la adquisición de equipos y menaje faltante o por reposición, de acuerdo al literal o numeral 6.3 de la Resolución 18858 del 2018 del MEN y al anexo de calidad e inocuidad de la Resolución 335 de 2021. **16.** El contratista debe contar con bodegas o punto de distribución para el manejo exclusivo de alimentos del programa, que deberán cumplir la normatividad sanitaria vigente. **17.** Contar con una carpeta física en bodega y en cada uno de los establecimientos educativos donde funcione el PAE que contenga, fichas técnicas, el acta de inspección con concepto higiénico sanitario favorable, soportes de cumplimiento del plan de saneamiento básico, soportes de protocolo de enfermedades transmitidas por alimentos, soportes de mantenimiento preventivo y correctivo de equipos, soportes del plan de capacitación al personal manipulador de alimentos y demás documentos que hagan parte del Programa de Alimentación Escolar aprobados en fase de alistamiento. **18.** Tener una carpeta en físico en cada establecimiento educativo por cada

manipulador de alimentos, la cual debe contener los documentos que permitan verificar el cumplimiento de los requisitos exigidos, en la misma se incluirá el examen médico que acrediten al personal como apto en la manipulación de alimentos.

19. Contar con una carpeta física en cada uno de los vehículos transportadores, y en la bodega reportada por el contratista que contengan el acta de inspección sanitaria del vehículo otorgada por la entidad de salud competente, el certificado de capacitación en buenas prácticas de manufactura, para el conductor y su ayudante (en caso de tenerlo) y mantenimiento de unidades de frío, de conformidad a la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que los modifiquen, adicionen o sustituyan. Adicionalmente, deberá contar con la matrícula del vehículo, copia del SOAT vigente, copia de la licencia de conducción, certificado de revisión técnico mecánica y de gases vigente y contrato de alquiler o arrendamiento de los vehículos con los datos de contacto de su propietario.

20. Dotar, mantener y reemplazar cada vez que se deterioren los implementos e insumos utilizados para las labores de limpieza y desinfección en cada establecimiento educativo donde funcione el PAE y/o comedores escolares, los mismos deben cumplir con las características de cantidad y calidad.

21. El contratista debe garantizar que cada comedor escolar tenga como mínimo los insumos e implementos necesarios para llevar a cabo de forma adecuada la prestación del servicio, en las cantidades y especificaciones mínimas requeridas. La Entidad de acuerdo al histórico de atención y teniendo en cuenta las necesidades de los establecimientos educativos requiere las siguientes cantidades:

Insumos e implementos de aseo mínimos por Comedor Escolar – Modalidad preparado en sitio

PRODUCTO	De 1 a 150 Cupos	De 151 a 300 Cupos	De 300 cupos en adelante
Escoba plástica grande	1	2	3
Trapero de hilaza, sin goma	1	2	3
Cepillo largo cerdas duras	1	1	2
Cepillo de mano de cerdas duras	1	1	2
Recogedor de basura plástico	1	2	3
Balde plástico capacidad 12 lt	1	2	3
Esponja plástica para el lavado de ollas	1	2	3
Detergente biodegradable para lavado de platos y batería de cocina, desengrasante, con componentes sulfurados, inoloro y biodegradable, en barra, crema polvo o líquido	2 kilos/Litros mensuales por cada 100 cupos	2 kilos/Litros mensuales por cada 100 cupos	2 kilos/Litros mensuales por cada 100 cupos
Esponja abrasiva	1	2	3
Desinfectante líquido	2 litros mensuales por cada 100 cupos		
Jabón para aseo general, inoloro y biodegradable en polvo o líquido	2 kilos/Litros mensuales por cada 100 cupos		
Jabón antibacterial líquido para desinfección de manos, en dispensador y con identificación del producto, inoloro	300 cc mensuales, por cada manipulador de alimentos		

Bolsas plásticas biodegradables para los residuos orgánicos e inorgánicos. Su tamaño debe corresponder al tamaño de la caneca específica	A necesidad de acuerdo a los volúmenes de residuos generados
Kit de canecas para manejo de residuos	2 canecas por cada comedor escolar. Material polietileno de alta densidad. (verificar colores). Debidamente identificadas, solo si el establecimiento educativo no cuente con estas.
Papel higiénico	Mínimo 1 rollo mensual por cada manipulador de alimentos
Gas (en caso de no contar con suministro de gas por red)	Pipeta de gas de acuerdo a la capacidad de servicio, la pipeta se debe reponer una vez se termine su contenido.

Nota: Nota: Los implementos de aseo (escobas, traperos, recogedor,canecas, valdes, etc.) deben permanecer en adecuadas condiciones y ser reemplazados cada vez que se requiera o se evidencie su deterioro o desgaste; así mismo, en caso que se requiera el ajuste de las cantidades y frecuencias establecidas en la tabla anterior, la supervisión del contrato podrá evaluar la necesidad con el respectivo soporte técnico

Insumos e implementos de aseo mínimos por lugar de almacenamiento temporal – Modalidad industrializada

PRODUCTO	**CANTIDAD MÍNIMA Y PERIODICIDAD**
Escoba plástica grande	1
Trapero de Hilaza, sin goma	1
Recogedor de basura de plástico	1
Desinfectante líquido	1 litro mensual
Jabón para aseo general, inoloro y biodegradable, en polvo o líquido	1 litro mensual
Bolsas plásticas biodegradables para los residuos orgánicos e inorgánicos. Su tamaño debe corresponder al tamaño de la caneca específica.	A necesidad de acuerdo a los volúmenes de residuos generados
Kit de canecas para manejo de residuos	2 canecas por cada comedor escolar. Solo si el establecimiento educativo no cuenta con estas.

PARÁGRAFO PRIMERO: Garantizar durante todas las etapas del proceso la existencia de estos elementos y su reposición si fuese necesario.

PARÁGRAFO SEGUNDO: Garantizar un kit de canecas para el manejo de residuos (punto ecológico); en el evento que la sede no cuente con éste, hacer la dotación del mismo que cumpla con la Resolución 2184 de 2019

22. El contratista debe garantizar la entrega de manera proporcional a los cupos a atender, a cada unidad de servicio de los insumos e implementos necesarios para llevar a cabo de forma adecuada la prestación del servicio en la modalidad complemento preparada en sitio, en las cantidades y especificaciones mínimas requeridas de acuerdo a lo establecido en los presentes estudios previos.

PARÁGRAFO PRIMERO: Se debe garantizar que los elementos de aseo a utilizar sean biodegradables y amigables con el medio ambiente.

PARÁGRAFO SEGUNDO: En el evento que para la unidad de servicio no haya disponibilidad del servicio de recolección y transporte de residuos sólidos, entregar a la supervisión del contrato un plan de manejo de residuos sólidos - PGIRS elaborado por el contratista donde soporte dicho manejo y disposición final de los residuos producidos por el restaurante escolar, el cual deberá presentarse a la supervisión del contrato del plan de saneamiento básico.

23. Para implementos de aseo, es responsabilidad del contratista, garantizar que cada comedor escolar cuente con los insumos e implementos necesarios para llevar a cabo de forma efectiva la prestación del servicio, en las cantidades señaladas en el presente proceso para la modalidad preparada en sitio.
24. Entregar el complemento alimentario jornada mañana/ jornada tarde y almuerzo en los gramajes establecidos en el análisis nutricional para los ciclos de menús, en la modalidad para preparar en sitio e industrializada, de tal manera que el complemento alimentario que el contratista va a suministrar a los beneficiarios cumpla como mínimo con el porcentaje del valor calórico total de las recomendaciones diarias de energía y nutrientes así: El complemento alimentario jornada mañana/jornada tarde y la modalidad industrializada debe aportar el 20%; el complemento alimentario almuerzo debe aportar el 30% de las recomendaciones diarios de calorías y nutrientes y los aportes mínimos definidos en la minuta patrón.
25. Garantizar la porción servida de cada uno de los componentes que se encuentren establecidos en el Plan Alimentario Indígena Propio, tipo de complemento y de acuerdo al horario de consumo de los complementos alimentarios como se relaciona a continuación:

Tipo de complemento	Jornada Escolar	Horario
Complemento Alimentario jornada mañana	Mañana	7:00 a.m. a 9:00 a.m.
Complemento Alimentario jornada tarde	Tarde	3:00 p.m. a 4:30 p.m.
Almuerzo	Jornada Única, zona rural dispersa o internado	11:30 a.m. a 1:00 p.m.

El contratista deberá cumplir con los horarios de consumo de los complementos alimentarios establecidos.

PARÁGRAFO 1: La modalidad industrializada es el alimento listo para consumo, compuesto por alimentos no procesados (frutas), y alimentos procesados provenientes de empresas debidamente avaladas por la autoridad sanitaria competente, y fabricados o envasados bajo las condiciones de producción, empaque, transporte, almacenamiento y manejo exigidas en la normatividad vigente. Por lo tanto, cada alimento se debe entregar en su empaque primario que garantice el cumplimiento del gramaje establecido en la minuta patrón establecida por el MEN y las demás condiciones y características exigidas, así como la normatividad de empaque y rotulado vigente. Esta modalidad se implementa en aquellos casos donde la infraestructura de la institución educativa NO permite la preparación de los alimentos directamente en las instalaciones del comedor escolar y no garantiza la calidad e inocuidad de los alimentos, o el concepto sanitario emitido por la autoridad competente sea desfavorable.

26. Estandarizar las porciones a los equivalentes en gramos (medidas caseras) establecidas en el Plan Alimentario Indígena Propio, de acuerdo a los gramajes de para la modalidad preparada en sitio.
27. El contratista deberá cumplir los ciclos de menús, lista de intercambio y

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	análisis nutricional de la modalidad industrializada concertados en el Plan Alimentario Indígena Propio. **28.** Cada alimento de la modalidad industrializada se debe entregar en forma individual y en el empaque primario que garantice el cumplimiento del gramaje establecido en la minuta patrón, que para las comunidades en el marco de la Resolución 188858 de 2018, se tuvo en cuenta las minutas patrón de la Resolución 29452 de 2017. **29.**Garantizar el almacenamiento transitorio de los alimentos complemento industrializado, cumpliendo con los estándares mínimos de calidad e inocuidad como se establece en la Resolución 2674 de 2013 del Ministerio de Salud y Protección Social. **30.** El contratista, en los informes mensuales de ejecución debe entregar el registro de marcas, lotes y fechas de vencimiento de los productos entregados para la ejecución del programa del respectivo periodo, de acuerdo a los tipos y modalidad de atención del PAE, en los formatos que establezca la entidad. **31.** Realizar la entrega de víveres, elementos de aseo, elementos de protección personal, combustible y demás conforme a lo concertado y aprobado en el Plan de Remisiones suministros en días hábiles de acuerdo al plan de rutas directamente en cada establecimiento educativo, de acuerdo a los cupos asignados, en el formato establecido por la Secretaría de Educación y la UApA, en la cual se relacione obligatoriamente el nombre del establecimiento Educativo, el nombre del docente encargado del restaurante escolar, correo electrónico, No de teléfono – celular, No de Cédula y firma; el número de cupos adjudicados y atendidos, la modalidad de atención, los días de atención para los cuales se están enviando los víveres, el tipo de alimento, la unidad y cantidad de entrega y un espacio de observaciones. De este formato se debe suministrar copia al comedor escolar en el momento de la entrega de los mismos y debe ser firmado por el manipulador de alimentos que recibe y por un representante de la Sede Educativa, previo conteo y revisión del cumplimiento de las especificaciones técnicas (de calidad y cantidad) de alimentos. Dicho formato debe ser diligenciado en el mismo momento de la entrega y por cada vez que se realice la misma. **32.** Entregar a la supervisión del contrato, una certificación expedida por el Rector, Coordinador o la persona delegada del establecimiento educativo para PAE debidamente soportado donde conste que está a paz y salvo en la entrega en sitio de víveres, elementos de aseo, combustible a demanda, dotaciones, bonificación a manipuladoras de alimentos y demás suministros necesarios para el adecuado desarrollo del programa, así como también indicarse el número de complementos alimentarios suministrados, en los formatos establecidos por la SED Nariño. Dicho documento debe contener como mínimo la siguiente información: Establecimiento Educativo, Nombres y apellidos completos, número de cédula, número de teléfono – celular, correo electrónico, fecha de la entrega de cada elemento y firma original del docente, rector o coordinador de PAE. La misma será requisito para el pago mensual de la ejecución del contrato. El formato es suministrado por la SED. **33.** En el evento de faltantes de los alimentos o de alimentos en mal estado, o cuando los mismos no correspondan a las fichas técnicas aprobadas en la fase de alistamiento, se deberá realizar la reposición, devolución, o entregas faltantes de alimentos antes de la preparación o entrega del alimento de acuerdo a lo planeado por el Plan Alimentario Indígena Propio y el horario del servido estipulado, para lo cual, el operador contará máximo con 24 horas para dicha reposición. Ante este hecho cada establecimiento educativo deberá reportar los faltantes o alimentos en mal estado en el formato de la remisión de alimentos, el operador debe estar presto para resolver las observaciones que se realicen en cada establecimiento educativo. El formato de reposición o entrega de faltantes debe corresponder al establecido por la Secretaría de Educación y el UApA. De este formato se debe suministrar copia al comedor escolar en el momento de la entrega de los mismos. Dicho

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	documento debe contener como mínimo la siguiente información: Nombres y apellidos completos, número de cédula, establecimiento educativo, número de teléfono – celular, correo electrónico y firma de quien reciba los alimentos. **34.** Permitir que el Rector, Coordinador, docente encargado de PAE en el Establecimiento Educativo o integrante del Comité Dinamizador de Alimentación Escolar-CDAE que recibe los alimentos, registre por escrito sus observaciones en los formatos definidos por la UApA o la Secretaría de Educación Departamental, para la remisión o reposición de víveres por no cumplimiento de las características propias de los alimentos o faltantes. **35.** Reportar a la supervisión del contrato la reposición de alimentos o víveres a los que los establecimientos educativos que hayan realizado observaciones del estado de las características organolépticas y de inocuidad y/o alimentos faltantes de acuerdo a los ciclos de menú, en un tiempo no mayor a 24 horas posteriores al hecho. **36.** Realizar el mantenimiento correctivo de equipos dentro de los cinco (5) días hábiles luego de reportada la solicitud por parte del establecimiento educativo o supervisión del contrato, o el personal manipulador de alimentos. En caso que se requiera retirar el equipo de la sede para su reparación o que su reparación o mantenimiento no sea inmediata, el operador deberá garantizar la disponibilidad de un equipo de características similares que supla la función del equipo en reparación o mantenimiento, de manera que no se interrumpa la prestación del servicio por dicho motivo. **37.** Atender las visitas en los comedores escolares, bodegas, sedes administrativas, así como las solicitudes del MEN, Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar (UApA) y la entidad territorial y/o diferentes entes de control y/o actores del Programa de Alimentación Escolar. **38.** Efectuar seguimiento en el registro de complementos entregados y beneficiarios atendidos, por cada Establecimiento Educativo, de acuerdo con el procedimiento establecido por el ente contratante como soporte de pago. **39.** Efectuar seguimiento en el registro de los complementos entregados y beneficiarios atendidos, por cada Establecimiento Educativo, de acuerdo con el procedimiento establecido por el ente contratante como soporte de pago. **40.** El contratista debe garantizar que los alimentos que integran los complementos con modalidad tanto preparadas en sitio, como industrializadas, cumplan con las condiciones de calidad e inocuidad para lograr el aporte de energía y nutrientes definidos y prevenir las posibles enfermedades trasmitidas por su inadecuada manipulación. **41.** Para el caso de los complementos en modalidad preparada en sitio e industrializada no servidas diariamente en el marco de la operación del Programa por la ausencia de titulares de derecho registrados en SIMAT, el contratista debe redistribuirlas entre los beneficiarios asistentes. **42.** Cumplir con la entrega de los insumos necesarios para realizar la preparación de los alimentos y desarrollar las actividades de limpieza y desinfección en los comedores escolares para garantizar el cumplimiento de las prácticas higiénicas exigidas, por parte del personal manipulador de alimentos. **43.** El contratista, deberá garantizar la entrega de alimentos en cada establecimiento educativo, para ello deberá contar con una balanza que cumpla con especificaciones de capacidad, sensibilidad y calibración para el pesaje de los mismos como requisito para la verificación por parte del establecimiento educativo, el operador y representantes del Comité Dinamizador de Alimentación Escolar-CDAE. **44.** Efectuar seguimiento y registro de los complementos diarios entregados y beneficiarios atendidos por cada establecimiento educativo, de acuerdo con el procedimiento establecido por el ente contratante, como soporte de pago. **45.** El combustible deberá suministrarse a demanda. En cada establecimiento educativo debe haber una reserva de combustible

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	sellada del mismo tamaño y capacidad de la primera entrega, la cual será parte de la verificación en la visita de la supervisión del contrato en terreno. **46.** Realizar cambios de menús solo en los siguientes casos: falta de disponibilidad de un alimento, madurez o deterioro de frutas y verduras por condiciones de almacenamiento o por cosecha, de acuerdo a la lista de intercambios aprobada por cada pueblo indígena. El contratista deberá solicitar por escrito mínimo con cinco (5) días de anticipación, la aprobación por escrito del intercambio por las autoridades indígenas y la supervisión del contrato, e informar y dejar copia de dicha aprobación en el establecimiento educativo donde se aplicaría el cambio. **47.** Registrar las actividades del Plan de Saneamiento Básico, de acuerdo con los programas ofrecidos, los cuales deberán reposar en las carpetas de cada uno de los establecimientos educativos, el formato se entregará por parte de la entidad. **48.** Registrar las actividades del protocolo de enfermedades transmitidas por alimentos, de acuerdo con los programas ofrecidos, los cuales deberán reposar en las carpetas de cada uno de los establecimientos educativos. **49.** Entregar a cada establecimiento educativo para su diligenciamiento los formatos de seguimiento al Plan de Saneamiento Básico, el formato será entregado por parte de la SED. Se deberá demostrar la entrega con firma de recibido por cada establecimiento educativo en el que conste esta recepción y contenga como mínimo: Nombres y apellidos completos, número de cédula, establecimiento educativo, número de teléfono – celular, correo electrónico y firma de quien recibe. **50.** Cumplir con los compromisos relacionados con las compras locales, de acuerdo a lo establecido en los presentes estudios previos y según lo estipulado en la Ley 2046 de 2020. **51.** Llevar el registro de las temperaturas de almacenamiento de alimentos, en refrigeración y congelación, preparación, servido y distribución en cada establecimiento educativo, según los formatos establecidos por la SED NARIÑO y la UApA. **52.** En el caso que, el establecimiento educativo no cuente con equipo para la toma de temperatura en frio y caliente (termómetro), el operador mediane el coordinador municipal debe realizar de forma aleatoria la toma de temperatura en cada establecimiento educativo durante mínimo cinco (5) días del mes de atención, llevando el registro en los formatos establecidos por la SED NARIÑO y la UApA. Posteriormente, se debe presentar dichos formatos en el informe de pago para la validación de la supervisión. **53.** Garantizar que el personal ajeno al comedor escolar ingrese con la debida dotación como tapabocas, gorro y bata. **54.** Realizar un muestreo microbiológico de manera mensual en ls modalidades preparada en sitio y industrializada a los alimentos considerados como de alto riesgo en salud pública de acuerdo a la clasificación establecida en la Resolución 719 de 2015 emitida por el MSPS y demás normas que la sustituyen, adicionen o modifiquen, en donde se especifique como mínimo: el alimento, lote, fecha de vencimiento, fecha de elaboración de los análisis, concepto de los análisis y mes al que corresponde dicho reporte. Es necesario que como mínimo se reporte mensualmente el análisis microbiológico de dos (2) alimentos con sus respectivos resultados. **55.** En caso en que los análisis de los resultados entregados a la supervisión se evidencie presencia de microorganismos patógenos realizar nueva toma de muestreo microbiológico, fisicoquímico o bromatológico que permita verificar la solución efectiva del hallazgo, máximo al mes de realizado la primera toma, e informar dentro de los 5 días hábiles siguientes de ocurrencia de hecho a la supervisión del contrato. **56.** Responder oportunamente las peticiones, quejas, reclamos, sugerencias recibidas de los Comités dinamizadores Municipales y/o Escolares de Alimentación Escolar y/o la comunidad educativa en general, por los diferentes medios tales como: correo electrónico, SAC entre otros.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	57. Reportar de forma anticipada en los casos que sea posible la no operatividad del programa. **58.** Las demás obligaciones consideradas para complemento preparado en sitio e industrializada, según los Lineamientos Técnico Administrativos y sus anexos. **OBLIGACIONES ESPECÍFICAS DEL CONTRATISTA PARA LA FASE DE ALISTAMIENTO** Son las actividades y tareas que debe acreditar el contratista para la suscripción del contrato **1.** Elaborar y presentar el plan de compras, con base en los ciclos de menús y el análisis nutricional concertados y aprobados por los pueblos indígenas, el cual es la herramienta para programar las necesidades de bienes y servicios que se requieren durante el calendario escolar, desagregado para el primer mes con el objetivo de implementar el Plan Alimentario Indígena Propio. Este plan de compras deberá determinar lo que se necesita, cuánto se necesita, cuándo se necesita, los recursos requeridos y las fuentes de donde se obtendrán los recursos. Mensualmente se deberá presentar el plan de compras previo a la entrega de alimentos. **2.** Elaborar y presentar el programa de proveedores, materias primas e insumos donde se detalle todos los aspectos y criterios de evaluación, aceptación y seguimiento a proveedores, de igual forma se describan las especificaciones de calidad, criterios de aceptación y rechazo de las materias primas e insumo, condiciones de recibo, almacenamiento, uso y controles de calidad, así como la caracterización de materias primas e insumos y su rotación, aplicando el sistema PEPS (Primero en Entrar, Primero en Salir), requisitos de rotulado de acuerdo con la reglamentación sanitaria vigente (Res. 5109 de 2005, Res. 810 de 2021, Res. 254 de 2023, Resolución 2492 de 2022) y el seguimiento de los mismos. **3.** Elaborar y presentar un Plan de Saneamiento Básico de la bodega y cada comedor escolar de los establecimientos educativos, acorde a lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que la modifiquen, sustituyan o deroguen, el cual debe incluir como mínimo objetivos, procedimientos, cronogramas, formatos de chequeo y responsables de los siguientes programas: a) Programa de Limpieza y Desinfección: Los procedimientos de limpieza y desinfección deben satisfacer las necesidades particulares del proceso y del producto almacenamiento de que se trate. Debe tener por escrito: • Objetivos. • Alcance • Responsable • Definiciones • Procedimiento de limpieza y desinfección: área- equipo, método de limpieza, método de desinfección, frecuencia, responsabilidades y seguimiento y medidas correctivas • Tanque de almacenamiento de agua potable: método de limpieza, método de desinfección, frecuencia, responsable, seguimiento y medidas correctivas. • Productos químicos, agentes y/o sustancias que se utilicen, indicando la preparación de las soluciones, concentraciones, formas de uso, tipo de aplicación y tiempos de contacto. Debe contar con las fichas técnicas y hojas de seguridad de las sustancias químicas a utilizar • Los equipos e implementos requeridos para efectuar las operaciones y la periodicidad de las actividades. • Monitoreo y verificación: medidas preventivas y correctivas. b) Programa de Desechos Sólidos: Debe relacionar la infraestructura, elementos, áreas, recursos y procedimientos que garanticen una eficiente labor de recolección, conducción, manejo, almacenamiento interno, clasificación, transporte y disposición final de los desechos

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	sólidos, lo cual tendrá que hacerse observando las normas de higiene y salud ocupacional establecidas con el propósito de evitar la contaminación de los alimentos, áreas, dependencias y equipos, y el deterioro del medio ambiente. Con un contenido mínimo de: • Objetivos • Alcance • Responsable • Definiciones • Tipos y clasificación de residuos • Procedimientos de separación de la fuente, almacenamiento y disposición final. • Manejo en el sitio de generación: actividad, frecuencia, responsable, monitoreo, verificación y acciones correctivas y preventivas. Parágrafo: En el evento que para el establecimiento educativo no haya disponibilidad del servicio de recolección y transporte de residuos sólidos, entregar a la supervisión del contrato certificación en tal sentido expedida por la autoridad competente del respectivo Municipio junto con un plan de manejo de residuos sólidos elaborado por el contratista donde soporte dicho manejo y disposición final de los residuos producidos por el restaurante escolar. c) Programa de Control de Plagas: Las plagas deben ser objeto de un programa de control específico, el cual debe involucrar el concepto de control integral, apelando a la aplicación armónica de las diferentes medidas de control conocidas, con especial énfasis en las radicales y de orden preventivo. En caso de realizarse fumigación en instalaciones, ésta debe ser realizada por una empresa idónea certificada en el servicio, dejando registro de las actividades realizadas y del tipo de sustancias empleadas, así como la copia del registro sanitario de la empresa que realizó el control de plagas. Se deben incluir las fichas técnicas y hojas de seguridad de los productos químicos utilizados en las actividades de control integrado de plagas. Para el caso de los comedores escolares, la obligación del contratista será implementar todas las acciones de tipo preventivo para el control integrado de plagas y a su vez deberá articularse con la institución educativa para que ésta última tome las medidas correctivas al respecto. Este programa debe contener con mínimo: • Objetivo • Alcance • Responsable • Definiciones • Caracterización de plagas por áreas • Procedimientos. • Método de control (fisco y/o químico): periodicidad y método de aplicación • Productos o sustancias químicos con su respectiva ficha técnica • Inspección y seguimiento d) Programa de Abastecimiento o Suministro de Agua: Establecer y documentar un programa de abastecimiento de agua, de acuerdo a lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y las demás normas vigentes que lo modifiquen o complementen, que contenga como mínimo: • Objetivos. • Descripción general de la disponibilidad y calidad del agua con la que se cuenta en las instituciones y centros educativos adjudicados (de acuerdo a diagnóstico realizado). • Estrategias a implementar para garantizar el servicio en calidad de potabilidad • Planeación de acciones conjuntas con la entidad competente, para garantizar el abastecimiento del agua potable para el servicio de alimentación • Actividades de limpieza periódica de tanques de almacenamiento • Prácticas de ahorro y cuidado del agua

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	• Acciones a aplicar en casos de contingencia como derrames de sustancias químicas a las fuentes de agua, daños en redes de suministro, suspensión del servicio o emergencias específicas NOTA: El Plan de saneamiento debe tener aplicabilidad y estar ajustado a las necesidades, características y entorno de cada establecimiento educativo, bodega de almacenamiento y/o comedor escolar, el documento debe estar impreso y a disposición de la autoridad sanitaria, así como de la supervisión del contrato del Programa en cada uno de los puntos donde opere, dejando como evidencia de su implementación los registros, listas de chequeo y soporte de estas actividades. **4.** Elaborar y presentar documento donde especifique la metodología con los implementos y recursos necesarios para la entrega de industrializada, teniendo en cuenta la calidad e inocuidad en las etapas de distribución, transporte y almacenamiento de los alimentos que integran dicha modalidad. **5.** Elaborar y presentar el plan de mantenimiento preventivo y correctivo de los equipos, el cual debe aplicarse a las bodegas y unidades de servicio (restaurantes escolares) y debe contener como mínimo los siguientes aspectos: • Introducción • Objetivos • Alcance • Responsable • Medidas preventivas • Medidas correctivas • Cronograma • Formatos de monitoreo y control • Hoja de vida con registro de las actividades de mantenimiento preventivo y correctivo de cada uno de los equipos existentes **6.** Elaborar y presentar el plan de capacitación para el personal manipulador de alimentos o auxiliar dinamizador de alimentos desde el momento de su vinculación, dicho plan no podrá ser inferior a 10 horas anuales y deberá tratar como mínimo los siguientes temas: • Manejo adecuado de los alimentos en los procesos desarrollados; • Buenas Prácticas de Manufactura, prácticas higiénicas en la manipulación; • Procedimientos del Plan de Saneamiento Básico; • Estandarización de Utensilios y porciones; • Minuta patrón, ciclos de menús, análisis químicos; • Toma y registro de temperatura de los alimentos en frio y caliente. El plan de capacitación debe contener como mínimo: • Metodología; • Duración; • Profesional que dicte la actualización; • Cronograma. Una de estas capacitaciones deberá realizarse antes del inicio de la operación, durante la fase de alistamiento del programa. Por tanto, el contratista será responsable por los actos y omisiones en que incurra el personal manipulador que afecte la operación del Programa de Alimentación Escolar. El plan de capacitación se deberá desarrollar de acuerdo con lo establecido en la normatividad sanitaria vigente (Resolución 2674-2013) **7.** Elaborar y presentar el procedimiento o protocolo al momento de reportarse una posible ETA o brote alimentario dentro del programa de la modalidad preparada en sitio, de acuerdo a lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan y al manual de ETA´s emitido por la UApA. Nota: el formato es suministrado por la entidad. **8.** Presentar el plan de rutas, periodicidad y días de entrega (modelo operativo) de vivieres, elementos de aseo y combustible (gas) a cada comedor escolar de los establecimientos educativos en los días estipulados en el plan de

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	remisiones del PAE que operen bajo la modalidad preparada en sitio; y lo que aplique en la modalidad complemento industrializada, así mismo, debe entregarse la información consolidada indicando los establecimientos educativos que se atenderán bajo la modalidad establecida, de acuerdo a los cupos adjudicados en cada una de éstas. Dicho plan deberá ejecutarse únicamente en días hábiles para garantizar el acompañamiento de los miembros del Comité Dinamizador de Alimentación Escolar-CDAE de cada establecimiento educativo. Nota: realizar el plan en el formato suministrado por la SED **9.** Presentar las hojas de vida del equipo de trabajo (Coordinador Operativo, Nutricionista, Ingeniero de Alimentos, profesional en Derecho, Profesional en el área de las Ciencias Sociales o Humanas, profesional en Ciencias Económicas o Afines, Coordinadores Municipales y Manipuladoras dinamizadoras auxiliares de alimentos de acuerdo al número de estudiantes establecido en los presentes estudios previos. Adjuntar las hojas de vida del personal requerido en formato función pública, fotocopia de la cédula, certificados laborales, donde especifique objeto, funciones, fecha de inicio, fecha de finalización, firma del jefe inmediato, adicionalmente presentar tarjeta profesional (si aplica), expedida por la entidad competente, diplomas de estudio, antecedentes Fiscales, Disciplinarios, Judiciales, Sistema de Registro Nacional de Medida Correctivas, Inhabilidades por comisión de delitos sexuales contra menores de edad (Ley 1918 de 2018, decreto 753 de 2019), Registro de Deudores Alimentarios Morosos- REDAM, cada antecedente con fecha de expedición no menor a 30 días. Además, se debe adjuntar el certificado en formación en buenas prácticas de manufactura con mínimo 10 horas anuales de acuerdo con la Resolución 2674 de 2013, con fecha de expedición de certificado no mayor a un año (Cuando aplique) y demás soportes para acreditar la suficiente formación académica y experiencia mínima solicitada. **Coordinador operativo:** El coordinador deberá cumplir con mínimo el perfil profesional de nutrición y dietética, ingeniero de alimentos, ingeniería industrial, administración de empresas o profesiones afines, profesional en ciencias económicas o afines, profesional en ciencias sociales o humanas. Experiencia general: No menor a dos (02) años contados hasta la presentación de documentos; Experiencia Específica: No menor a un (01) año, contados entre la fecha de expedición de la matrícula profesional o inscripción en el COPNIA y la fecha de presentación de documentos, en temas relacionados con servicios de alimentación y/o suministro de alimentos en programas sociales **Nutricionista Dietista:** Con tarjeta profesional vigente y experiencia general: no menor a un (01) año; Experiencia Específica: No menor a un (01) año, contados entre la fecha de expedición de la matrícula profesional y la fecha de presentación de documentos, en temas relacionados con servicios de alimentación y/o suministro de alimentos en programas sociales. **Ingeniero de Alimentos y/o agroindustrial:** Con tarjeta profesional vigente, con experiencia general: no menor a un (01) años contados hasta la presentación de documentos. Experiencia Específica: No menor a un (01) años contados entre la fecha de expedición de la matrícula profesional o inscripción en el COPNIA y la fecha de presentación de documentos, en temas relacionados con servicios de alimentación y/o suministro de alimentos en programas sociales **Profesional en el área de las Ciencias Sociales o Humanas:** con tarjeta profesional vigente. Experiencia: Mínimo un (1) año de experiencia profesional, contados desde la fecha de expedición de la matrícula profesional hasta la fecha de presentación de la manifestación de interés. Específica: Mínimo un (1) año de experiencia en temas relacionados con servicios de alimentación y/o suministro de alimentos, contada desde la fecha de expedición de la matrícula profesional. **Profesional en Derecho:** Con tarjeta profesional vigente y experiencia general no menor a un (1) año contado hasta la presentación de documentos. Experiencia Específica: No menor a un (1) año, contados entre la fecha de expedición de la matrícula profesional y la fecha de presentación de documentos, en temas relacionados con servicios de alimentación y/o suministro de alimentos en programas sociales.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	Profesional en Ciencias Económicas o afines: Con tarjeta profesional vigente y experiencia general no menor a un (1) año contado hasta la presentación de documentos. Experiencia Específica: No menor a un (1) año, contados entre la fecha de expedición de la matrícula profesional y la fecha de presentación de documentos, en temas relacionados con servicios de alimentación y/o suministro de alimentos en programas sociales. **Coordinadores municipales:** Uno por cada municipio a atender, para que verifiquen que los proveedores entreguen en los establecimientos educativos los alimentos contratados, que las manipuladoras cumplan con sus obligaciones, la asistencia de los estudiantes a los establecimientos educativos y compilación de información base, para los informes de ejecución. En otras palabras, debe garantizar la adecuada implementación del programa de alimentación escolar en cada establecimiento educativo del municipio. Debe tener una experiencia mínima de un (01) año en participación de contratos similares al que se pretende celebrar, en temas relacionados con servicios de alimentación y/o suministro de alimentos en programas sociales, nivel de escolaridad bachiller y contar con certificado en formación en buenas prácticas de manufactura con mínimo 10 horas anuales de acuerdo con la Resolución 2674 de 2013, con fecha de expedición de certificado no mayor a un año. **Dinamizadoras auxiliares de alimentos:** Presentar la relación de manipuladoras de alimentos por establecimiento educativo y municipio, soportadas con las hojas de vida en formato función pública y anexos de acuerdo a los cupos establecidos en los presentes estudios previos, cédula, certificado médico de acuerdo a lo establecido en la Resolución 2674 del 2013, emitida por el Ministerio de Salud y Protección Social, en la cual conste la aptitud para manipular alimentos (certificación vigente no mayor a 6 meses con relación al inicio de operación del programa), certificado de asistencia a curso y/o capacitación de manipulación de alimentos, carnet de salud y exámenes complementarios, según lo dispuesto en el presente contrato y en la normatividad sanitaria vigente, con fecha de expedición no mayor a un año. Experiencia comprobada mínima de tres (03) meses en la preparación de alimentos. NOTA: la relación también debe contener como mínimo la siguiente información de las manipuladoras: Nombres y apellidos completos, número de cédula, establecimiento educativo, numero de cupos atender, número de teléfono – celular, correo electrónico; en los formatos establecidos por la Secretaria de Departamental, y entregar copia del documento que soporte la vinculación del personal bajo la modalidad elegida por el contratista o según lo estipulado en los presentes estudios previos. **10.** Entregar evidencia de la vinculación laboral o civil del operador con el equipo de trabajo aprobado. **11.** Entregar la totalidad de fichas técnicas de alimentos que conforman el complemento alimentario jornada mañana, complemento alimentario jornada tarde, almuerzo, modalidad industrializada y de los alimentos que conforman la estrategia de residencias escolares, las cuales deben contar con el respectivo registro, permiso o notificación sanitaria, que soportan la calidad de los alimentos que componen los complementos alimentarios de la modalidad, además se debe incluir acta de inspección sanitaria con concepto favorable del establecimiento donde se fabriquen los alimentos o sus materias primas; o contar con el concepto sanitario favorable del establecimiento donde se realiza la compra o almacenamiento de los alimentos, emitido por la autoridad sanitaria competente. Conforme a la circular INVIMA No DAB 4000- 082-22 y anexos “Actualización de la circular 400-0201-17 en cuanto a los criterios técnicos y normativos sobre los requisitos sanitarios que deben cumplir los fabricantes, procesadores, envasadores, bodegas de almacenamiento, transportadores, distribuidores y comercializadores de alimentos y bebidas de los programas sociales”. Los alimentos importados deberán contar con registro, permiso o notificación sanitaria emitida por la autoridad competente y deberán cumplir el Decreto 539 de 2014 y la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que los modifiquen, sustituyan o adicionen. Adicionalmente, deberá entregar a la supervisión del contrato del Programa, los análisis de liberación de los

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	alimentos de alto riesgo en salud pública, en donde se identifique claramente el alimento, lote, fecha de vencimiento, fecha de elaboración de los análisis, concepto de los análisis y mes al que corresponde dicho reporte. **12.** Presentar el acta de inspección sanitaria expedido por la autoridad sanitaria competente del ente territorial donde se encuentre ubicada la bodega de almacenamiento de alimentos, planta de ensamble o planta de producción, con fecha de expedición no superior a un (1) año y concepto higiénico sanitario favorable de la o las bodegas de almacenamiento o punto de distribución de los alimentos. **13.** Realizar y entregar un inventario de equipos y utensilios utilizados en el comedor escolar de cada Establecimiento Educativo, en el formato establecido por la Secretaria de Educación Departamental, avalado con la firma del el rector o su delegado y el responsable o delegado del contratista, el cual debe contener como mínimo la siguiente información: Nombres y apellidos completos, No de Cédula, teléfono – celular, correo electrónico y firma. **14.** Dotar la(s) bodega(s) mínimo con los siguientes equipos y utensilios para llevar a cabo adecuadamente los procesos: equipos de refrigeración y congelación, balanza, grameras, termómetro, carretilla transportadora, canastillas y estibas de acuerdo con lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que lo adicionen, modifiquen o sustituyan. Adicionalmente el contratista debe entregar un inventario de todos los equipos antes mencionados y los que considere necesarios disponer en la bodega para su correcta ejecución de PAE. **15.** Presentar la relación de bodegas a la supervisión, para el efecto, deberá presentar los siguientes documentos: • Contrato de arrendamiento o carta de compromiso de disponibilidad, u otra figura jurídica de permiso de uso permitida por la legislación colombiana; • Acta de Inspección Sanitaria expedida por el ente municipal, departamental o nacional (INVIMA) según sea el caso, la cual debe tener el acta de inspección sanitaria o certificado expedido por la autoridad sanitaria vigente competente, con fecha de expedición no superior a un (1) año, con concepto favorable, la cual deberá mantenerse durante todo el plazo de la presentación del servicio objeto del contrato y conforme a la Resolución No. 2674 de 2013. **16.** El contratista en el marco de la operación debe garantizar que los vehículos destinados para el transporte sean exclusivos para el transporte de los alimentos y a su vez el cumplimiento de los requisitos en la entrega de los alimentos de acuerdo a los lineamientos técnicos establecidos en el Decreto 1500 de 2007, Decreto 2270 de 2012, Resolución 2674 de 2013, Resolución 2019055962 de 2019, Resolución 002505 de septiembre de 2004 expedida por el Ministerio de Transporte y las demás normas que modifiquen, adicionen o sustituyan, por lo cual e contratista deberá presentar los requisitos que serán susceptibles de inspección y supervisión y cuando el supervisor del contrato lo considere pertinente, para ello deberá anexar: • Acta de inspección sanitaria del vehículo otorgada por la entidad de salud competente con concepto higiénico sanitario favorable con fecha de expedición no superior a un (1) año; • Certificado de capacitación básica en buenas prácticas de manufactura para el conductor y su ayudante (en caso de tenerlo); • Matrícula del vehículo; • Copia del SOAT vigente; • Copia de la licencia de conducción; • Copia del certificado de revisión tecno mecánica y de gases vigente; Si los vehículos no son de propiedad del contratista, deberá allegar el contrato de alquiler o arrendamiento de los vehículos con los documentos anteriormente

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	mencionados y con los datos de contacto de su propietario **17.** Elaborar y presentar documento de estandarización de recetas y porciones, donde se incluya la cantidad de cada uno de los ingredientes (en gramos o mililitros, o su equivalente en medidas caseras), que serán utilizados en la preparación para un determinado número y tamaño de porciones; describe detalladamente los pasos, tipo de equipos y utensilios, temperatura y tiempos de la preparación, garantizando que una determinada preparación se elabore siempre de la misma manera, evita el desperdicio de ingredientes y permite que cualquier persona pueda prepararla adecuadamente si sigue las instrucciones de la receta. El documento de estandarización de recetas y porciones deberá contener como mínimo: • Introducción • Objetivo • Normativa • Definiciones • Metodología • Responsables • Formatos de monitoreo y control • Cronograma • Formato de gramaje de la lista de alimentos (análisis nutricional) según frecuencia establecida de entrega con firma de recibido conforme o no conforme por dinamizador de alimentos. NOTA. En el evento que lo presentado no cumpla u omita alguno de los ítems, se le otorgará al contratista el término perentorio de cinco (5) días hábiles para su corrección, de persistir errores u omitir la entrega de las correcciones se realizará reunión con la supervisión del contrato dentro de los tres días siguientes donde se definirá las acciones a implementar de conformidad con la ley y el contrato. Una vez se certifique el cumplimiento de la fase de alistamiento, la supervisión del contrato emitirá orden de inicio de operación previo cumplimiento de los requisitos de fase de alistamiento, caso contrario no será posible el reconocimiento económico de lo ejecutado sin la autorización respectiva. NOTA. En el caso que el contratista no disponga de la totalidad de certificados médicos de las dinamizadoras auxiliares de alimentos e inventario de equipos y utensilios de cada comedor escolar donde pretenda operar, se debe solicitar con la debida justificación un periodo máximo a ocho (08) días para presentar la documentación en su totalidad.
2.10 Obligaciones generales del Contratista:	**1.** Obtener y presentar para su aprobación las garantías en las condiciones, plazos y con el objeto y montos establecidos en el contrato, así como mantener vigentes sus amparos y prorrogarlos en los términos señalados. **2.** Obrar con lealtad y buena fe en las distintas etapas contractuales, evitando cualquier tipo de dilaciones y trabas que afecten el objeto del contrato. **3.** No acceder a peticiones o amenazas de quienes actúen por fuera de la Ley con el fin de obligarlo a hacer u omitir algún acto o hecho en contra de la Ley. Cuando se presentaren tales peticiones o amenazas, deberá informar inmediatamente de su ocurrencia al contratante, y/o a las demás autoridades competentes para que ellas adopten las medidas correctivas que fueren necesarias. El incumplimiento de esta obligación y la celebración de pactos o acuerdo prohibidos dará lugar a la terminación del contrato. **4.** Asegurar la continuidad de las actividades y la garantía de los recursos físicos, humanos, tecnológicos, logísticos y materiales necesarios para el buen desarrollo del programa. **5.** Garantizar en las actividades a desarrollar para la ejecución del PAE, un enfoque que propenda por la conservación del medio ambiente y por las buenas prácticas ambientales. **6.** Utilizar la imagen institucional del Departamento de Nariño, Secretaría de Educación Departamental, MEN, Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar y Nación en la papelería, remisiones de despacho, formatos de seguimiento y piezas publicitarias utilizadas durante la ejecución del contrato, de acuerdo con el manual de imagen del Ministerio para lo cual la Entidad remitirá una vez legalizado los logos institucionales

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	7. Dar respuesta oportuna, verificable, de fondo y dentro de los tiempos legales establecidos, a los requerimientos o solicitudes realizados por los entes de control, la entidad, el MEN, la Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar y demás actores que participan en el marco de la operación del Programa. **8.** Acatar las recomendaciones y observaciones efectuadas por la supervisión del contrato para el buen desarrollo del Programa de Alimentación Escolar. **9.** Mantener comunicación permanente con la Secretaría de Educación Departamental. **10.** Informar a la supervisión a la menor brevedad posible las anomalías, inconvenientes y novedades presentadas en la operación del programa, de igual manera presentar los informes y acciones de mejora establecidas para cada una de ellas **11.** Garantizar y salvaguardar los derechos fundamentales de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, consagrados en el artículo 44 y 67 de la Constitución Política, en la Convención Internacional de los Derechos del Niño, en la Ley 1098 de 2006 y demás normas vigentes. **12.** Disponer de los medios necesarios para garantizar la no existencia de trabajo infantil en la ejecución del programa y su cadena de producción, así como el compromiso de disponer mecanismos para contribuir a la abolición efectiva de las peores formas de trabajo infantil. **13.** Cumplir las disposiciones contenidas en el Manual de Contratación de la Entidad. **14.** Cumplir con las políticas de seguridad, los procedimientos para el manejo de la información, uso de la información y distribución de la información de conformidad con el derecho fundamental del Habeas Data establecido en el artículo 15 de la Constitución Política de Colombia y en la Ley 1098 de 2006 y demás normas vigentes. **15.** Promover y apoyar acciones, estrategias, actividades o programas para el fomento de estilos de vida saludables siguiendo los lineamientos de la Secretaría de Educación y/o Ministerio de Educación Nacional. **16.** Presentar dentro de los tres (3) días siguientes a la celebración del contrato, los documentos necesarios para su legalización y ejecución. **17.** El contratista deberá contar con una sede, sea agencia, sucursal, local comercial, establecimiento de comercio, entre otros, en el Departamento de Nariño, para la ejecución del programa. **18.** Ejecutar el objeto del contrato de acuerdo con el alcance previsto en los documentos del proceso. **19.** Cumplir en forma eficiente y oportuna las obligaciones que se generen por la naturaleza del contrato, con plena autonomía técnica y administrativa y bajo su propia responsabilidad. Por lo tanto, no existe ni existirá ningún tipo de subordinación, ni vínculo laboral alguno con el Departamento. **20.** Cumplir con los pagos correspondientes al Sistema de Seguridad Social Integral (Salud, Pensiones y ARL), según corresponda, de conformidad por lo establecido por la normatividad vigente, y presentar certificación suscrita por el contador o revisor fiscal donde conste estar a paz y salvo en el cumplimiento de dichas obligaciones. **21.** El contratista se obliga a la implementación de Gestión de Seguridad y Salud en el trabajo de conformidad con la Resolución 312 de 2019 y Decreto 1072 de 2015. **22.** Todas las demás inherentes o necesarias para la correcta ejecución del objeto contractual **23.** Satisfacer las demás obligaciones a su cargo que se deriven de la naturaleza del contrato, y de las exigencias legales, entre ellas, aquellas de carácter tributario, en caso de que se generen.
2.11 Obligaciones del Departamento:	Antes de cualquier modificación unilateral por parte de la entidad se deben agotar todos los instrumentos y mecanismos que le permitan una solución de común acuerdo. En todas las etapas del proceso de contratación se garantizará el cumplimiento de los principios de la contratación pública, contenidos en la Constitución Política de Colombia y en la Ley, en especial los contenidos en el Decreto 019 de 2012. **1.** Entregar al CONTRATISTA la información y documentación que requiera, para el adecuado desarrollo y cumplimiento del contrato.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	2. Impartir al CONTRATISTA directrices y orientaciones para el desempeño de las actividades propias del objeto contractual. **3.** Exigir la ejecución idónea y oportuna del objeto contractual, así como velar por el cumplimiento del mismo, a través de la supervisión del contrato. **4.** Realizar el pago al CONTRATISTA en la forma y condiciones pactadas y señaladas en la cláusula cuarta del contrato. **5.** El departamento de Nariño deberá entregar la lista de estudiantes oficiales registrados en SIMAT, sin embargo, el operador debe tener en cuenta la circular 014 de 2020 que tiene como asunto el Reporte de los Estudiantes que van a consumir efectivamente el Programa de Alimentación Escolar efectivamente **6.** El departamento de Nariño deberá facilitar el listado de docentes y/o directivos en cada uno de establecimientos educativos.
2.12 Supervisión y control y Control:	Por disposición del artículo 84 de la Ley 1474 de 2011 la supervisión implica el seguimiento, técnico, administrativo, financiero, contable y jurídico al ejercicio del cumplimiento obligacional por la entidad contratante sobre las obligaciones a cargo del contratista. El Departamento de Nariño realizará la supervisión al contrato que se llegue a celebrar como resultado del proceso, a través del Subsecretario(a) de Planeación y Cobertura, del Subsecretario(a) de Calidad Educativa, del Subsecretario(a) Administrativo(a) y Financiero(a) y del (la) Profesional Universitario(a) de Inspección y Vigilancia grado 04, de la Secretaría de Educación Departamental quien vigilará y supervisará la ejecución del mismo, conforme a las disposiciones del ordinal 1º del artículo 4º, y ordinal 11 del artículo 26 de la Ley 80 de 1993 y de los artículos 83 y 84 de la ley 1474 de 2011.
2.13 Principales obligaciones de la supervisión	Vigilar que la ejecución del contrato se realice de conformidad con el PAIP de los Pueblos AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS . **1.** Ejercer control y vigilancia al contrato suscrito para la prestación del servicio de alimentación escolar en cada uno de los siguientes aspectos: técnico, administrativo, financiero, contable y jurídico, a través de las diferentes etapas del proceso, desde su alistamiento, despacho, transporte, entrega y recepción, almacenamiento, preparación y distribución de los alimentos del complemento alimentario am/pm, almuerzo y ración industrializada que ayude a recuperar y fortalecer los procesos culturales de alimentación a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes indígenas registrados en el sistema de matrícula- SIMAT cómo estudiantes oficiales de los establecimientos educativos que atienden población educativa mayoritariamente indígena y aquellos que se encuentren ubicados en territorio indígena de los pueblos AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS. **2.** Solicitar y exigir informes, aclaraciones y explicaciones al contratista, llevar a cabo reuniones, integrar comités y desarrollar otras herramientas encaminadas verificar la adecuada ejecución del contrato. **3.** Impartir instrucciones y hacer recomendaciones encaminadas a la correcta ejecución del contrato de acuerdo a las especificaciones técnicas y económicas previstas en su oferta las cuales deberán ser de manera formal y por escrito. **4.** Apoyar el logro de los objetivos contractuales al contrato suscrito para la operación de PAE. **5.** Impartir instrucciones y hacer recomendaciones de manera formal y por escrito encaminadas a la correcta ejecución del contrato de acuerdo a las especificaciones técnicas y económicas previstas en su oferta, en el contrato suscrito en la Resolución 18858 de 2018 y demás normas que modifiquen, adicionen o sustituyan. **6.** Velar por el cumplimiento del contrato y sus obligaciones en términos de plazos, calidades, cantidades y condiciones establecidas en la Resolución 18858 de 2018 y demás normas que modifiquen, adicionen o sustituyan. Además de la adecuada ejecución de los recursos del contrato. **7.** Velar por el cumplimiento del contrato y sus obligaciones en términos de plazos, calidades, cantidades y condiciones establecidas en la Resolución 18858 de 2018 y demás normas que modifiquen, adicionen

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	o sustituyan. Además de la adecuada ejecución de los recursos del contrato. **8.** Mantener en contacto a las partes del contrato. **9.** Evitar la generación de controversias y propender por su rápida solución. **10.** Llevar a cabo las labores de monitoreo y control de riesgos que se le asignen como a causa de la ejecución del contrato. **11.** Aprobar o rechazar por escrito, de forma oportuna o motivada la entrega de los bienes o servicios, cuando estos no ajustan a lo requerido en el contrato, especificaciones técnicas, condiciones y/o calidades acordadas o contratadas teniendo como base el contrato y la Resolución 18858 de 2018 y demás normas que modifiquen, adicionen o sustituyan. **12.** Revisar que el objeto del contrato se haya cumplido en su totalidad y suscribir el acta definitiva de recibido de satisfacción del objeto contractual y sus obligaciones. **13.** Informar a la Entidad los hechos o circunstancias que puedan constituir actos de corrupción tipificados como conductas punibles, o que pongan en riesgo el cumplimiento del contrato; así como entregar los soportes necesarios para que la Entidad desarrolle las actividades correspondientes. **14.** Informar a la entidad cuando se presente incumplimiento contractual; así como entregar los soportes necesarios para que la Entidad desarrolle las actividades correspondientes. **15.** Exigir y verificar que los bienes y servicios adquiridos cumplan con las exigencias de las normas técnicas obligatorias y los lineamientos técnicos administrativos establecidos en la Resolución 18858 de 2018 y demás normas que modifiquen, adicionen o sustituyan. **16.** Remitir al Departamento Administrativo de Contratación (DAC) del Departamento de Nariño, los informes de Supervisión en original para que se incorporen a la carpeta contractual y toda la documentación soporte de la etapa de ejecución contractual. **17.** Vigilar que la ejecución del contrato se cumpla hasta la concurrencia del valor del mismo. **18.** Realizar y presentar mensualmente a la Entidad contratante en medio físico los informes sobre el avance de la ejecución técnica, administrativa, financiera y jurídica del PAE y los que soliciten los organismos de control en los términos establecidos por la entidad u organismo. **19.** Verificar el cumplimiento de las obligaciones del contratista en materia de seguridad social integral, pagos parafiscales durante la ejecución del contrato. **20.** Aprobar la existencia de las condiciones técnicas, financieras y jurídicas para iniciar la ejecución del contrato establecidas en la Resolución 18858 de 2018 y demás normas que modifiquen, adicionen o sustituyan. **21.** Garantizar que el contratista suministre y mantenga el profesional o equipo ofrecido, con las condiciones e idoneidad pactadas inicialmente y exigir su remplazo en condiciones equivalentes cuando fuese necesario. **22.** Estudiar y decidir los requerimientos de carácter técnico, financiero y jurídico que no impliquen modificaciones o sobrecostos al contrato. **23.** Solicitar a la Entidad las modificaciones o ajustes que requiera el contrato. **24.** Solicitar que la Entidad haga efectivas las garantías del contrato cuando haya lugar a ello, y suministrarle la justificación y documentación correspondientes. **25.** Exigir y verificar que los bienes y servicios adquiridos cumplan con las exigencias de las normas técnicas obligatorias y los lineamientos técnicos administrativos establecidos en la Resolución 18858 de 2018y demás normas que modifiquen, adicionen o sustituyan. **26.** Revisar y presentar los informes y documentos necesarios para que el ordenador del gasto efectué los pagos a que haya lugar: **No se reconocerá pago al contratista en los siguientes casos: a).** Por sobrecupos: complementos entregados y no contratadas de acuerdo a SIMAT; **b).** No entrega efectiva de los complementos, es decir, no

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	entrega de la totalidad de alimentos que componen la ración o entrega de complementos en gramajes inferiores establecidos en el PAIP, correspondiente al ciclo de menú concertado para la comunidad indígena respectiva. – modalidad ración preparada en sitio (complemento am/pm, complemento almuerzo), ración industrializada; **c).** Días no atendidos; **d).** Entregar de complementos en gramajes inferiores establecidos en el PAIP, correspondiente al ciclo de menú concertado para la comunidad indígena respectiva. **e).** Entregar de complementos en calidades y cantidades inferiores a las estipuladas y concertadas en el PAIP. **f).** Entrega de alimentos no aprobados por la supervisión del Programa de Alimentación Escolar - PAE, para la modalidad ración preparada en sitio (complemento am/pm, complemento almuerzo), ración industrializada. **g)** Mas de DOS (2) requerimientos en un mes de un mismo establecimiento educativo en lo que confiere a falta de entrega de bienes y servicios de PAE. **27.** Informar y remitir al Secretario de Educación el acta de inicio del contrato (cuando se requiera) al día siguiente hábil a la fecha de su expedición, para la respectiva publicación en la plataforma SECOP II **28.** Informar y remitir al Secretario de Educación con una antelación de cinco (5) días hábiles, a la fecha prevista para la suscripción, las actas de suspensión, reinicio y cesión del contrato si a ello hubiera lugar, para que se proceda a la respectiva verificación, registro y publicación efectiva en la plataforma SECOP II **29.** Solicitar y remitir con una antelación de cinco (5) días hábiles, a la fecha prevista para la suscripción, la solicitud de adición, modificación o terminación anticipada del contrato siempre y cuando tales hechos estén plenamente justificados, al Secretario de Educación para la respectiva verificación, registro y publicación efectiva en la plataforma SECOP II **30.** Publicar a través de la plataforma SECOP II todos los informes de supervisión emitidos durante la ejecución del contrato y los respectivos certificados de cumplimiento parcial y final dentro de los tres (3) días siguientes a su expedición. **31.** Documentar los pagos y ajustes que se hagan al contrato y controlar el balance presupuestal del contrato para efecto de pagos y de liquidación del mismo. **32.** Vigilar la entrega de los anticipos pactados al contratista, y la adecuada amortización del mismo, en los términos de la ley y del contrato. **33.** El Departamento de Nariño, pagará al Contratista el valor total del contrato en pagos parciales, previa presentación del informe técnico por parte del Contratista a la Supervisión, de conformidad al número de complementos alimentarios efectivamente suministrados, entregados y recibidos durante el periodo. **PARÁGRAFO 1º.-** El pago se realizará previa presentación de informe de ejecución debidamente soportado con los formatos de entrega de los complementos alimentarios y certificación de cumplimiento expedida por el Supervisor del contrato. **PARÁGRAFO 2º.-** EL CONTRATISTA acreditará el pago correspondiente a sus aportes al Sistema General de Seguridad Social Integral (Salud, Pensiones y ARL), en los montos y porcentajes establecidos por el Gobierno, con los respectivos comprobantes de pago original. **PARÁGRAFO 3º.-** En caso de terminación anticipada sólo habrá lugar al pago de los bienes efectivamente entregados. **34.** Velar que las actividades adicionales que impliquen aumento del valor o modificación del objeto del contrato cuenten con autorización y se encuentren justificados técnica, presupuestal y jurídicamente. **35.** Coordinar las instancias necesarias para adelantar los trámites para la liquidación del contrato y entregar los documentos soporte que le correspondan para efectuarla. **36.** Elaborar y suscribir el acta de liquidación del contrato, si hubiere lugar. **37.** Elaborar el proyecto de acta de liquidación del contrato dentro de los plazos establecidos para tal efecto, junto con todos los demás documentos requeridos para adelantar el trámite de liquidación.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	38. Asegurar que las garantías se encuentren vigentes por el termino previsto en el contrato, de ahí la importancia de comunicar a las compañías aseguradoras las suspensiones y reinicios de los contratos. **39.** Las comunicaciones que con ocasión a la ejecución del contrato se realicen con el contratista, se harán por escrito y se dejará constancia de ello en el expediente del contrato, aun si aquella se realiza por medios electrónicos. **40.** Entregar al contratista los documentos y formatos necesarios para la implementación del Programa de Alimentación Escolar conforme a la Resolución 18858 de 2018 por la cual se expiden los Lineamientos Técnicos- Administrativos, los estándares y las condiciones mínimas del Programa de Alimentación Escolar- PAE para Pueblos Indígenas, tales como: a). Lista de chequeo del informe de ejecución; b). Remisión de entrega de víveres en el establecimiento educativo ración complemento am/pm, complemento almuerzo y ración industrializada; c). Formato de registro y control diario de asistencia; d). Formato reposición de faltantes- ración industrializada; e). Formato reposición de faltantes- ración preparada en sitio; f). Formato plan de rutas; g). formato planeación de menús; h). formato análisis nutricional; i). Formato listas de intercambio; j). Formato guía de preparación; k). Ficha de información técnica; l). Indicaciones diseño de la ficha técnica; m). Formato de entrega de dotación a auxiliares dinamizadores (as) de alimentos; n). Formato de inventarios de equipo y menaje; ñ). Formato relación de auxiliares dinamizadores (as) de alimentos por cada establecimiento educativo; o). Formatos control implementos de aseo y combustible; **p**). Formato identificación de la demanda de alimentos; q). Certificado de entrega de complementos en instituciones educativas; y demás que se requieran en el marco de la operación del Programa de Alimentación Escolar
4. LA MODALIDAD DE SELECCIÓN DEL CONTRATISTA Y SU IDONEIDAD, JUST 5. 6. IFICACIÓN Y FUNDAMENTOS JURÍDICOS	
3.1 Modalidad:	Contratación Directa.
3.2 Tipo de Contrato:	Contrato de prestación de servicios.
3.3 Idoneidad del Contratista:	Teniendo en cuenta que la ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDÍGENAS INTY-QUILLA cumplió con todos los requisitos establecidos en el proceso de manifestación de interés de conformidad a la resolución 18858 de 2018, el contratista acredita la idoneidad suficiente para ejecutar el objeto del contrato derivado de los presentes estudios previos. Para determinar la idoneidad del contratista, acredita los siguientes documentos: **Certificado de Existencia y Representación Legal:** El contratista deberá presentar el certificado sobre su existencia y representación legal expedido por Autoridad Competente y el acta de la Asamblea General conforme a la ley de origen, derecho propio o derecho mayor, de las respectivas comunidades, donde conste haber sido autorizado para la ejecución del PAE. Deberá igualmente presentar copia de la cédula de ciudadanía del representante legal y acreditar que éste cuenta con definición del situado militar si es varón mayor de 18 años y menor de 50 años. **Antecedentes fiscales, disciplinarios y penales:** El contratista deberá presentar antecedentes al momento de realizar la contratación. **Certificado de Medidas Correctivas:** El contratista deberá presentar el respectivo certificado de medidas correctivas. **Certificado de inhabilidad por delitos sexuales cometidos contra menores de 18 años.** El contratista deberá presentar certificado donde no registre inhabilidad por delitos sexuales cometidos contra menores de 18 años, de conformidad con la Ley 1918 de 2018.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	Registro Único Tributario (RUT): El contratista deberá presentar fotocopia del Registro Único Tributario -RUT- expedido por la Dirección de Impuestos y Aduanas Nacionales –DIAN. **Certificación Pago de Parafiscales y de Aportes al Sistema de Seguridad Social**: De conformidad con el artículo 50 de la Ley 789 de 2002 y Artículo 23 de la Ley 1150 de 2007, el contratista deberá acreditar el pago de los aportes de sus empleados a los sistemas de salud, pensiones, riesgos profesionales y aportes a las Cajas de Compensación Familiar, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar y Servicio Nacional de Aprendizaje - SENA, cuando a ello haya lugar, expedida por el Revisor Fiscal, cuando éste exista de acuerdo con los requerimientos de ley o por el Representante Legal, cuando de conformidad con la Ley no requiera Revisor Fiscal, durante los últimos seis (6) meses anteriores a la celebración del contrato. **EXPERIENCIA:** Experiencia mínima de un (1) año en la ejecución de contratos de operación de programas de alimentación escolar o suministro de alimentos o complementos alimentarios a grupos poblacionales, que incluyan preparación en sitio. Se podrá acreditar experiencia con una o varias de las siguientes alternativas: 1.- Copia del Contrato y del Acta Final. 2.- Copia del Contrato y Acta de liquidación del contrato. 3.- Certificación expedida por la entidad contratante y Acta Final. 4.- Certificación expedida por la entidad contratante y acta de liquidación. 5.- Copia del contrato y certificación final de cumplimiento expedida por el contratante
3.4 Justificación de los factores de selección	Que mediante el proceso de Solicitud de Manifestación de interés adelantado en al año 2024, el operador **ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDÍGENAS INTY-QUILLA,** cumplió con los requisitos mínimo establecidos en la Resolución 18858 y exigidos por la entidad, para la operación del programa en la vigencia 2025. El numeral 5.2. ibídem establece: ***a).*** *Si el contratista es una autoridad indígena, el proceso de selección se surtirá de acuerdo con lo establecido en el literal c del numeral 4 del artículo 2 de la Ley 1150 de 2007.* ***b).*** *Si el contratista es una organización indígena representativa de uno o más pueblos indígenas, el proceso de selección se surtirá de acuerdo con lo establecido en el literal h del numeral 4 del artículo 2 de la Ley 1150 de 2007* Que mediante el proceso de Solicitud de Manifestación de interés adelantado en al año 2024, el operador **ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDÍGENAS INTY-QUILLA,** cumplió con los requisitos mínimo establecidos en la Resolución 18858 y exigidos por la entidad, para la operación del programa en la vigencia 2025. Que en igual sentido el futuro operador recibió, los permisos, autorizaciones y/o avales por parte de las autoridades de las comunidades indígenas que tienen competencia sobre los establecimientos educativos relacionados en el anexo 1. Que de acuerdo con lo descrito anteriormente se requiere contratar el PAE durante toda la vigencia 2025 en los establecimientos educativos que atienden población mayoritariamente indígena o aquellos que se encuentran ubicados en territorios indígena de AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS, la cual es una forma autónoma de organización, concertación y participación entre cabildos y líderes de las Comunidades indígenas del pueblo de los pueblos y Estado Colombiano y demás sectores de nuestra nación basada en la cultura, la ley y el sistema normativo de concertación social y política, así como en la legislación indígena nacional y en la legalización general de la

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	
	República que busca defender y promover la realización de los derechos e intereses de los pueblos indígenas del Departamento de Nariño De lo anteriormente expuesto se concluye que la necesidad que se pretende alcanzar mediante la contratación del operador indígena PAE, es garantizar el servicio de alimentación escolar, bajo los Lineamientos Técnicos Administrativos, expresos en la Resolución No 018858 del 2018, ofreciendo complementos alimentarios, a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes beneficiarios un programa con altos estándares de calidad, en los municipios pertenecientes a la población de los pueblos indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS. En aplicación de la normativa anterior, el Departamento de Nariño, suscribe contrato con la **ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDÍGENAS INTY-QUILLA** contrato de prestación de servicios, para la operación del programa de alimentación escolar PAE en los municipios pertenecientes a la población de los pueblos indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS. En aplicación de la normativa anterior, el Departamento de Nariño, suscribe contrato con la **ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDÍGENAS INTY-QUILLA** contrato de prestación de servicios, para la operación del programa de alimentación escolar PAE en los municipios no certificados del Departamento de Nariño, pertenecientes a los pueblos indígenas AWÁ SIN ASOCIACION, AWÁ CON ASOCIACION Y PASTOS.
3.5. Fundamentos Jurídicos:	El presente proceso de contratación se regirá por las disposiciones establecidas en la Ley 80 de 1993, Ley 1150 de 2007, Ley 1474 de 2011, el Decreto 1082 de 2015, y demás normas concordantes y en lo no regulado por dichas normas, por las disposiciones civiles y comerciales concordantes con la materia que rijan o lleguen a regir los aspectos del presente proceso de selección. De conformidad con el objeto que se requiere contratar y en concordancia con el Artículo 2, Numeral 4, literal h) de la Ley 1150 de 2007 y artículo 2.2.1.2.1.4.9 del Decreto 1082 de 2015, se celebrará según la modalidad de Contratación Directa a través de un Contrato de Prestación de Servicios. Adicionalmente, la Resolución 18858 de 2018 expedida por el MEN en su artículo 5.1 establece que la contratación con autoridades indígenas se realizará de acuerdo a lo establecido en el artículo 3 del Decreto 2500 de 2010, compilado en el artículo 2.3.1.4.1.3 del Decreto 1075 del 26 de mayo de 2015, por lo tanto, teniendo en cuenta la naturaleza de las partes y del objeto, la modalidad de selección aplicable corresponde a la contratación directa, bajo el epígrafe de CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS.
4. ESTUDIO DEL SECTOR, VALOR ESTIMADO DEL CONTRATO Y LA JUSTIFICACIÓN DEL MISMO	
4.1 Estudio del Sector y Justificación del valor del Contrato:	En el marco del proceso de planeación del Programa de Alimentación Escolar para la vigencia 2025 y con el fin de construir una herramienta que permita determinar el valor de los complementos PAE, la Secretaría de Educación Departamental adelantó la contratación directa de servicios profesionales del estudio de costo en el año 2024, estudio basado en la metodología- Costo de absorción, también llamado costo de absorción total, un método de contabilidad gerencial para capturar todos los costos asociados con la fabricación de un producto en particular. Donde el esquema propuesto acoge los lineamientos técnicos – administrativos, los estándares y las condiciones mínimas del Programa de AlimentaciónEscolar, con el propósito de brindar a los niños, a las niñas, adolescentes y jóvenes que están matriculados en el sector oficial del Departamento de Nariño, un complemento alimentario para su preparación y consumo inmediato durante la jornada escolar la cual complementa la alimentación que los beneficiarios reciben en su hogar; en cumplimiento del objeto contractual, se obtiene los valores de los complementos es en sus diferentes modalidades para los titulares de derecho del Departamento de Nariño para la vigencia 2025.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA	

El siguiente es el resumen de las tarifas estimadas para cada uno de los complementos alimentarios implementados en el PAE para la vigencia 2025, atendiendo a los pueblos o comunidades indígenas:

	COMPLEMENTO	VALOR AJUSTADO A DOS DECIMALES 2025
VALOR COMPLEMENTOS- PASTOS- AWA SIN ASOCIACIÓN- AWA CAMAWARI	Modalidad preparada en sitio JM/JT PASTOS	$ 3.277,12
	Modalidad preparada en sitio ALMUERZO PASTOS	$ 6.079,96
	Modalidad preparada en sitio JM/JTJ.U. PASTOS	$ 3.277,12
	Modalidad preparada en sitio ALMUERZO AWA SIN ASOCIACIÓN.	$ 5.863,46
	Modalidad preparada en sitio ALMUERZO AWA CAMAWARI	$ 5.888,12

El análisis pormenorizado del sector se encuentra en el Anexo No. 2 denominado **" ANALISIS DEL SECTOR PARA CONTRATAR LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO Y LA EJECUCIÓN DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE EN LOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS QUE ATIENDEN POBLACIÓN MAYORITARIAMENTE INDÍGENA Y AQUELLOS QUE SE ENCUENTREN UBICADOS EN TERRITORIO INDÍGENA, EN LOS MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS DEL DEPARTAMENTO DE NARIÑO, DE CONFORMIDAD CON LA RESOLUCIÓN 18858 DE 2018, EXPEDIDA POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL, O LAS NORMAS QUE LA MODIFIQUEN, SUSTITUYAN O DEROGUEN, LA CUAL ESTABLECE LOS LINEAMIENTOS TÉCNICOS - ADMINISTRATIVOS, LOS ESTÁNDARES Y LAS CONDICIONES MÍNIMAS DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR (PAE) PARA LOS PUEBLOS INDÍGENAS."**

4.2 Valor estimado del Contrato:

El valor del contrato corresponde **CUATROCIENTOS SESENTA Y SEIS MILLONES UN MIL SEISCIENTOS TREINTA PESOS CON DOCE CENTAVOS ($466.001.630,12) MDA/CTE.**

Las retenciones, impuestos y descuentos a que haya lugar por la suscripción y ejecución del presente contrato estarán a cargo del contratista.

PUEBLO PASTOS- INTY-QUILLA 23 DÍAS DE ATENCION				
	VALOR COMPLEMENTO JM/JT	No. DE COMPLEMENTOS	VALOR COMPLEMENTO ALMUERZO	No. DE COMPLEMENTOS
INTY-QUILLA	$3.277,12	73.140	$6.079,96	29.233
SUBTOTALES	$239.688.556,80		$177.735.470,68	
VALOR TOTAL	$417.424.027,48			

PUEBLO PASTOS- INTY-QUILLA -23 DIAS DE ATENCION		
	VALOR COMPLEMENTO JM/JT J.U	No. DE COMPLEMENTOS
INTY-QUILLA	$3.277,12	5.474
VALOR TOTAL	$17.938.954,88	

PUEBLO AWA SIN ASOCIACIÓN- AWA CAMAWARI- INTY-QUILLA -23 DIAS DE ATENCION

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

	VALOR COMPLEMENTO ALMUERZO	No. DE COMPLEMENTOS
INTY-QUILLA AWA SIN ASOCIACIÓN	$5.863,46	4.186
SUB-TOTAL	$24.544.443,56	
INTY-QUILLA AWA CAMAWARI	$5.888,12	1.035
SUB-TOTAL	$6.094.204,20	
VALOR TOTAL	$30.638.647,76	

NOTA: Durante la ejecución del contrato, la distribución de cupos por municipio puede cambiar y redistribuirse entre estos, de conformidad a los cortes de matrícula de SIMAT, sin sobre pasar el valor total del presupuesto; asimismo, la tipología de complementos (CPS y CI) puede cambiar mes a mes conforme a la información allegada a la SED sobre el concepto sanitario (favorable, favorable con requerimientos y desfavorable) obtenido como resultado de las visitas realizadas por el Instituto Departamental de Salud de Nariño-ISDN en materia de inspección, vigilancia y control a los restaurantes de cada establecimiento educativo y de acuerdo a las condiciones de infraestructura y saneamiento de los mismos, en todo caso la Entidad informará al operador para la realización del respectivo cambio de modalidad.

4.3 Forma de Pago:

El Departamento de Nariño, pagará al Contratista el valor total del contrato en pagos parciales, previa presentación del informe técnico por parte del Contratista a la Supervisión, de conformidad al número de complementos efectivamente suministradas, efectivamente entregadas y recibidas durante el periodo.

PARÁGRAFO 1º.- El pago se realizará previa presentación de informe de ejecución debidamente soportado con los formatos de entrega de los complementos y certificación de cumplimiento expedida por el Supervisor del contrato.

PARÁGRAFO 2º.- EL CONTRATISTA acreditará el pago correspondiente a sus aportes al Sistema General de Seguridad Social Integral (Salud, Pensiones y ARL), en los montos y porcentajes establecidos por el Gobierno, con los respectivos comprobantes de pago original.

PARÁGRAFO 3º.- En caso de terminación anticipada sólo habrá lugar al pago de los bienes efectivamente entregados.

PARÁGRAFO 4º.-Las retenciones, impuestos y descuentos a que haya lugar por el pago de cuentas, estarán a cargo del contratista.

4.4 Disponibilidad Presupuestal:

El pago del valor del contrato se hará con cargo al Certificado de Disponibilidad Presupuestal -CDP-, expedido por el Subsecretario de Presupuesto, para la vigencia fiscal 2025, así:

CDP No.	FECHA	VALOR	VALOR APROPIAR	CUENTA
2025060070	11/06/2025	2,795,830,684.78	466.001.630,12	2.3.2.02.02.006-22-2201-0700 2201028-2024003520104 63391-16-1.2.4.4.01

5. LOS CRITERIOS PARA SELECCIONAR LA OFERTA MÁS FAVORABLE

No se aplican factores de selección por tratarse de un Contrato que se celebra mediante la modalidad de Contratación Directa, sin embargo, la contratación se celebrará teniendo en cuenta la idoneidad y la experiencia del Contratista.

6.SANCIONES MULTAS Y DECLARATORIAS DE INCUMPLIMIENTO

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

El Decreto 448 del 5 de octubre de 2010, por medio de la cual se actualiza el Manual de Contratación del Departamento de Nariño, en el Capítulo V Régimen sancionatorio en materia contractual, se tendrá en cuenta que: Para la imposición de multas, sanciones y declaratorias de incumplimiento, así como para la estimación de los perjuicios sufridos por la entidad contratante, y a efecto de respetar el debido proceso al afectado a que se refiere el Artículo 17 de la Ley 1150 de 2007, la entidad observará el procedimiento establecido en el Artículo 86 de la Ley 1474 de 2011.

7. RÉGIMEN DE INHABILIDADES E INCOMPATIBILIDADES

No podrán ser contratistas quienes se encuentren incursos en causales de inhabilidades e incompatibilidades que les impidan celebrar contratos con entidades públicas, de acuerdo al ordenamiento jurídico colombiano.

8. ANÁLISIS DEL RIESGO Y LA FORMA DE MITIGARLO

De acuerdo al Decreto 1082 de 2015, se identifican los riesgos asociados al proceso de contratación. Para efectos de realizar el análisis del riesgo, se invita a consultar el Manual para la Identificación y Cobertura del Riesgo en los procesos de contratación (versión M-ICR-01), adoptado por Colombia Compra Eficiente.

Matriz del Riesgo
Análisis del Riesgo y Monitoreo de los Riesgos Previsibles

#	Clase	Fuente	Etapa	Tipo	Descripción	Consecuencia de la ocurrencia del evento	Probabilidad	Impacto	Valoración	Categoría	¿A quién se asigna?	Tratamiento/ Control a ser implementado	Impacto después del tratamiento			¿Afecta la ejecución del Contrato?	Responsable por implementar el	Fecha estimada en que se inicia el tratamiento	Fecha estimada en que se completa el	Monitoreo y Revisión	
													Probabilidad	Impacto	Valoración	Categoría				¿Cómo se	Periodicidad
2	General	Externo	Ejecución	Operacional	Cuando se deba extender el plazo del contrato por causas ajenas a la voluntad del Departamento.	Que el Departamento no pueda cumplir con sus objetivos.	1	1	2	Riesgo Bajo	Contratista	El contratista deberá informar oportunamente cualquier inconveniente en la ejecución del contrato.	1	1	2	Riesgo Bajo	No	Supervisor -Contratista	Suscripción del contrato o cumplimiento de requisitos de Terminación del contrato		Con supervisión permanente	Permanente
3	General	Externo	Ejecución	Operacional	Cuando se deba extender el plazo del contrato por causas	Que el Contratista no pueda cumplir con la ejecución del	1	1	2	Riesgo Bajo	Departamento	El Departamento deberá informar	1	1	2	Riesgo Bajo	No	Supervisor	Suscripción del Terminación del		Con supervisión	Permanente

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

					ajenas a la voluntad del Contratista.	contrato						oportunamente cualquier inconveniente en la ejecución del contrato.										
4	General	Externo	Ejecución	Operacional	Cuando durante la ejecución del contrato, el contratista afronte situaciones de perdida, hurto o deterioro del bien o servicio presentadas durante el transporte y/o almacenamiento que le impidan el cumplimiento del contrato.	Retraso en la ejecución del contrato y por ende incumplimiento del Departamento en sus fines, metas y objetivos.	2	1	3	Riesgo Bajo	Contratista	Socializar los eventos con el contratista a fin de establecer si se pueden subsanar o si por el contrario son insubsanables.	1	1	2	Riesgo Bajo	S.	Supervisor	Suscripción del contrato o cumplimiento de requisitos de ejecución	Terminación del contrato		Comunicación permanente con el contratista	Cuando se presente el evento
5	Específico	Externo	Ejecución	Operacional	Que durante la ejecución del contrato el contratista sea objeto de accidente o enfermedad que le impida el cumplimiento del contrato.	Retraso en la ejecución del contrato y por ende incumplimiento del Departamento en sus fines, metas y objetivos	1	1	2	Riesgo Bajo	Contratista	Este se mitiga requiriéndole al contratista el pago de salud y pensión a partir de la fecha de suscripción del contrato.	1	1	2	Riesgo Bajo	S.	Contratista Supervisor	Suscripción del contrato o cumplimiento de requisitos de ejecución	Terminación del contrato		Con los informes de actividades presentados por el contratista	Mensual

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA

6	General	Interna	Ejecución	Operacional	Daños o hurtos en el lugar de ejecución del contrato a bienes del contratista	Malestar del contratista; pérdida de información y retraso en la ejecución del contrato.	1	1	2	Riesgo Bajo	Contratista	El Departamento cuenta en sus dependencias con cámaras de seguridad que de una u otra forma monitorea sus actividades.	1	1	2	Riesgo Bajo	No	Supervisor	Suscripción del contrato o cumplimiento de requisitos de ejecución	Terminación del contrato		Haciendo inspecciones a las cámaras de seguridad	Cuando ocurra el evento

Asignación numérica
Matriz de Riesgos

Clase	Fuente	Etapa	Tipo	Probabilidad		Impacto		Valoración del Riesgo	
General	Interno	Planeación	Económicos	Raro	1	Raro	1	Riesgo Bajo	**2, 3 ,4**
Especifico	Externo	Selección	Sociales o Políticos	Improbable	2	Improbable	2	Riesgo Medio	**5**
		Contratación	Operacionales	Posible	3	Posible	3	Riesgo Alto	**6 y 7**
		Ejecución	Financieros	Probable	4	Probable	4	Riesgo Extremo	**8, 9 y 10**
			Regulatorios	Casi cierto	5	Casi cierto	5		
			De la Naturaleza						
			Ambientales						
			Tecnológicos						

9. LAS GARANTÍAS QUE LA ENTIDAD ESTATAL CONTEMPLA EXIGIR EN EL PROCESO DE CONTRATACIÓN

Teniendo en cuenta los riesgos estimados y buscando minimizar cualquier perjuicio que pudiese sufrir el Departamento de Nariño, por el incumplimiento de las obligaciones surgidas de la celebración del contrato, se encuentra pertinente exigir la constitución de las garantías señaladas en el Decreto 1082 de 2015, que permitan al Departamento como entidad contratante, en caso de presentarse algún o algunos de los siniestros que ampara, trasladar al garante la responsabilidad de resarcir en el porcentaje establecido por los perjuicios ocasionados.

De conformidad con el artículo 2.2.1.2.3.1.1 del Decreto 1082 de 2015 y siguientes, el contratista se obliga a constituir al favor del Departamento las garantías contempladas para cubrir el cumplimiento de las obligaciones, cuando aplique. Para la presente contratación se exigirá el cubrimiento de riesgos, valores asegurados y plazos de cobertura estipulados en la plataforma SECOP II.

Es responsabilidad del contratista, cargar la póliza requerida en el SECOP II, cuando aplique, la cual será aprobada por la entidad contratante directamente en la plataforma.

ESTUDIOS, DOCUMENTOS PREVIOS Y ANÁLISIS DEL SECTOR PARA CONTRATACIÓN DIRECTA
Garantía de Cumplimiento: Ampara al Beneficiario el total y perfecto cumplimiento de las diferentes obligaciones originadas en el contrato, cuyo valor amparado sea del 20% del valor del contrato y con una vigencia de la duración del contrato y 6 meses más. **Calidad del servicio**: se prevé el evento de que un servicio no reúna las especificaciones y requisitos mínimos contemplados en el contrato. El contratista debe responder por la garantía mínima presunta, por vicios ocultos y en general los derechos del consumidor, cuyo valor amparado sea el veinte por ciento (20%) del valor del contrato y con una vigencia de la duración del contrato y seis (6) meses más o el lapso en que de acuerdo con el contrato y la legislación civil o comercial se requiera. **Pago de salarios, prestaciones sociales, indemnizaciones y aportes parafiscales** a los terceros que utilicen para el cumplimiento de las obligaciones contractuales, garantiza que el Contratista cumplirá con el pago de las prestaciones sociales y laborales a que está obligado por la realización del contrato, cuyo valor amparado sea del 20% del valor del contrato, con una vigencia de la duración del contrato y 3 años más **Garantía de Responsabilidad Civil Extracontractual:** Cubre los daños materiales, lesiones personales o perjuicios económicos que se ocasionen a terceros con ocasión de la ejecución del objeto contractual, cuyo valor amparado será igual a 200 salarios mínimos legales mensuales vigentes. La vigencia de esta garantía se otorgará por todo el período de ejecución del contrato y quince (15) días más. Todas las garantías deben sujetarse a lo establecido en el Decreto y 1082 de 2015. El contratista favorecido cumplirá con esta obligación a fin de legalizar el contrato. En cualquier evento en que se aumente el valor del contrato o se prorrogue su vigencia deberá ampliarse o prorrogarse la correspondiente garantía.
10. LA INDICACIÓN DE SI EL PROCESO DE CONTRATACIÓN ESTA COBIJADO POR UN ACUERDO COMERCIAL
La Contratación Directa no está cobijada por Acuerdos Internacionales o Tratados de Libre Comercio, lo anterior de conformidad con lo estipulado en el Manual para el Manejo de los Acuerdos Comerciales en Procesos de Contratación (M-MACPC-03), que al evento manifiesta: *"Las entidades no deben hacer este análisis para los Procesos de Contratación adelantados por las modalidades de selección de contratación directa y de mínima cuantía.".*
ADRIÁN ALEXANDER ZEBALLOSF CUATHIN **Secretario de Educación Departamental.**

Revisó: Berby Sánchez Montaño Cargo: Subsecretario de Planeación Educativa y Cobertura	
Proyectó: Juan Pablo Bravo Guzman Abogado Contratista PAE	
Proyectó: Kevin David Ortega Ingeniero de Sistemas Contratista Equipo PAE	
Proyectó: Javier Cerón Hernández Contador Contratista PAE	
Proyectó: Yohon Charfuelán Economista Contratista PAE	
Proyecto: Anyela Yulieth Costain Yamá Nutricionista Contratista Equipo PAE	
Proyectó: Yalexi Dayali Piarpuzan Ingeniera de Alimentos Contratista Equipo PAE	

MUNICIPIO	DANE	INSTITUCION	CODIGO_DANE_SEDE	CONSECUTIVO	SEDE	COMUNIDAD	OPERADOR	Valores BENEFICIARIOS	COMPLEMENTO J.M./J.T	ALMUERZO	INDUSTRIALIZADA	DESAYUNO RESIDENCIAS	REFRIGERIO TARDE	CENA	NUMERO DE JORNADA UNICA
ALDANA		152022000084	INSTITUCION EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DEL PILAR	152022000084	152022000008401	SEDE 1 INSTITUCION EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DEL PILAR	PASTOS	INTY-QUILLA	642	642	0	0	0	0	0	0
ALDANA		152022000084	INSTITUCION EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DEL PILAR	252022000011	152022000008407	SEDE 5 MUESAS	PASTOS	INTY-QUILLA	5	5	0	0	0	0	0	0
ALDANA		152022000084	INSTITUCION EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DEL PILAR	252022000046	152022000008405	SEDE 3 EL CHORRILLO	PASTOS	INTY-QUILLA	15	15	0	0	0	0	0	0
ALDANA		152022000084	INSTITUCION EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DEL PILAR	252022000054	152022000008404	SEDE 2 CAUPUERAN	PASTOS	INTY-QUILLA	69	69	0	0	0	0	0	0
ALDANA		152022000084	INSTITUCION EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DEL PILAR	252022000143	152022000008406	SEDE 4 ALTO MUESAS	PASTOS	INTY-QUILLA	9	9	0	0	0	0	0	0
ALDANA		452022000118	INSTITUCION EDUCATIVA COMERCIAL SAN LUIS	252022000101	452022000011803	SEDE 3 CENTRO EDUCATIVO GUESPUD	PASTOS	INTY-QUILLA	1	1	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		152210000261	INSTITUCION EDUCATIVA SAN CARLOS	252210000053	15221000026110	SEDE 9 LA JOSEFINA LOS LLANOS	PASTOS	INTY-QUILLA	9	9	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		152210000261	INSTITUCION EDUCATIVA SAN CARLOS	252210000070	15221000026106	SEDE 5 ALDEA DE MARÍA	PASTOS	INTY-QUILLA	19	19	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		152210000261	INSTITUCION EDUCATIVA SAN CARLOS	252210000126	15221000026107	SEDE 6 CULANTRO	PASTOS	INTY-QUILLA	7	7	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		152210000261	INSTITUCION EDUCATIVA SAN CARLOS	252210000151	15221000026108	SEDE 7 JOSÉ DE QUISNAMUEZ	PASTOS	INTY-QUILLA	6	6	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		152210000261	INSTITUCION EDUCATIVA SAN CARLOS	252210000169	15221000026109	SEDE 8 OSPINA PÉREZ	PASTOS	INTY-QUILLA	11	11	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		152210000261	INSTITUCION EDUCATIVA SAN CARLOS	252210000207	15221000026113	SEDE 12 IZCUASAN	PASTOS	INTY-QUILLA	12	12	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		152210000261	INSTITUCION EDUCATIVA SAN CARLOS	252210000274	15221000026116	SEDE 15 EL CONTADERITO	PASTOS	INTY-QUILLA	29	29	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		152210000261	INSTITUCION EDUCATIVA SAN CARLOS	252210000282	15221000026112	SEDE 11 SAN ANDRÉS	PASTOS	INTY-QUILLA	16	16	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		252210000096	INSTITUCION EDUCATIVA LAS DELICIAS	252210000096	252210000096001	CENTRO EDUCATIVO LAS DELICIAS	PASTOS	INTY-QUILLA	65	65	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		252210000134	CENTRO EDUCATIVO LA PROVIDENCIA	252210000134	252210000134601	CENTRO EDUCATIVO LA PROVIDENCIA	PASTOS	INTY-QUILLA	3	3	0	0	0	0	0	0
CONTADERO		252210000231	CENTRO EDUCATIVO SAGRADO CORAZON DE JESUS EL JUNCAL	252210000231	252210000023101	CENTRO EDUCATIVO SAGRADO CORAZON DE JESUS EL JUNCAL	PASTOS	INTY-QUILLA	4	4	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000111	CENTRO EDUCATIVO CHILES	252227000111	25222700011101	CENTRO EDUCATIVO INTEGRADO DE CHILES	PASTOS	INTY-QUILLA	23	23	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000120	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA CALERA	252227000120	25222700012001	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA CALERA	PASTOS	INTY-QUILLA	221	221	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000138	INSTITUCION EDUCATIVA SAN JUAN DE MAYASQUER	252227000138	25222700013801	INSTITUCION EDUCATIVA SAN JUAN DE MAYASQUER	PASTOS	INTY-QUILLA	102	102	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000146	CENTRO EDUCATIVO PANAN	252227000146	25222700014601	CENTRO EDUCATIVO DE PANAN	PASTOS	INTY-QUILLA	123	123	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000154	CENTRO EDUCATIVO NAZATE	252227000154	25222700015401	CENTRO EDUCATIVO NAZATE	PASTOS	INTY-QUILLA	12	12	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000189	INSTITUCION EDUCATIVA INMACULADA CONCEPCION DE TALLAMBI	252227000189	25222700018901	INSTITUCION EDUCATIVA INMACULADA CONCEPCION DE TALLAMBI	PASTOS	INTY-QUILLA	154	154	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000197	CENTRO EDUCATIVO CRISTO REY	252227000197	25222700019701	CENTRO EDUCATIVO CRISTO REY	PASTOS	INTY-QUILLA	62	62	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000201	CENTRO EDUCATIVO LA UNION	252227000201	25222700020101	CENTRO EDUCATIVO LA UNIÓN	PASTOS	INTY-QUILLA	30	30	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000235	CENTRO EDUCATIVO NUMBI	252227000235	25222700023501	CENTRO EDUCATIVO NUMBI	PASTOS	INTY-QUILLA	15	15	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000286	CENTRO EDUCATIVO EL LAUREL	252227000286	25222700028601	CENTRO EDUCATIVO EL LAUREL	PASTOS	INTY-QUILLA	4	4	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000308	I.E. INDÍGENA AGROAMBIENTAL MAYKER	252227000308	25222700030801	I.E. INDÍGENA AGROAMBIENTAL MAYKER - SEDE PRINCIPAL	PASTOS	INTY-QUILLA	109	109	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000316	CENTRO EDUCATIVO EL ESPINO	252227000316	25222700031601	CENTRO EDUCATIVO EL ESPINO	PASTOS	INTY-QUILLA	9	9	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000341	CENTRO EDUCATIVO EL DORADO	252227000341	25222700034101	CENTRO EDUCATIVO EL DORADO	PASTOS	INTY-QUILLA	7	7	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000430	CENTRO EDUCATIVO MAYASQUER	252227000430	25222700043001	CENTRO EDUCATIVO MAYASQUER	PASTOS	INTY-QUILLA	5	5	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000669	CENTRO EDUCATIVO SAN FELIPE	252227000669	25222700066901	CENTRO EDUCATIVO SAN FELIPE	PASTOS	INTY-QUILLA	20	20	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000766	CENTRO EDUCATIVO BELLAVISTA	252227000766	25222700076601	CENTRO EDUCATIVO BELLAVISTA	PASTOS	INTY-QUILLA	4	4	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000791	INSTITUCION EDUCATIVA NUESTRO SEÑOR DEL RIO DE CHILES	252227000791	25222700079101	INSTITUCIÓN EDUCATIVA NUESTRO SEÑOR DEL RIO	PASTOS	INTY-QUILLA	405	405	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000855	CENTRO EDUCATIVO LA POMA	252227000855	25222700085501	CENTRO EDUCATIVO LA POMA	PASTOS	INTY-QUILLA	13	13	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000880	INSTITUCION EDUCATIVA AGROPECUARIA INDIGENA DE PANAN	252227000880	25222700088001	INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA AGROPECUARIA INDIGENA PANAN	PASTOS	INTY-QUILLA	300	300	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000979	CENTRO EDUCATIVO TIERRAS DE COLOMBIA (GUAPA)	252227000979	25222700097901	CENTRO EDUCATIVO GUAPA	PASTOS	INTY-QUILLA	16	16	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227000987	CENTRO EDUCATIVO LA PALMA	252227000987	25222700098701	CENTRO EDUCATIVO LA PALMA	PASTOS	INTY-QUILLA	10	10	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227001053	CENTRO EDUCATIVO GOLONDRINAS	252227001053	25222700105301	CENTRO EDUCATIVO GOLONDRINAS	PASTOS	INTY-QUILLA	2	2	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		252227001240	CENTRO EDUCATIVO MARPI	252227001240	25222700124001	CENTRO EDUCATIVO MARPI	PASTOS	INTY-QUILLA	5	5	0	0	0	0	0	0
CUMBAL		452227000846	CENTRO EDUCATIVO LA LIBERTAD	452227000846	45222700084601	CENTRO EDUCATIVO LA LIBERTAD	PASTOS	INTY-QUILLA	11	11	0	0	0	0	0	0
GUACHUCAL		252317000102	CENTRO EDUCATIVO GUAN	252317000102	25231700010201	CENTRO EDUCATIVO GUAN	PASTOS	INTY-QUILLA	6	6	0	0	0	0	0	0
GUACHUCAL		252317000111	CENTRO EDUCATIVO CHAPUD	252317000111	25231700011101	CENTRO EDUCATIVO CHAPUD	PASTOS	INTY-QUILLA	20	20	0	0	0	0	0	0
GUACHUCAL		252317000277	CENTRO EDUCATIVO RIVERAS	252317000277	25231700027701	CENTRO EDUCATIVO RIVERAS	PASTOS	INTY-QUILLA	20	20	0	0	0	0	0	0
GUACHUCAL		252317000366	CENTRO EDUCATIVO GUAN PUENTE ALTO.	252317000366	25231700036601	CENTRO EDUCATIVO GUAN PUENTE ALTO.	PASTOS	INTY-QUILLA	39	39	0	0	0	0	0	0
GUACHUCAL		252317000382	CENTRO EDUCATIVO CRISTO BAJO	252317000382	25231700038201	CENTRO EDUCATIVO CRISTO BAJO	PASTOS	INTY-QUILLA	9	9	0	0	0	0	0	0
GUACHUCAL		252317000404	INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA AGROPECUARIA SAN DIEGO	252317000153	25231700040402	ESCUELA INTEGRADA MUELLAMUES	PASTOS	INTY-QUILLA	95	95	0	0	0	0	0	0
GUACHUCAL		252317000404	INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA AGROPECUARIA SAN DIEGO	252317000404	25231700040401	INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA AGROPECUARIA SAN DIEGO	PASTOS	INTY-QUILLA	148	148	0	0	0	0	0	0
GUACHUCAL		452317000349	CENTRO EDUCATIVO CRISTO ALTO	452317000349	45231700034901	CENTRO EDUCATIVO CRISTO ALTO	PASTOS	INTY-QUILLA	9	9	0	0	0	0	0	0
PUERRES		252573000209	INSTITUCION EDUCATIVA MONOPAMBA	252573000209	25257300020901	SEDE 1 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONOPAMBA	PASTOS	INTY-QUILLA	76	76	0	0	0	0	0	0
RICAURTE		252612001111	INSTITUCIÓN EDUCATIVA BILINGÜE AGROINDUSTRIAL SINDAGUA - I.E.B.A.S	252612000005	25261200111120	SEDE 7 VILLA HERMOSA	AWA CAMAWARI	INTY-QUILLA	14	0	14	0	0	0	0	0
RICAURTE		252612001111	INSTITUCIÓN EDUCATIVA BILINGÜE AGROINDUSTRIAL SINDAGUA - I.E.B.A.S	252692000590	25261200111121	SEDE 8 TANGARIAL	AWA CAMAWARI	INTY-QUILLA	31	0	31	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		152699000129	CENTRO EDUCATIVO LA INGA	152699000129	15269900012901	CENTRO EDUCATIVO LA INGA	PASTOS	INTY-QUILLA	7	0	7	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000051	CENTRO EDUCATIVO CANDAGAN	252699000051	25269900005101	CENTRO EDUCATIVO CANDAGAN	PASTOS	INTY-QUILLA	24	0	24	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000069	CENTRO EDUCATIVO CHAGUEZ	252699000069	25269900006901	CENTRO EDUCATIVO CHAGUEZ	PASTOS	INTY-QUILLA	11	0	11	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000077	CENTRO EDUCATIVO ARRAYAN	252699000077	25269900007701	CENTRO EDUCATIVO ARRAYAN	PASTOS	INTY-QUILLA	14	0	14	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000085	CENTRO EDUCATIVO EL SANDE	252699000085	25269900008501	CENTRO EDUCATIVO EL SANDE	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	27	0	27	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000107	CENTRO EDUCATIVO SAN MARTIN	252699000107	25269900010701	CENTRO EDUCATIVO SAN MARTIN	PASTOS	INTY-QUILLA	24	0	24	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000158	CENTRO EDUCATIVO MANCHAG	252699000158	25269900015801	CENTRO EDUCATIVO MANCHAG	PASTOS	INTY-QUILLA	26	0	26	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000174	CENTRO EDUCATIVO PIARAMAG	252699000174	25269900017401	CENTRO EDUCATIVO PIARAMAG	PASTOS	INTY-QUILLA	5	0	5	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000182	CENTRO EDUCATIVO SANTA ROSA	252699000182	25269900018201	CENTRO EDUCATIVO SANTA ROSA	PASTOS	INTY-QUILLA	104	0	104	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000212	CENTRO EDUCATIVO TAQUELAN	252699000212	25269900021201	CENTRO EDUCATIVO TAQUELAN	PASTOS	INTY-QUILLA	3	0	3	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000247	CENTRO EDUCATIVO EL PEDREGAL	252699000247	25269900024701	CENTRO EDUCATIVO EL PEDREGAL	PASTOS	INTY-QUILLA	29	0	29	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000255	CENTRO EDUCATIVO EL GUARANGO	252699000255	25269900025501	CENTRO EDUCATIVO EL GUARANGO	PASTOS	INTY-QUILLA	2	0	2	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000263	CENTRO EDUCATIVO CUALCHAG	252699000263	25269900026301	CENTRO EDUCATIVO CUALCHAG	PASTOS	INTY-QUILLA	4	0	4	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000280	CENTRO EDUCATIVO EL CLARAVAL	252699000280	25269900028001	CENTRO EDUCATIVO EL CLARAVAL	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	5	0	5	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000298	CENTRO EDUCATIVO LA CEIBA	252699000298	25269900029801	CENTRO EDUCATIVO LA CEIBA	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	5	0	5	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000301	CENTRO EDUCATIVO EL PARAISO	252699000301	25269900030101	CENTRO EDUCATIVO EL PARAISO	PASTOS	INTY-QUILLA	2	0	2	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000310	CENTRO EDUCATIVO PISILTES	252699000310	25269900031001	CENTRO EDUCATIVO PISILTES	PASTOS	INTY-QUILLA	9	0	9	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000336	CENTRO EDUCATIVO GUAMANCHAG	252699000336	25269900033601	CENTRO EDUCATIVO GUAMANCHAG	PASTOS	INTY-QUILLA	9	0	9	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000344	CENTRO EDUCATIVO LA ESPERANZA	252699000344	25269900034401	CENTRO EDUCATIVO LA ESPERANZA	PASTOS	INTY-QUILLA	2	0	2	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000352	CENTRO EDUCATIVO CHAGUI	252699000352	25269900035201	CENTRO EDUCATIVO CHAGUI	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	5	0	5	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000361	CENTRO EDUCATIVO EL MADROÑO	252699000361	25269900036101	CENTRO EDUCATIVO EL MADROÑO	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	4	0	4	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000387	CENTRO EDUCATIVO PIPALA	252699000387	25269900038701	CENTRO EDUCATIVO PIPALA	PASTOS	INTY-QUILLA	4	0	4	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000395	CENTRO EDUCATIVO EL DIAMANTE	252699000395	25269900039501	CENTRO EDUCATIVO EL DIAMANTE	PASTOS	INTY-QUILLA	7	0	7	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000409	CENTRO EDUCATIVO EL EDEN	252699000409	25269900040901	CENTRO EDUCATIVO EL EDEN	PASTOS	INTY-QUILLA	6	6	0	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000417	CENTRO EDUCATIVO LA ZABALETA	252699000417	25269900041701	CENTRO EDUCATIVO LA ZABALETA	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	26	0	26	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000433	CENTRO EDUCATIVO CHAPILAL	252699000433	25269900043301	CENTRO EDUCATIVO CHAPILAL	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	5	0	5	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000441	CENTRO EDUCATIVO CHAPUESQUER	252699000441	25269900044101	CENTRO EDUCATIVO CHAPUESQUER	PASTOS	INTY-QUILLA	14	0	14	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000450	CENTRO EDUCATIVO GUADUALITO	252699000450	25269900045001	CENTRO EDUCATIVO GUADUALITO	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	2	0	2	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000468	CENTRO EDUCATIVO CIRO AGUSTIN	252699000468	25269900046801	CENTRO EDUCATIVO CIRO AGUSTIN	PASTOS	INTY-QUILLA	4	0	4	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000476	CENTRO EDUCATIVO EL CARMEN VARGAS DOS	252699000476	25269900047601	CENTRO EDUCATIVO EL CARMEN VARGAS DOS	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	6	0	6	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000484	CENTRO EDUCATIVO SAN JOSE VARGAS UNO	252699000484	25269900048401	CENTRO EDUCATIVO SAN JOSE VARGAS UNO	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	8	0	8	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000492	CENTRO EDUCATIVO LA FLORIDA	252699000492	25269900049201	CENTRO EDUCATIVO LA FLORIDA	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	29	0	29	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000506	CENTRO EDUCATIVO CAMPOALEGRE	252699000506	25269900050601	CENTRO EDUCATIVO CAMPOALEGRE	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	11	0	11	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000514	CENTRO EDUCATIVO CHIPACUED	252699000514	25269900051401	CENTRO EDUCATIVO CHIPACUED	PASTOS	INTY-QUILLA	7	0	7	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000522	CENTRO EDUCATIVO EL HATO	252699000522	25269900052201	CENTRO EDUCATIVO EL HATO	PASTOS	INTY-QUILLA	5	0	5	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000549	INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA NUESTRA SEÑORA DE LOURDES	252699000549	25269900054901	INSTITUCION EDUCATIVA TEC. NTRA SRA DE LOURDES	PASTOS	INTY-QUILLA	212	212	212	0	0	0	0	212
SANTACRUZ		252699000557	CENTRO EDUCATIVO SAN JOSE	252699000557	25269900055701	CENTRO EDUCATIVO SAN JOSE	PASTOS	INTY-QUILLA	14	0	14	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000581	CENTRO EDUCATIVO NUESTRA SEÑORA DE LAS LAIAS	252699000581	25269900058101	CENTRO EDUCATIVO NUESTRA SEÑORA DE LAS LAIAS	PASTOS	INTY-QUILLA	12	0	12	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000611	CENTRO EDUCATIVO LOS PASTOS	252699000611	25269900061101	CENTRO EDUCATIVO LOS PASTOS	PASTOS	INTY-QUILLA	2	0	2	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699000654	CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA	252699000654	25269900065401	CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	40	0	40	0	0	0	0	0
SANTACRUZ		252699800015	CENTRO EDUCATIVO LA TOLA	252699800015	25269980001501	CENTRO EDUCATIVO LA TOLA - SEDE PRINCIPAL	AWA SIN ASOCIACIÓN	INTY-QUILLA	9	0	9	0	0	0	0	0
SAPUYES		252720000171	INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA EL ESPINO	252720000163	25272000017104	SEDE 4 PANAMAL	PASTOS	INTY-QUILLA	19	19	0	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		152838001101	INSTITUCION EDUCATIVA AGRICOLA DE LA SABANA	252838000338	15283800110103	SEDE 3 SAN ROQUE BAJO	PASTOS	INTY-QUILLA	12	0	12	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		152838001101	INSTITUCION EDUCATIVA AGRICOLA DE LA SABANA	252838000770	15283800110110	SEDE 10 EL SOCORRO	PASTOS	INTY-QUILLA	4	0	4	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		152838001101	INSTITUCION EDUCATIVA AGRICOLA DE LA SABANA	252838000826	15283800110112	SEDE 12 SAN ROQUE ALTO	PASTOS	INTY-QUILLA	8	0	8	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		152838001101	INSTITUCION EDUCATIVA AGRICOLA DE LA SABANA	252838001008	15283800110113	SEDE 13 TUTACHAG BAJO	PASTOS	INTY-QUILLA	8	0	8	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		152838001127	INSTITUCION EDUCATIVA SAN FRANCISCO DE ASIS	252838000354	15283800112703	SEDE 3 LA GUAYAQUILA	PASTOS	INTY-QUILLA	28	0	28	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838000079	INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL DE OLAYA	252838000079	25283800007901	SEDE 1 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL DE OLAYA	PASTOS	INTY-QUILLA	102	0	102	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838000079	INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL DE OLAYA	252838000346	25283800007902	SEDE 2 ESNAMBUD	PASTOS	INTY-QUILLA	21	0	21	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838000079	INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL DE OLAYA	252838000419	25283800007904	SEDE 4 RANCHO GRANDE	PASTOS	INTY-QUILLA	33	0	33	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838000079	INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL DE OLAYA	252838000982	25283800007906	SEDE 6 ARRAYAN SALADO	PASTOS	INTY-QUILLA	10	0	10	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838000079	INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL DE OLAYA	252838001024	25283800007907	SEDE 7 NANGAN	PASTOS	INTY-QUILLA	16	0	16	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838000630	CENTRO EDUCATIVO LA CIENAGA	252838000630	25283800063001	CENTRO EDUCATIVO LA CIENAGA	PASTOS	INTY-QUILLA	14	0	14	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838000745	CENTRO EDUCATIVO EL MANZANO	252838000745	25283800074501	CENTRO EDUCATIVO EL MANZANO	PASTOS	INTY-QUILLA	6	0	6	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838001253	INSTITUCION EDUCATIVA AGROPECUARIA CUATRO ESQUINAS	252838000133	25283800125302	SEDE 2 CUATRO ESQUINAS	PASTOS	INTY-QUILLA	73	73	0	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838001253	INSTITUCION EDUCATIVA AGROPECUARIA CUATRO ESQUINAS	252838000605	25283800125308	SEDE 5 GUARAMUEZ	PASTOS	INTY-QUILLA	7	0	7	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838001253	INSTITUCION EDUCATIVA AGROPECUARIA CUATRO ESQUINAS	252838000702	25283800125306	SEDE 4 ALPAN POTRERILLOS	PASTOS	INTY-QUILLA	11	0	11	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838001253	INSTITUCION EDUCATIVA AGROPECUARIA CUATRO ESQUINAS	252838000737	25283800125303	SEDE 3 SAN CARLOS	PASTOS	INTY-QUILLA	61	0	61	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838001253	INSTITUCION EDUCATIVA AGROPECUARIA CUATRO ESQUINAS	252838001041	25283800125313	SEDE 9 SAN JOSÉ DE ALPAN	PASTOS	INTY-QUILLA	32	0	32	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838001253	INSTITUCION EDUCATIVA AGROPECUARIA CUATRO ESQUINAS	252838001253	25283800125301	SEDE 1 INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROPECUARIA CUATRO ESQUINAS	PASTOS	INTY-QUILLA	74	74	0	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838001253	INSTITUCION EDUCATIVA AGROPECUARIA CUATRO ESQUINAS	252838001377	25283800125312	SEDE 8 LA COFRADIA	PASTOS	INTY-QUILLA	5	0	5	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		252838001253	INSTITUCION EDUCATIVA AGROPECUARIA CUATRO ESQUINAS	252838001385	25283800125310	SEDE 7 CERRITO QUITASOL	PASTOS	INTY-QUILLA	2	0	2	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		352838000022	INSTITUCION EDUCATIVA INSTITUTO TERESIANO	352838000109	35283800002203	SEDE 3 LA FLOR	PASTOS	INTY-QUILLA	12	12	12	0	0	0	0	12
TÚQUERRES		352838000022	INSTITUCION EDUCATIVA INSTITUTO TERESIANO	352838000541	35283800002204	SEDE 4 LA JARDINERA	PASTOS	INTY-QUILLA	14	14	14	0	0	0	0	14
TÚQUERRES		452838000302	I.E. SANTANDER	452838000222	45283800030204	C.E. MARIA GORETTI - SEDE PRINCIPAL	PASTOS	INTY-QUILLA	71	0	71	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		452838000302	I.E. SANTANDER	252838000231	45283800030205	CENTRO EDUCATIVO SANTO TOMAS	PASTOS	INTY-QUILLA	60	0	60	0	0	0	0	0
TÚQUERRES		452838000302	I.E. SANTANDER	452838000302	45283800030201	I.E. SANTANDER - SEDE PRINCIPAL	PASTOS	INTY-QUILLA	180	0	180	0	0	0	0	0
Total general									4678	3418	1498	0	0	0	0	238

ANALISIS DEL SECTOR PARA CONTRATAR LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO Y LA EJECUCIÓN DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE EN LOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS QUE ATIENDEN POBLACIÓN MAYORITARIAMENTE INDÍGENA Y AQUELLOS QUE SE ENCUENTREN UBICADOS EN TERRITORIO INDÍGENA, EN LOS MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS DEL DEPARTAMENTO DE NARIÑO, DE CONFORMIDAD CON LA RESOLUCIÓN 18858 DE 2018, EXPEDIDA POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL, O LAS NORMAS QUE LA MODIFIQUEN, SUSTITUYAN O DEROGUEN, LA CUAL ESTABLECE LOS LINEAMIENTOS TÉCNICOS - ADMINISTRATIVOS, LOS ESTÁNDARES Y LAS CONDICIONES MÍNIMAS DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR (PAE) PARA LOS PUEBLOS INDÍGENAS.

1. ANÁLISIS ECONÓMICO DEL SECTOR.

1.1. Descripción. La descripción de la necesidad que el Departamento pretende satisfacer con la contratación está ampliamente desarrollada en el primer acápite de los estudios previos del proceso contractual.

Se propone el Departamento de Nariño, a través de su Secretaría de Educación Departamental, **contratar la Prestación del servicio y la ejecución del Programa de Alimentación Escolar - PAE en los establecimientos educativos que atienden población mayoritariamente indígena y aquellos que se encuentren ubicados en territorio indígena, en los municipios no certificados del Departamento de Nariño, de conformidad con la Resolución 18858 de 2018, expedida por el Ministerio de Educación Nacional, o las normas que la modifiquen, sustituyan o deroguen, la cual establece los Lineamientos Técnicos - Administrativos, los Estándares y las Condiciones Mínimas del Programa de Alimentación Escolar (PAE) para los Pueblos Indígenas.**

El objetivo General del PAE para Pueblos Indígenas*, "es contribuir al acceso con permanencia al Sistema Educativo Indígena Propio-SEIP de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes indígenas matriculados en los establecimientos educativos a través de la entrega de un complemento alimentario que ayuda a recuperar y fortalecer los procesos culturales de alimentación, independientemente de la modalidad educativa"*.

Por el análisis del sector realizado, se concluye que en el mercado regional y nacional existen potenciales oferentes con capacidad de prestar el servicio que aquí se ha descrito.

1.2. Clasificación de bienes y servicios. La prestación del servicio a contratar por la Secretaría de Educación Departamental de Nariño, se encuentra clasificada así:

Grupo	F	Servicios
Segmento	93	Servicios Políticos y de Asuntos Cívicos
Familia	13	Ayuda y asistencia humanitaria
Clase	16	Planeación y programas de políticas de alimentación y nutrición
Producto	08	Servicios de suministro de alimentos.
	09	Políticas o programas de ayuda alimentario
	11	Servicios de seguridad alimentaria
CÓDIGO UNSPSC: 93131608, 93131609,93131611		

1.3 Especificaciones Técnicas.

DISTRIBUCIÓN DE CUPOS POR MUNICIPIO ANEXO 1

La distribución de cupos por municipio se establece de la siguiente manera:

MUNICIPIO	COMUNIDAD	BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO DE 2025
ALDANA	PASTOS	741
CONTADERO		181
CUMBAL		1662
GUACHUCAL		346
PUERRES		76
SANTACRUZ		562
SAPUYES		19
TÚQUERRES		864
TOTAL GENERAL		**4451**

MUNICIPIO	COMUNIDAD	BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO DE 2025
RICAURTE	AWA CAMAWARI	45
TOTAL GENERAL		**45**

MUNICIPIO	COMUNIDAD	BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO DE 2025
RICAURTE	AWA SIN ASOCIACIÓN	182
TOTAL GENERAL		**182**

NOTA 1: El número total de cupos a atender por la Entidad Territorial son de **4.678** cupos de acuerdo con la Base de Datos SIMAT con fecha de corte del 14 de mayo de 2025 con 3.418 complementos JM/JT (**incluidos complementos de jornadas únicas**), 1.498 para el complemento **ALMUERZO**, de acuerdo con el Plan Alimentario Indígena Propio de cada pueblo indígena.

NOTA 2: Durante la ejecución del contrato, la distribución de cupos por municipio puede cambiar y redistribuirse entre estos, de conformidad a los cortes de matrícula de SIMAT, sin sobre pasar el valor total del presupuesto; asimismo, la tipología de complementos en modalidad preparada en sitio puede cambiar mes a mes conforme a la información allegada a la SED sobre el concepto sanitario (favorable, favorable con requerimientos y desfavorable) obtenido como resultado de las visitas realizadas por el Instituto Departamental de Salud de Nariño-ISDN en materia de inspección, vigilancia y control a los restaurantes de cada establecimiento educativo y de acuerdo a las condiciones de infraestructura y saneamiento de los mismos, en todo caso la Entidad informará al operador para el respectivo cambio de modalidad.

COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO
COMPLEMENTO JM/JT – PASTOS- INTY-QUILLA
BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025

MUNICIPIO	COMUNIDAD	COMPLEMENTO JM/JT	DIAS	COMPLEMENTOS
ALDANA	PASTOS	741	23	17.043
CONTADERO		181	23	4.163
CUMBAL		1662	23	38.226
GUACHUCAL		346	23	7.958
PUERRES		76	23	1.748
SANTACRUZ		8	23	184
SAPUYES		19	23	437
TÚQUERRES		147	23	3.381
TOTAL GENERAL		**3180**	**23**	**73.140**

COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO
COMPLEMENTO ALMUERZO – PASTOS- INTY-QUILLA
BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025

MUNICIPIO	COMUNIDAD	ALMUERZO	DIAS	COMPLEMENTOS
SANTACRUZ	PASTOS	554	23	12.742
TÚQUERRES		717	23	16.491
TOTAL GENERAL		**1271**	**23**	**29.233**

COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO
COMPLEMENTO JM/JT J.U. – PASTOS- INTY-QUILLA
BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025

MUNICIPIO	COMUNIDAD	COMPLEMENTO JM/JT JU	DIAS	COMPLEMENTOS
SANTACRUZ	PASTOS	212	23	4.876
TÚQUERRES		26	23	598
TOTAL GENERAL		**238**	**23**	**5.474**

COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO
COMPLEMENTO ALMUERZO. – AWA SIN ASOCIACIÓN- INTY-QUILLA
BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025

MUNICIPIO	COMUNIDAD	ALMUERZO	DIAS	COMPLEMENTOS
SANTACRUZ	AWA SIN ASOCIACIÓN	182	23	4.186
TOTAL GENERAL		182	**23**	**4.186**

COMPLEMENTOS CON MODALIDAD PARA PREPAR EN SITIO CONTRATADAS DURANTE 23 DÍAS CALENDARIO ACADEMICO
COMPLEMENTO ALMUERZO. – AWA CAMAWARI- INTY-QUILLA
BENEFICIARIOS CORTE 14 DE MAYO 2025

MUNICIPIO	COMUNIDAD	CPS ALMUERZO	DIAS	COMPLEMENTOS
RICAURTE	AWA CAMAWARI	45	23	1.035
TOTAL GENERAL		45	**23**	**1.035**

La entidad territorial determinó contratar complementos de acuerdo con la Base de Datos SIMAT con fecha de corte del 14 de mayo 2025, con 3.180 complementos para la modalidad preparada en sitio -**JM/JT** Pueblo PASTOS, 1.271 complemento ALMUERZO Pueblo PASTOS, 238 complemento JM/JT J.U. Pueblo PASTOS, 182 complemento ALMUERZO AWA SIN ASOCIACIÓN y 45 complemento ALMUERZO AWA CAMAWARI, de acuerdo con el Plan Alimentario Indígena Propio de cada pueblo indígena.

DEFINICIONES

MODALIDAD: Se refiere al proceso y lugar de elaboración y preparación de los alimentos a suministrar. La selección de la modalidad dependerá de las condiciones de la infraestructura del comedor escolar, acceso a servicios públicos, dotación de equipos, así como de la ubicación geográfica del establecimiento educativo que pueda afectar las condiciones de calidad e inocuidad de los alimentos. Teniendo en cuenta lo anterior, se establecen las siguientes modalidades:

MODALIDAD PREPARADA EN SITIO: Se entregará esta modalidad en aquellos casos donde la infraestructura de la institución educativa cumpla con las especificaciones establecidas en la normatividad sanitaria vigente, permita la preparación de los alimentos directamente en las instalaciones del comedor escolar y garantice la calidad e inocuidad de los mismos. El comedor escolar debe presentar concepto sanitario favorable o favorable con requerimientos emitido por la autoridad sanitaria competente.

MODALIDAD INDUSTRIALIZADA: Se entregará esta modalidad en casos donde la infraestructura de la institución educativa NO permita la preparación de los alimentos directamente en las instalaciones del comedor escolar y no garantiza la calidad e inocuidad de los alimentos, o el concepto sanitario emitido por la autoridad competente sea desfavorable, por lo tanto, es necesario suministrar un complemento alimentario listo para el consumo compuesto por alimentos no procesados (frutas) y alimentos procesados. Adicionalmente, el comitente vendedor podrá implementar este tipo de complemento dependiendo de las condiciones de operación que dificulten proporcionar el complemento preparado en sitio.

TIPO DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL: El contratista deberá suministrar el complemento alimentario en cada uno de los municipios a atender del Departamento de Nariño según tipo y modalidad de complemento así:

- ✓ **Según tiempo de consumo:** Hace referencia al momento del día en que se suministra el alimento: complemento alimentario jornada mañana, complemento alimentario jornada de la tarde, complemento alimentario almuerzo.

  - **Complemento alimentario jornada mañana**: Este tipo de complemento se recomienda para las niñas, niños y adolescentes que, según los criterios de focalización, son población objetivo del Programa y se encuentran matriculados en la jornada mañana.
  - **Complemento alimentario jornada de la tarde:** Este tipo de complemento se recomienda para las niñas, niños y adolescentes que, según los criterios de focalización, son población objetivo del Programa y se encuentran matriculados en la jornada tarde.
  - **Complemento alimentario almuerzo:** Este tipo de complementos se recomienda para los niños, niñas, adolescentes y jóvenes que, según los criterios de focalización, son población objetivo del Programa y hacen parte de la estrategia de Jornada Única, se encuentran en zona rural dispersa o en el servicio de internado escolar.

2. CAPACIDAD TÉCNICA REQUERIDA

2.1. Talento Humano

El operador deberá disponer del personal idóneo necesario para la operación del programa desde los procesos de compra, transporte, distribución, almacenamiento, preparación y entrega de la modalidad preparado en sitio e industrializada en cada establecimiento educativo.

Profesionales en la materia:

El operador deberá contar mínimo con el siguiente equipo de trabajo:

a. Coordinador Operativo
b. Nutricionista Dietista
c. Ingeniero de Alimentos/Agroindustrial
d. Profesional en Derecho
e. Profesional en el área de las Ciencias Sociales o Humanas
f. Profesional en Ciencias Económicas o afines
g. 9 coordinadores Municipales
h. Dinamizadores, de acuerdo a la relación mínima de dinamizadores auxiliares de alimentos necesarios por número de complementos atendidos bajo modalidad Olla Comunitaria.

NOTA: El contratista deberá contar con el personal idóneo para que garantice la entrega oportuna y adecuada de la modalidad preparada en sitio e industrializada, de acuerdo con los estudiantes oficiales registrados en SIMAT para cada establecimiento educativo. Los requisitos exigidos por la Entidad para cada perfil se podrán evidenciar en el documento estudios previos.

2.2 Vehículos de transporte

El operador debe contar con la flota de transporte requerida y garantizar cumplimiento de los requisitos en la entrega exclusiva de los alimentos que integran la modalidad ración preparada en sitio y ración industrializada (cuando aplique), de acuerdo a lo establecido en los lineamientos del Programa de

Alimentación Escolar - PAE Resolución 18858 de 2018, Resolución 2674 de 2013, Resolución 002505 de septiembre de 2004 del Ministerio de Transporte y demás normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan, los cuales serán susceptibles de inspección y supervisión previo inicio del contrato y cuando el supervisor lo considere pertinente. Para ello deberá anexar:

- Acta de inspección sanitaria del vehículo otorgada por la entidad de salud competente con concepto higiénico sanitario favorable con fecha de expedición no superior a un (1) año;
- Certificado de capacitación básica en buenas prácticas de manufactura para el conductor y su ayudante (en caso de tenerlo);
- Matrícula del vehículo;
- Copia del SOAT vigente;
- Copia de la licencia de conducción;
- Copia del certificado de revisión tecno mecánica y de gases vigente.

NOTA: El vehículo transportador de carne y productos cárnicos comestibles debe contar con Autorización Sanitaria otorgada por cualquier ETS competente para realizar IVC en alimentos.

2.3 Bodegas de almacenamiento

En lo concerniente a bodegas, el contratista, deberá contar con bodegas o punto de distribución para el manejo exclusivo de alimentos del programa, las cuales deberán cumplir la normatividad sanitaria vigente y concepto sanitario favorable, el cual deberá mantenerse vigente por toda la vigencia del contrato. De igual manera, deberá propender por mantener espacios que permitan la verificación del almacenamiento adecuado de los alimentos, además deberá dar cumplimiento a la Resolución 2674 de 2013. Para ello deberá anexar:

- Contrato de arrendamiento o carta de compromiso de disponibilidad, u otra figura jurídica de permiso de uso permitida por la legislación colombiana;
- Acta de Inspección Sanitaria expedida por el ente municipal, departamental o nacional (INVIMA) según sea el caso, la cual debe tener el acta de inspección sanitaria o certificado expedido por la autoridad sanitaria vigente competente, con fecha de expedición no superior a un (1) año, con concepto favorable, la cual deberá mantenerse durante todo el plazo de la presentación del servicio objeto del contrato y conforme a la Resolución No. 2674 de 2013.

Adicionalmente, deberá dotar la(s) bodega mínima con los siguientes equipos y utensilios para llevar a cabo adecuadamente los procesos: equipos de refrigeración y congelación, balanza, grameras, termómetro, carretilla transportadora, canastillas y estibas de acuerdo con lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que lo adicionen, modifiquen o sustituyan. El contratista debe entregar un inventario de todos los equipos antes mencionados y los que considere necesarios disponer en la bodega para su correcta ejecución de PAE.

2.4 Planes y programas

Plan de Saneamiento:

El operador deberá contar con el plan de saneamiento básico de la bodega y comedores escolares, teniendo en cuenta la particularidad y necesidades de los mismos, cumpliendo con los aspectos mínimos descritos en los estudios previos.
NOTA: El Plan de saneamiento debe tener aplicabilidad y estar ajustado a las necesidades, características y entorno de cada bodega de almacenamiento y comedor escolar. El documento debe estar impreso y a disposición de la autoridad sanitaria y entes de control, así como de la Supervisión del Programa en cada uno de los puntos donde opere, dejando como evidencia de su implementación los registros, listas de chequeo y soporte de estas actividades. Lo anterior de conformidad con lo establecido en el literal e del numeral 6.5 de la Resolución 18858 de 2018 y Resolución 2674 de 2013.

Protocolo Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA):

El operador deberá contar con el procedimiento o protocolo al momento de reportarse una posible ETA o brote alimentario dentro del programa de la modalidad preparada en sitio, de acuerdo a lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y demás normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan y manual de ETA emitido por la UApA

Plan de mantenimiento preventivo y correctivo:

El operador deberá contar con el plan de mantenimiento preventivo y correctivo de los equipos, el cual debe aplicarse a las bodegas y unidades de servicio (restaurantes escolares) y debe contener como mínimo los aspectos descritos en la fase de alistamiento de los estudios previos.

Plan de capacitación y/o actualización continua del personal manipulador de alimentos:

El cual no podrá ser inferior a 10 horas anuales y deberá tratar temas con el manejo adecuado de los alimentos en los procesos desarrollados, Buenas Prácticas de Manufactura, protocolo de enfermedades trasmitidas por alimentos (ETA), prácticas higiénicas en la manipulación, procedimientos del Plan de Saneamiento Básico, estandarización de utensilios y porciones, minuta patrón, ciclos de menús, análisis químico, toma y registro de temperatura de los alimentos en frio y caliente y otros que a juicio de la supervisión del contrato deben ser incluidos acorde al buen funcionamiento del programa.

2.4 Concepto Sanitario Favorable

El contratista debe garantizar que las condiciones de las bodegas de almacenamiento, transporte y comedor escolar, sean las adecuadas y por consiguiente mantengan durante el inicio y toda la vigencia concepto sanitario favorable, el cual deberá contar con fecha de expedición, no mayor a 1 año.

Registro Sanitario, Permiso o Notificación Sanitaria

El contratista debe presentar la notificación, permiso o registro sanitario de los alimentos que lo requieran según la norma y a su vez conforman la modalidad preparada en sitio, y cuando aplique la modalidad industrializada bajo su marca de fábrica y con nombres determinados, cumpliendo con lo estipulado en la Resolución 2674 de 2013.

NOTA: De acuerdo a la Resolución 18858 de 2018 entre tanto el sector salud no emita la norma diferencial para evaluar la inocuidad en el marco del PAE para población indígena, determinada por el resultado del diagnóstico, se aplicará la norma vigente del Ministerio de Salud y Protección Social en el marco del bloque

de constitucionalidad y la jurisprudencia que reconoce y protege los derechos fundamentales de los pueblos indígenas, en especial a la identidad cultural, la autonomía, el autogobierno y la territorialidad.

El contratista deberá cumplir en su integridad con los requerimientos técnicos establecidos en los lineamientos de la Resolución 18858 de 2018, los cuales son parte integral del presente documento.

El contratista deberá contar con una sede, agencia, sucursal, local comercial, establecimiento de comercio, etc., en el Departamento de Nariño.

2.2. Compras locales a productores locales:

Compromiso de compras locales: Teniendo en cuenta que el Programa de Alimentación del Escolar- PAE, en los últimos años ha buscado contribuir a la dinamización de la economía regional a través de la estrategia denominada compras locales, y reconociendo que una de las mayores potencialidades de Nariño es su producción agropecuaria, se pretende fortalecer dicha estrategia.

El contratista deberá garantizar las compras locales de conformidad a lo establecido en la Ley 2046 de 2020 en un porcentaje no inferior a lo plasmado en el cuadro que se señala a continuación:

PORCENTAJE DE COMPRAS LOCALES POR GRUPO DE ALIMENTOS PARA LA MODALIDAD COMPLEMENTO PREPARADO EN SITIO E INDUSTRIALIZADA

GRUPO	ALIMENTO	PORCENTAJE MÍNIMO DE COMPRA
1 Raíces, tubérculos y plátanos	Papakun	30%
	Plátano hartón maduro / Plátano hartón verde	
	Banano chiro o guineo	
	Yuca	
	Papa común	
2 Frutas y verduras	Frutas	
	Verduras y hortalizas	
3 Alimento proteico	Pollo	
	Carne de res	
	Carne de cerdo	
	Huevo de gallina fresco	
	Leguminosas (Lenteja, fríjol rojo, arveja)	
	Tilapia roja o negra	
4 Azúcares y dulces	Panela en bloque	
	Bocadilla de guayaba	
	Dulce de leche	

	Dulce de leche con coco	
	Chocolate en pastilla	
5 Cereales	Arroz blanco	
	Avena en hojuelas	
	Maíz trillado blanco	
	Harina de trigo fortificada	
	Harina de maíz, extra cruda	
	Harina de maíz, precocida	
	Espaguetti	
	Ponqué blanco regular	
	Torta individual	
6 lácteos y derivados	Leche Ultra Alta Temperatura UAT/UHT entrera	
	Leche Ultra Alta Temperatura UAT/UHT saborizada	
	Bebida láctea con avena Ultra Alta Temperatura UAT/ UHT	
	Queso fresco, tipo campesino	

Nota: las compras locales del grupo de alimentos de azúcares y dulces solo se tendrán en cuenta en el caso de que se requiera implementar la modalidad Industrializada.

El contratista deberá presentar compromiso de compras locales manifestando el porcentaje de las mismas que oferte, conforme al anexo que la entidad presente, sin que sea inferior a lo mínimo exigido por la entidad y la Ley 2046 de 2020.

3. ANÁLISIS COSTO – EFICIENCIA

- **VALOR ESTIMADO DEL CONTRATO Y PRESUPUESTO OFICIAL**

En el marco del proceso de planeación del Programa de Alimentación Escolar para la vigencia 2025 y con el fin de construir una herramienta que permita determinar el valor de los complementos PAE, la Secretaría de Educación Departamental adelantó la contratación directa de servicios profesionales del estudio de costo en el año 2024, estudio basado en la metodología- Costo de absorción, también llamado costo de absorción total, un método de contabilidad gerencial para capturar todos los costos asociados con la fabricación de un producto en particular. Donde el esquema propuesto acoge los lineamientostécnicos – administrativos, los estándares y las condiciones mínimas del Programa de AlimentaciónEscolar, con el propósito de brindar a los niños, a las niñas, adolescentes y jóvenes que están matriculados en el sector oficial del Departamento de Nariño, un complemento alimentario para su preparación y consumo inmediato durante la jornada escolar la cual complementa la alimentación que los beneficiarios reciben en su hogar; en cumplimiento del objeto contractual, se obtiene los valores de los complementos es en sus diferentes modalidades para los titulares de derecho del Departamento de Nariño para la vigencia 2025.

El siguiente es el resumen de las tarifas estimadas para cada uno de los complementos alimentarios implementados en el PAE para la vigencia 2025, atendiendo a los pueblos o comunidades indígenas:

VALOR COMPLEMENTOS- PASTOS-AWA SIN ASOCIACIÓN-AWA CAMAWARI	COMPLEMENTO	VALOR COMPLEMENTOS AJUSTADO A DOS DECIMALES 2025
	Modalidad preparada en sitio JM/JT PASTOS	$ 3.277,12
	Modalidad preparada en sitio ALMUERZO PASTOS	$ 6.079,96
	Modalidad preparada en sitio JM/JT J.U. PASTOS	$ 3.277,12
	Modalidad preparada en sitio ALMUERZO AWA SIN ASOCIACIÓN.	$ 5.863,46
	Modalidad preparada en sitio ALMUERZO AWA CAMAWARI	$ 5.888,12

El análisis pormenorizado del sector se encuentra en el Anexo No. 2 denominado **" ANALISIS DEL SECTOR PARA CONTRATAR LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO Y LA EJECUCIÓN DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE EN LOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS QUE ATIENDEN POBLACIÓN MAYORITARIAMENTE INDÍGENA Y AQUELLOS QUE SE ENCUENTREN UBICADOS EN TERRITORIO INDÍGENA, EN LOS MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS DEL DEPARTAMENTO DE NARIÑO, DE CONFORMIDAD CON LA RESOLUCIÓN 18858 DE 2018, EXPEDIDA POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL, O LAS NORMAS QUE LA MODIFIQUEN, SUSTITUYAN O DEROGUEN, LA CUAL ESTABLECE LOS LINEAMIENTOS TÉCNICOS - ADMINISTRATIVOS, LOS ESTÁNDARES Y LAS CONDICIONES MÍNIMAS DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR (PAE) PARA LOS PUEBLOS INDÍGENAS."**

Valor estimado del Contrato:

Así las cosas, el valor del presupuesto oficial de la contratación se estima en la suma de **CUATROCIENTOS SESENTA Y SEIS MILLONES UN MIL SEISCIENTOS TREINTA PESOS CON DOCE CENTAVOS ($466.001.630,12) MDA/CTE.**

Las retenciones, impuestos y descuentos a que haya lugar por la suscripción y ejecución del presente contrato estarán a cargo del contratista.

PUEBLO PASTOS- INTY-QUILLA 23 DÍAS DE ATENCION				
	VALOR COMPLEMENTO JM/JT	No. DE COMPLEMENTOS	VALOR COMPLEMENTO ALMUERZO	No. DE COMPLEMENTOS
INTY-QUILLA	$3.277,12	73.140	$6.079,96	29.233
SUBTOTALES	$239.688.556,80		$177.735.470,68	
VALOR TOTAL	$417.424.027,48			

PUEBLO PASTOS- INTY-QUILLA -23 DIAS DE ATENCION

	VALOR COMPLEMENTO JM/JT J.U	No. DE COMPLEMENTOS
INTY-QUILLA	$3.277,12	5.474
VALOR TOTAL	$17.938.954,88	

PUEBLO AWA SIN ASOCIACIÓN- AWA CAMAWARI- INTY-QUILLA -23 DIAS DE ATENCION		
	VALOR COMPLEMENTO ALMUERZO	**No. DE COMPLEMENTOS**
INTY-QUILLA AWA SIN ASOCIACIÓN	$5.863,46	4.186
SUB-TOTAL	$24.544.443,56	
INTY-QUILLA AWA CAMAWARI	$5.888,12	1.035
SUB-TOTAL	$6.094.204,20	
VALOR TOTAL	$30.638.647,76	

NOTA: Durante la ejecución del contrato, la distribución de cupos por municipio puede cambiar y redistribuirse entre estos, de conformidad a los cortes de matrícula de SIMAT, sin sobre pasar el valor total del presupuesto; asimismo, la tipología de complementos en modalidad preparada en sitio e industrializada puede cambiar mes a mes conforme a la información allegada a la SED sobre el concepto sanitario obtenido como resultado de las visitas realizadas por el Instituto Departamental de Salud de Nariño-ISDN en materia de inspección, vigilancia y control a los restaurantes de cada establecimiento educativo y de acuerdo a las condiciones de infraestructura y saneamiento de los mismos, como también del concepto sanitario emitido por la entidad competente (favorable, favorable con requerimientos y desfavorable), se informará al operador para la realización del respectivo cambio de modalidad.

Forma de Pago: El Departamento de Nariño, pagará al Contratista el valor total del contrato en pagos parciales, previa presentación del informe técnico por parte del Contratista a la Supervisión, de conformidad al número de complementos alimentarios efectivamente suministradas, efectivamente entregadas y recibidas durante el periodo.

PARÁGRAFO 1º.- El pago se realizará previa presentación de informe de ejecución debidamente soportado con los formatos de entrega de los complementos alimentarios y certificación de cumplimiento expedida por el Supervisor del contrato.

PARÁGRAFO 2º.- EL CONTRATISTA acreditará el pago correspondiente a sus aportes al Sistema General de Seguridad Social Integral (Salud, Pensiones y ARL), en los montos y porcentajes establecidos por el Gobierno, con los respectivos comprobantes de pago original.

PARÁGRAFO 3º.- En caso de terminación anticipada sólo habrá lugar al pago de los bienes efectivamente entregados.

PARÁGRAFO 4º.- Las retenciones, impuestos y descuentos a que haya lugar por el pago de cuentas, estarán a cargo del contratista.

4. DISPONIBILIDAD Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN:

De conformidad con lo anterior, el valor del contrato se determina teniendo en cuenta el valor y el número total de complementos entregados, por lo cual, para el presente caso, se debe disponer de la suma **CUATROCIENTOS SESENTA Y SEIS MILLONES UN MIL SEISCIENTOS TREINTA PESOS CON DOCE CENTAVOS ($466.001.630,12) MDA/CTE.**

Se concluye que el Departamento, desde la etapa de planeación del proyecto, ha hecho el análisis necesario para conocer el sector relativo al objeto del proceso de contratación desde la perspectiva legal, comercial, financiera, organizacional, técnica, y de análisis de riesgo, como queda constatado en las diferentes piezas documentales que acompañan este proceso.

San Juan de Pasto, junio de 2025.

ADRIÁN ALEXANDER ZEBALLOSF CUATHIN
Secretario de Educación Departamental.

Revisó: Berby Sánchez Montaño Cargo: Subsecretario de Planeación Educativa y Cobertura	
Proyectó: Kevin David Ortega Ingeniero de Sistemas Contratista Equipo PAE	
Proyectó: Javier Cerón Hernández Contador Contratista PAE	
Proyectó: Yohon Charfuelán Economista Contratista PAE	
Proyecto: Anyela Yulieth Costain Yamá Nutricionista Contratista Equipo PAE	
Proyectó: Yalexi Dayali Piarpuzan Ingeniera de Alimentos Contratista Equipo PAE	Yalexi Piarpuzan

ACTA DE PROCESO DE CONCERTACIÓN PAIP PARA LA VIGENCIA 2025			
1. Reunión:	Concertación Plan Alimentario Indígena Propio (PAIP) – Pueblo **AWA – CAMAWARI**		
2. Asunto:	Planeación y diseño concertación PAIP-2025 en el marco de ejecución del Programa de Alimentación Escolar. (Resolución No. 18858/2028-MEN)		
3. Fecha:	17 de septiembre de 2024		
4. Lugar:	Municipio de Ricaurte- Nariño, Instalaciones de la Asociación de Autoridades Tradicionales Indígenas AWA-CAMAWARI.		
5. Dependencia:	Subsecretaria de Planeación Educativa y Cobertura.		
6. Redactada por:	Diego Alexander Caipe-Psicologo contratista		
7. Asistentes	**Nombre**	**Cargo**	**Dependencia**
	Anyela Constain	Nutricionista-Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
	Dayana Arévalo	Abogada- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
	Javier Cerón	Contador- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
	Diego Caipe	Psicólogo- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
	Mabel Rodríguez	Ingeniera de Alimentos- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
	Alejandra Rosales	Técnico Líder-Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
8. Invitados	**Nombre**	**Cargo**	**Dependencia**
	Esteban Yandún	Gobernador	Resguardo Alto Cartagena
	Álvaro Leonardo Nastacuás	Gobernador	Resguardo de Cuaiquer Integrado La Milagrosa
	Luis Jairo Arteaga	Gobernador	Resguardo de Vegas Chagüi
	Julio Antonio García	Gobernador	Resguardo de Gualcalá
	Camilo García	Gobernador	Resguardo de Palmar
	Romel Ortiz	Gobernador	Resguardo de Pial api Pueblo Viejo

	Wuiston Guanga	Gobernador	Resguardo de Ramos Cuascabi Paldubi
	Manuel Nastacuás	Gobernador	Resguardo de Ramos Mongón
	Henry Nastacuás	Gobernador	Resguardo de Nulpe Medio Rio San Juan
	Ricardo Benavides	Alcalde	Municipio Ricaurte
	Livio Narciso Oliva Urresty	Rector	Institución Educativa Ospina Pérez
	Raimundo Ortiz Guanga	Rector	Institución Educativa Bilingüe Agroindustrial Sindagua

9. Puntos a tratar	1. Saludo de bienvenida por parte de la Sra. YAQUELINE ORTIZ MARÍN, en su calidad de consejera mayor de la asociación AWA CAMAWARI.
	2. Saludo de bienvenida por parte de la abogada Dayana Arévalo, abogada contratista PAE de la Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
	3. Presentación del equipo multidisciplinario de la Secretaría de Educación Departamental de Nariño
	4. Socialización PAE vigencia 2024
	5. Proceso de concertación PAIP vigencia 2025- Verificación de Quorum
	6. Proposiciones y varios
	7. Compromisos
	8. Cierre de reunión.

N°	10. Desarrollo de los puntos a tratar
1.	**Saludo de bienvenida por parte de la Sra. Jaqueline Ortiz Marín, en su calidad consejera mayor:** La consejera mayor YAQUELINE ORTIZ MARÍN, en su calidad de consejera mayor asociación AWA CAMAWARI, otorga el permiso para que cada uno de los gobernadores y/o de los resguardos a los cuales representan se presenten y den el respectivo saludo de bienvenida; así mismo para los directivos y docentes de las diferentes sedes educativas e Instituciones.
2.	**Saludo de bienvenida por parte de DAYANA AREVALO, en su calidad de abogada contratista de la Secretaría de Educación Departamental de Nariño:** Se realiza la apertura del encuentro con la intervención de la abogada Dayana Arévalo, quien agradece la asistencia y participación de los presentes, manifiesta que el presente encuentro tiene como objetivo concertar la minuta y los ciclos de menú que se brindaran a los niños, niñas adolescentes y jóvenes del pueblo indígena ASOCIACIÓN AWA CAMAWARI, matriculados en las instituciones educativas de este territorio con población mayoritariamente indígena y registrados en el SIMAT, para la vigencia 2025, mediante la revisión y aprobación de los menús

3.	propuestos por parte de las autoridades indígenas invitadas, con la orientación y apoyo de los profesionales de la Secretaría de Educación Departamental De acuerdo con esto, da paso para que se dé inicio a la lectura del orden del día y dar inicio a la socialización del programa y da paso para que el equipo acompañante se presente. **NOMBRE** / **CARGO** Alejandra Rosales – Técnico líder PAE Anyela Constain – Nutricionista PAE Dayana Arévalo – Abogada PAE Diego Caipe – Psicólogo PAE Javier Cerón – Contador PAE Mabel Rodríguez – Ingeniera de Alimentos PAE
4.	**Socialización PAE vigencia 2024.** Se realiza la lectura del orden del día, dando a conocer los puntos que se van a tratar durante la jornada de concertación, la intervención se lleva a cabo por parte del profesional de gestión social, psicólogo contratista PAE Diego Caipe, quien agradece la asistencia y participación de todos los presentes. Se da inicio a la socialización del programa ante los asistentes, por parte de la abogada Dayana Arévalo, quien arranca con la exposición de la normatividad, (resolución 18858-2018) por la cual se determinan los lineamientos técnicos y administrativos para el programa de alimentación escolar para población mayoritariamente indígena, así como los procesos de contratación que se han realizado con los operadores indígenas y las especificaciones propias de este proceso. A continuación la nutricionista Anyela Constain, da a conocer la resolución 3803-2016 que establece los aportes nutricionales y la conformación del plato saludable, y la resolución 18858-2018, con la cual se determina los ciclos de menú, las guías de preparación, los métodos de cocción y otros procesos esenciales para el suministro de los alimentos que serán servidos a los niños, niñas y adolescentes en los establecimientos educativos del territorio del pueblo indígena ASOCIACIÓN AWA CAMAWARI, respetando usos, costumbres y alimentos propios, además de las condiciones en las cuales se presta el servicio de PAE para las comunidades indígenas. Ligado a lo anterior, se especifica que el objetivo de la reunión es lograr llevar a cabo la concertación de los ciclos de menú para la vigencia 2025; enfocándose en la cantidad, calidad y aporte nutricional de cada menú ofrecido; dado que el programa de alimentación escolar está conformado por 20 ciclos de menús diferenciales; en los cuales se busca ofrecer una alimentación suficiente, completa, equilibrada, adecuada e inocua; que incluya frutas, verduras, proteínas, cereales y alimentos propios de su

	cultura, alimentos regionales y de cosecha que faciliten el intercambio de los mismos, del mismo modo se aclara que el programa de alimentación escolar PAE, brinda un aporte del 20 % en el complemento alimentario AM/PM, y el 30% en el complemento alimentario almuerzo, de la alimentación diaria de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, aclarando que el restante de la totalidad se lo debe brindar en casa, también se brinda información acerca de los tipos de raciones que se entregan, los cuales comprenden la ración preparada en sitio y la ración industrializada, especificando las condiciones mínimas requeridas para el lugar de preparación y/o entrega de los alimentos, y que factores contribuyen a la selección de la modalidad, como por ejemplo la infraestructura del comedor escolar, dotación de equipos, acceso a servicios públicos y ubicación geográfica. Finalmente en este aparte interviene la ingeniera de alimentos Mabel Rodríguez, quien hace alusión a la Resolución 2674/2013 anexo técnico de Calidad e Inocuidad - BPM, informando acerca de los requisitos técnicos y estándares de calidad e inocuidad para la operación del Programa de Alimentación Escolar, en cumplimiento de la normatividad sanitaria vigente, promoviendo la mejora continua y aseguramiento de la calidad, así como la atención con pertinencia territorial, de igual manera se orienta acerca de los distintos análisis químicos y microbiológicos que se realizan por los entes reguladores para la habilitación de los restaurantes escolares en las instituciones educativas, para concluir la presente socialización se hace referencia al proceso de conformación de cada menú, reiterando que este va determinado por un análisis químico y microbiológico, además de las guías de preparación, respectivamente para cada menú del ciclo.
5.	**Proceso de concertación PAIP vigencia 2025- Verificación del Quorum.** Se realiza llamado a lista de las autoridades indígenas y/o sus representantes presentes en el auditorio, asisten cuatro (4) representantes y un (1) gobernador, de nueve (9) invitados de la ASOCIACIÓN AWA CAMAWARI, referenciados de la siguiente manera:

GOBERNADOR	RESGUARDO	ASISTENCIA
Pedro Leonel Guanga (R)	Alto Cartagena	SI
Diana Aleida García (R)	Cuaiquer Integrado La Milagrosa	SI
Ever Nastacuás (R)	Palmar	SI
Romel Ortiz	Pialpi Pueblo Viejo	SI
Edwin Nastacuás (R)	Ramos Mongón	SI

En el inicio de la presente concertación toma la palabra la consejera Yaqueline Ortiz Marín, quien manifiesta que se haga cumplir lo concertado en el presente encuentro por parte de Secretaría de Educación Departamental al operador, puesto que en ocasiones anteriores no se ha respetado lo concertado y

	continuamente se realizan cambios en la minuta y los alimentos que se brindan a los niños, a lo cual la profesional en nutrición, Anyela Constain, responde que de presentarse algún cambio en la minuta o en alguno de los alimentos, se debe informar con la SED para verificar y aprobarse el intercambio de algún alimento o preparación de los mismos. Luego interviene la señora Rosa Caicedo, representante de una asociación productora de chiro, perteneciente a la Asociación de Autoridades Tradicionales Indígenas AWA-CAMAWARI, quien manifiesta que se tenga en cuenta este fruto de producción local, que además es ancestral y pertenece a la dieta diaria de los niños niñas, adolescentes y jóvenes del resguardo. Posteriormente a estas observaciones, se da inicio a la concertación en la cual la nutricionista Anyela Constain, informa que se dará lectura a los ciclos de menú día por día y semana por semana hasta completar los 20 ciclos de menú proyectados, y que si por parte de las autoridades y la comunidad asistente se pretende realizar algún cambio, deben levantar la mano y manifestar la modificación que desean realizar y ver su viabilidad, o en caso de que se encuentren conformes con el menú se deberá responder que SE APRUEBA. Se da inicio con la minuta o ciclo de **menú almuerzo** regular en el cual se obtuvieron las siguientes observaciones: **Semana 1:** Menú N°1: Se da la observación de cambio, plátano amarillo en rodajas por chiro. Menú N°2: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°3: Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo. Menú N°4: Se da la observación de cambio, patacones de plátano verde por chiro y cambiar la ensalada de tomate de carne en casquitos por guiso de arveja verde, habichuela y zanahoria Menú N°5: Se da la observación de cambio, guiso de arveja verde, habichuela y zanahoria por ensalada de tomate de carne en casquitos. **Semana 2:** Menú N°6: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°7: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°8: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°9: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°10: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

Semana 3:
Menú N°11: Se da la observación de cambio, frijol rojo o blanquillo guisado dejar sólo frijol rojo.
Menú N°12: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°13: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°14: Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo.
Menú N°15: Se da la observación de cambio, jugo de guayaba en leche por jugo de tomate de árbol en leche.

Semana 4:
Menú N°16: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°17: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°18**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°19**:** Se da la observación de cambio, frijol rojo guisado con plátano verde por frijol rojo guisado con chiro.
Menú N°20**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

A continuación, se da inicio con la minuta o ciclo de **menú complemento alimentario AM/PM en** el cual se obtuvieron las siguientes observaciones:

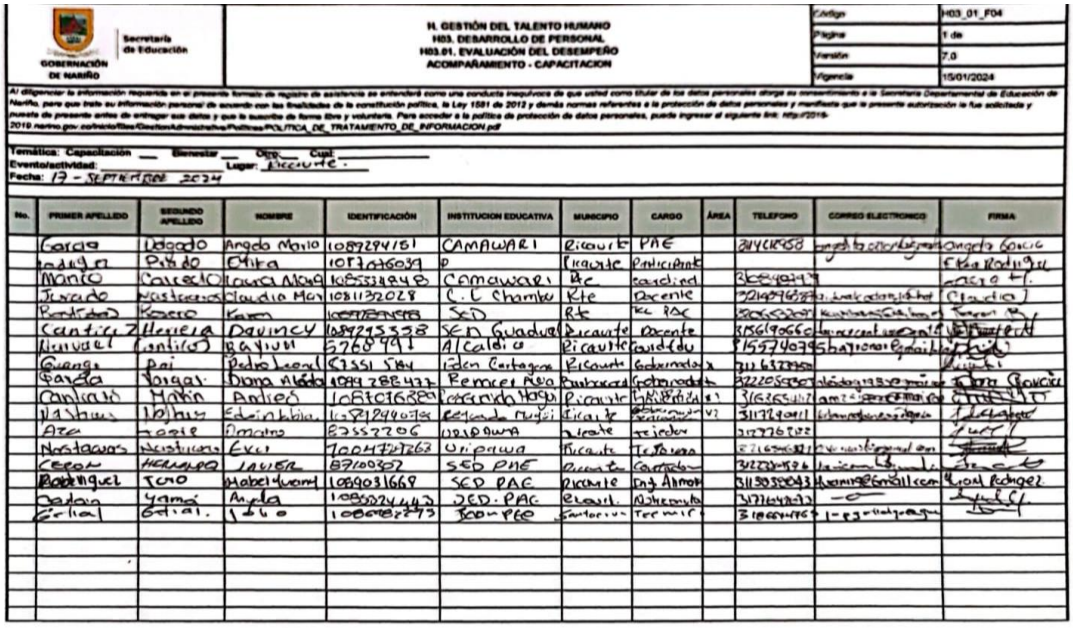
Semana 1:
Menú N°1: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°2: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°3**:** Se da la observación de adición de granadilla.
Menú N°4: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°5: Se da la observación de quitar la granadilla y adicionarla en el menú 3.

Semana 2:
Menú N°6: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°7: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°8: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°9: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

	Menú N°10**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. **Semana 3:** Menú N°11: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°12: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°13: Se da la observación de cambio, porción de fruta papaya por mango. Menú N°14: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°15: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. **Semana 4:** Menú N°16: Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo. Menú N°17: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°18**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°19**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°20**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
6.	**Proposiciones y varios** • Yaquelin Ortiz Marín, consejera de la Asociación de Autoridades Tradicionales Indígenas AWA-CAMAWARI , sugiere que se intercambie el chiro por el plátano amarillo, en 4 menús de los 7 que presentan este alimento dentro del apartado grupo de alimentos como cereal acompañante en el complemento alimentario AM-PM, y/o tubérculos, plátanos, yuca y papa en el complemento almuerzo, a esta apreciación se une la señora Rosa Caicedo, quien reafirma el compromiso de abastecer de este producto al operador que en la próxima vigencia se le brinde el aval por parte de la Asociación de Autoridades Tradicionales Indígenas AWA-CAMAWARI, para operar el programa de alimentación escolar en este territorio. • Por parte de las autoridades indígenas presentes, proponen, estudiar la posibilidad de cambiar el suministro de atún enlatado por pescado que se puede adquirir en la región, a esta solicitud tanto la ingeniera de alimentos Mabel Rodríguez como la nutricionista Anyela Constain de la SED-Nariño, les manifiestan que se puede estudiar la posibilidad de realizar el cambio siempre y cuando el proveedor local cumpla con las especificaciones técnicas de

	calidad e inocuidad de este alimento, así como el transporte y cadena de frio hasta los centros educativos más alejados del territorio.		
7.	**Tareas y Compromisos**		
N°	**Descripción**	**Responsable**	**Fecha**
1	Recolectar todas las proposiciones referidas durante la jornada y remitirlas mediante acta a la Secretaría Educación Departamental de Nariño; con el fin de dar trámite con los operadores.	Operador y SED- Nariño	17 de septiembre del 2024.
2	Corroborar la entrega de los alimentos planteados en la minuta; que sean los alimentos correctos, que se entreguen a tiempo; por parte de los operadores, hacia las instituciones educativas del territorio.	Operador y SED- Nariño	17 de septiembre del 2024.
3	Verificar cumplimiento del operador en cuanto a las obligaciones contractuales.	Operador y SED- Nariño	17 de septiembre del 2024.
8.	**Cierre de la reunión**		

Se anexa ciclos de menú concertados y aprobados.

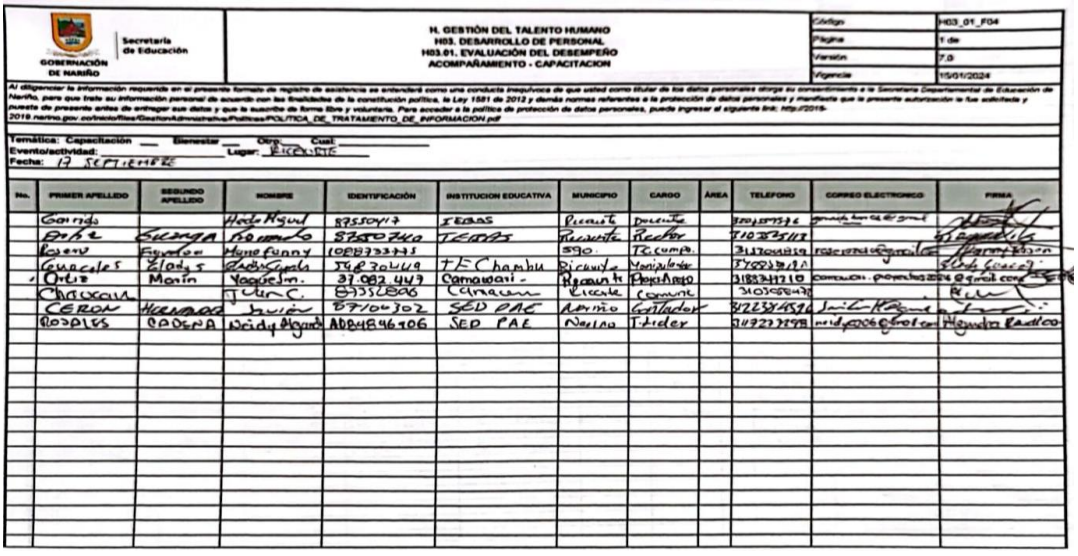


H. GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO
H03. DESARROLLO DE PERSONAL
H03.01. EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO
ACOMPAÑAMIENTO - CAPACITACION

Código	H03_01_F04
Página	1 de
Versión	7.0
Vigencia	15/01/2024

Temática: Capacitación ___ Bienestar ___ Otro ___ Cual: ___
Evento/actividad: ___ Lugar: Ricaurte.
Fecha: 17 - SEPTIEMBRE 2024

No.	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	INSTITUCION EDUCATIVA	MUNICIPIO	CARGO	ÁREA	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
	Garcia	Delgado	Angelo Mario	1089294751	CAMAWARI	Ricaurte	PAE		3147[illegible]58	[illegible]	[illegible]
	[illegible]	Pinto	Erika	1013476039	[illegible]	Ricaurte	Participante		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Montes	Caicedo	Laura Maria	1085338945	Camawari	Rc	coordinadora		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Jurado	Mosquera	Claudia Mar	1031372028	C.E Chamba	Rte	Docente		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Rodriguez	Rosero	Karen	1087[illegible]	SED	Ric	Tec PAE		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Cantiz	Herrera	Davinci	1089293338	SED Guadual	Ricaurte	Docente		3156[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Narvaez	Cantillo	Bayron	5768991	Alcaldia	Ricaurte	Coordinador		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Guanga	Pai	Pedro Leon	87351584	Idem Cartagena	Ricaurte	Gobernador		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Garcia	Vargas	Diana Nicol	1089788477	Remigio Rio	Ricaurte	Docente		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Cantillo	Marin	Andres	1087016889	Escuela Hoja	Ricaurte	[illegible]		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Williams	Delgado	Edwin Alb	1087[illegible]	[illegible]	Ricaurte	[illegible]		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Arc	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Montanares	Montenegro	Eveli	1004[illegible]	Uripawa	Ricaurte	Tesorero		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Ceron	Hernandez	Javier	87100357	SED PAE	Ricaurte	Contador		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Rodriguez	Toro	Mabel Yuani	1089031669	SED PAE	Ricaurte	Ing Ambi		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Jadaia	Yami	Angela	1085024443	SED. PAE	Ricaurte	Nutricionista		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Erlial	Erlial.	1[illegible]0	1088[illegible]	SED-PAE	Ricaurte	Tecnico		[illegible]	[illegible]	[illegible]



H. GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO
H03. DESARROLLO DE PERSONAL
H03.01. EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO
ACOMPAÑAMIENTO - CAPACITACION

Código	H03_01_F04
Página	1 de
Versión	7.0
Vigencia	15/01/2024

Temática: Capacitación ___ Bienestar ___ Otro ___ Cual: ___
Evento/actividad: ___ Lugar: RICAURTE
Fecha: 17 SEPTIEMBRE

No.	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	INSTITUCION EDUCATIVA	MUNICIPIO	CARGO	ÁREA	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
	Garrido		Hugo Miguel	87550417	IEBAS	Ricaurte	Docente		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Bola	Guanga	Romulo	87550240	IEBAS	Ricaurte	Rector		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Rosero	Figueroa	Hyme Funny	1088333745		590	Tecumpa		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Guanales	Yadys	[illegible]	1087204449	TE Chamba	Ricaurte	Manipulador		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Ortiz	Marin	Yoselim.	37.982.447	Camawari -	Ricaurte	Practicante		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Chaucanes		Julian C.	87552846	Camawari	Ricaurte	Comunidad		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Ceron	Hernandez	Javier	87104302	SED PAE	Ricaurte	Contador		[illegible]	[illegible]	[illegible]
	Rosales	Caicedo	Nicolas Miguel	1088486206	SED PAE	Ricaurte	Tecnico		[illegible]	[illegible]	[illegible]


Watmin anbmakpas



1. Reunión:	Concertación Plan Alimentario Indígena Propio (PAIP) – Pueblo AWA – CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA) – Vigencia 2025
2. Asunto:	Concertación PAIP-2025 en el marco de ejecución del Programa de Alimentación Escolar. (resolución 18858/2018-MEN)
3. Fecha:	18 de septiembre del 2024
4. Lugar:	Municipio de Ricaurte- Nariño, Instalaciones Auditorio - Antiguo Hospital Ricaurte E.S.E.
5. Dependencia:	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
6. Redactada por:	Diego Alexander Caipe- Psicólogo contratista PAE

7. Asistentes

Nombre	Cargo	Dependencia
Anyela Constain	Nutricionista- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
Dayana Arévalo	Abogada- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
Javier Cerón	Contador- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
Diego Caipe	Psicólogo- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
Mabel Rodríguez	Ingeniera de Alimentos- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
Alejandra Rosales	Técnico Líder- Contratista Equipo PAE	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura

8. Invitados

Nombre	Cargo	Dependencia
Diana Aleida García	Gobernadora	Cabildo Renacer Awa
Albeiro Nastacuás	Gobernador	Cabildo Indígena de Libertad de Telembí
Gerardo Ortiz	Gobernador	Cabildo Magui
Leonel Guanga	Gobernador	Cabildo De Alto Cartagena
Ricardo Benavides Moran	Alcalde	Municipio Ricaurte
Alier Arturo Ortiz Burgos	Rector	Institución Agropecuaria Comunidad Indígena Inkai - Awa
Raimundo Ortiz Guanga	Rector	Institución Bilingüe Agroindustrial Sindagua - Iebas
German Enrique Burbano Araujo	Rector	Institución Educativa Ricaurte
Gabriel Nastacuás	Gobernador	Resguardo El Sande

Marcelo Julio Martínez Patiño	Rector	Institución Educativa San Juan Bautista	
Mabel Del Carmen Montenegro Velasco	Rectora	Institución Educativa Técnica Nuestra Señora De Lourdes	
Diana Aleida García	Gobernadora	Cabildo Renacer Awa	

1. Saludo de bienvenida a cargo de Javier Cerón, Contador Contratista- Secretaría de Educación Departamental de Nariño-
   Saludo de bienvenida Representante Asociación de Autoridades Tradicionales Indígenas AWA-CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA).
2. Presentación funcionarios PAE- Secretaría de Educación Departamental de Nariño.
3. Diligenciamiento registro de asistencia.
4. Socialización Programa de Alimentación Escolar 2024-Pueblos Indígenas Departamento de Nariño.
5. Concertación ciclos de menú PAIP 2025.

Puesta en consideración a las autoridades indígenas presentes, 20 menús para revisión y aprobación teniendo en cuenta las particularidades culturales y alimenticias de cada pueblo indígena.

6. Proposiciones y varios.
7. Tareas y compromisos.
8. Despedida.

N°	9. Desarrollo de los puntos a tratar
1	**Saludo de bienvenida a cargo de Javier Cerón, Contador Contratista- Secretaría de Educación Departamental de Nariño.** Se realiza la apertura con la intervención del contador Javier Cerón, quien agradece la asistencia y participación de los presentes, manifiesta que esta jornada tiene como objetivo concertar la minuta y los ciclos de menú que se brindaran a los niños, niñas adolescentes y jóvenes del pueblo indígena AWA CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA), matriculados en las instituciones educativas de este territorio con población mayoritariamente indígena y registrados en el SIMAT, para la vigencia 2025, mediante la revisión y aprobación por parte de las autoridades indígenas invitadas, de los menús propuestos por el componente técnico nutricional PAE, de la Secretaría de Educación Departamental de Nariño, con la orientación y apoyo de los profesionales de la Secretaría de Educación Departamental. **Saludo de bienvenida Representante Asociación de Autoridades Tradicionales Indígenas AWA-CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA).** El consejero mayor ASOCIACIÓN AWA CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA), otorga el permiso para que cada uno de los gobernadores y/o de los resguardos a los cuales representan se presenten y den el respectivo saludo de bienvenida; así mismo para los directivos y docentes de las diferentes sedes educativas e Instituciones.

<table>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td>2</td><td>Presentación de funcionarios PAE- Secretaría de Educación Departamental de Nariño.

En este momento después de los saludos de bienvenida, se procede a realizar la presentación de los funcionarios referenciados de la siguiente manera:
<table>
<tr><th>NOMBRE</th><th>CARGO</th></tr>
<tr><td>Alejandra Rosales</td><td>Técnico líder PAE</td></tr>
<tr><td>Anyela Constain</td><td>Nutricionista PAE</td></tr>
<tr><td>Dayana Arévalo</td><td>Abogada PAE</td></tr>
<tr><td>Diego Caipe</td><td>Psicólogo PAE</td></tr>
<tr><td>Javier Cerón</td><td>Contador PAE</td></tr>
<tr><td>Mabel Rodríguez</td><td>Ingeniera de Alimentos PAE</td></tr>
</table></td></tr>
<tr><td>3</td><td>Diligenciamiento de los listados de asistencia.

Se realiza el diligenciamiento de los listados de asistencia por parte de los asistentes al proceso de concertación, municipio de Ricaurte-Nariño, Asociación de Autoridades Tradicionales Indígenas AWA-CAMAWARI.</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Socialización PAE vigencia 2024.

Se inicia la socialización del PAE vigencia 2024, para comunidades indígenas del departamento, de igual manera se menciona la normatividad, (resolución 18858-2018) por la cual se determinan los lineamientos técnicos y administrativos para el programa de alimentación escolar para población indígena, así como los procesos de contratación que se han realizado con los operadores indígenas y las especificaciones propias de este proceso.

A continuación la nutricionista Anyela Constain, da a conocer la resolución 3803-2016 que establece los aportes nutricionales y la conformación del plato saludable, y la resolución 18858-2018, con la cual se determina los ciclos de menú, las guías de preparación, los métodos de cocción y otros procesos esenciales para el suministro de los alimentos que serán servidos a los niños, niñas y adolescentes en los establecimientos educativos del territorio del pueblo indígena AWA CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA), respetando usos, costumbres y alimentos propios, además de las condiciones en las cuales se presta el servicio de PAE para las comunidades indígenas.

Con relación a lo anterior, la presente concertación se enfocará en la cantidad, calidad y aporte nutricional de cada menú ofrecido; dado que el programa de alimentación escolar está conformado por 20 ciclos de menús diferenciales; en los cuales se busca ofrecer una alimentación suficiente, completa, equilibrada, adecuada e inocua; que incluya frutas,</td></tr>
</table>

	verduras, proteínas, cereales y alimentos propios de su cultura, alimentos regionales y de cosecha que faciliten el intercambio de los mismos, del mismo modo se aclara que el programa de alimentación escolar PAE, brinda un aporte del 20 % en el complemento alimentario AM/PM, y el 30% en el complemento alimentario almuerzo, de la alimentación diaria de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, aclarando que el restante porcentaje se lo debe brindar en el hogar; cabe resaltar que con esta comunidad indígena también se maneja la modalidad de residencias estudiantiles, debido a lo dispersa que se encuentra la población en el territorio, a dificultades de transporte y de orden público que se presentan en algunos resguardos. Por otra parte, también se brinda información acerca de los tipos de raciones que se entregan, los cuales comprenden la ración preparada en sitio y la ración industrializada, especificando las condiciones mínimas requeridas para el lugar de preparación y/o entrega de los alimentos, además de los factores que contribuyen a la selección de la modalidad, como por ejemplo la infraestructura del comedor escolar, dotación de equipos, acceso a servicios públicos y ubicación geográfica. A continuación, en este aparte interviene, la ingeniera de alimentos Mabel Rodríguez, quien hace alusión a la Resolución 2674/2013 anexo técnico de Calidad e Inocuidad - BPM, informando acerca de los requisitos técnicos y estándares de calidad e inocuidad para la operación del Programa de Alimentación Escolar, en cumplimiento de la normatividad sanitaria vigente, promoviendo la mejora continua y aseguramiento de la calidad, así como la atención con pertinencia territorial, de igual manera se orienta acerca de los distintos análisis químicos y microbiológicos que se realizan por los entes reguladores para la habilitación de los restaurantes escolares en las instituciones educativas. Finalmente se hace referencia al proceso de conformación de cada menú, reiterando que este va determinado por un análisis químico y microbiológico, además de las guías de preparación, respectivamente para cada menú del ciclo.
5	**Concertación ciclos de menú PAIP 2025- Verificación del Quorum.** Se realiza llamado a lista de las autoridades indígenas y/o sus representantes presentes en el auditorio, asisten 4 representantes, de 5 cabildos invitados AWA CAMAWARI SIN ASOCIACIÓN (URIPAWA), referenciados de la siguiente manera:

GOBERNADOR	RESGUARDO	ASISTENCIA
Blanca Julia Burbano (R)	Renacer Awa	SI
Camilo García Guanga (R)	Libertad de Telembí	SI
Fabian Nastacuás (R)	Magui	SI
Romel Ortiz Canticuz (R)	Alto Cartagena	SI
Gabriel Nastacuás	El Sande	NO

En el inicio de la presente concertación toma la palabra el rector de la Institución Educativa Ospina Pérez del municipio de Ricaurte, Livio Oliva, quien manifiesta algunas preocupaciones en referencia a la capacidad financiera y las afectaciones que esto pueda generar en la operación del programa, además, se haga cumplir lo concertado por parte de Secretaría de Educación Departamental, al operador, puesto que en ocasiones anteriores según refiere el señor rector, el operador no cumple con lo concertado, en referencia a estas afirmaciones la abogada Dayana Arévalo manifiesta que el operador a quien las autoridades del resguardo den el aval para ejecutar el programa de alimentación escolar en el territorio debe contar con la capacidad financiera, logística y de personal, para que no se suspenda la entrega de los alimentos a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

Posteriormente a estas observaciones, se da inicio a la concertación en la cual la nutricionista Anyela Constain, informa que se dará lectura a los ciclos de menú día por día y semana por semana hasta completar los 20 ciclos de menú proyectados, para los complementos alimentarios AM/PM, almuerzo y la modalidad de residencia estudiantil, luego de brindar la presente información se orienta que si por parte de las autoridades y la comunidad asistente, se pretende realizar algún cambio al menú, deben levantar la mano y manifestar la modificación que desean realizar y ver su viabilidad, o en caso de que se encuentren conformes con el menú se deberá responder que SE APRUEBA.

Se da inicio con la minuta o ciclo de **menú almuerzo** regular en el cual se obtuvieron las siguientes observaciones:

Semana 1:
Menú N°1: Se da la observación de cambio de ubicación de menú 1 al menú 5 y menú 5 al menú 1.
Menú N°2: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°3**:** Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo.
Menú N°4: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°5: Se da la observación de cambio de ubicación de menú 5 al menú 1.

Semana 2:
Menú N°6: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°7: Se da la observación de cambio, lenteja guisada por frijol rojo.
Menú N°8: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°9: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.
Menú N°10: Se da la observación de cambio, frijol rojo por lenteja guisada.

	Semana 3: Menú N°11: Se da la observación de cambio, dejar solo frijol rojo y cambio de ubicación de menú 11 por el menú 12. Menú N°12: Se da la observación de cambio de ubicación de menú 12 por el menú 11. Menú N°13: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°14: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°15: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. **Semana 4:** Menú N°16: Se da la observación de cambio de ubicación de menú 16 por el menú 20. Menú N°17: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°18**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°19**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°20**:** Se da la observación de cambio de ubicación de menú 20 por el menú 16. A continuación, se da inicio con la minuta o ciclo de menú complemento alimentario **AM/PM** en el cual se obtuvieron las siguientes observaciones: **Semana 1:** Menú N°1: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°2: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°3**:** Se da la observación de adición de granadilla. Menú N°4: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°5: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. **Semana 2:** Menú N°6: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°7: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°8: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°9: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades.

	Menú N°10**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. **Semana 3:** Menú N°11: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°12: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°13: Se da la observación de cambio, porción de fruta papaya por mango. Menú N°14: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°15: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. **Semana 4:** Menú N°16: Menú N°16: Se da la observación de cambio, blanquillo guisado por frijol rojo. Menú N°17: No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°18**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°19**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Menú N°20**:** No refiere ninguna observación, se da aprobación por parte de los invitados y autoridades. Para concluir con el proceso de concertación se expone la minuta o ciclo de **menú residencias estudiantiles,** el cual contiene el mismo complemento alimentario almuerzo regular.
6	**Proposiciones y varios** • El señor rector de la Institución Educativa Ospina Pérez del municipio de Ricaurte y los docentes de los Centros Educativos Chambú, Nuevo Amanecer AWA,, Guadual, Imbina, manifiestan que el operador CAMAWARI, no cumple con las entregas de los alimentos en su totalidad y tarde, por tal motivo refieren que no han firmado los formatos de entrega de alimentos, también expresan que la entrega de los implementos de aseo se hacen tarde y de igual manera incompletos. • El señor rector de la Institución Educativa Ospina Pérez del municipio de Ricaurte, en nombre de las dinamizadoras de alimentos refiere que el pago de bonificación que les deben realizar no se ha efectuado desde el mes de abril del 2024, en virtud de lo anterior señala que ellas han amenazado con no continuar prestando el servicio a partir del día 30 de septiembre del presente año.

7	**Tareas y Compromisos**		
N°	**Descripción**	**Responsable**	**Fecha**
1	Recolectar todas las proposiciones referidas durante la jornada y remitirlas a los funcionarios de la Secretaría Educación Departamental de Nariño con el fin de dar trámite con los operadores.	Operador y SED- Nariño	18 de septiembre del 2024.
2	Corroborar la entrega a tiempo y completos de los alimentos planteados en la minuta, por parte del operador, hacia las instituciones educativas del territorio.	Operador y SED- Nariño	18 de septiembre del 2024.
3	Verificar cumplimiento del operador en cuanto a las obligaciones contractuales.	Operador y SED- Nariño	18 de septiembre del 2024.
8.	**Despedida**		

GOBERNACIÓN DE NARIÑO – Secretaría de Educación

H. GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO
H03. DESARROLLO DE PERSONAL
H03.01. EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO
ACOMPAÑAMIENTO - CAPACITACION

Código	H03_01_F04
Página	1 de
Versión	7.0
Vigencia	15/01/2024

Al diligenciar la información requerida en el presente formato de registro de asistencia se entenderá como una conducta inequívoca de que usted como titular de los datos personales otorga su consentimiento a la Secretaría Departamental de Educación de Nariño, para que trate su información personal de acuerdo con las finalidades de la constitución política, la Ley 1581 de 2012 y demás normas referentes a la protección de datos personales y manifiesta que la presente autorización le fue solicitada y puesta de presente antes de entregar sus datos y que la suscribe de forma libre y voluntaria. Para acceder a la política de protección de datos personales, puede ingresar al siguiente link: http://2016-2019.narino.gov.co/inicio/files/GestionAdministrativa/Politicas/POLITICA_DE_TRATAMIENTO_DE_INFORMACION.pdf

Temática: Capacitación ___ Bienestar ___ Otro: ___ Cual: ___
Evento/actividad: ___ Lugar: Ricaurte.
Fecha: 18-SEPTIEMBRE 2024

No.	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	INSTITUCION EDUCATIVA	MUNICIPIO	CARGO	ÁREA	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
1	Muñoz	Cerón	Manuel Fabio	10247 29582		Ricaurte	Gobernador		3215942128		
	Gladys Soledad	Casanova	Gladys.	27401390	C.E. Chambú	Ricaurte	coordinadora		3165344939		Gladys. Y. Solar
	Delgado	Cortés	Bayron	5768991	Alcaldía	Ricaurte	Coord Ed		3156740745		
	Ortiz	Moreno	Luz Yely	27403431	CAMAWARI	Ricaurte	coordinadora		3188644186		
	Gelial	Gelial	Julio	10869187273		Santacruz	Tecnico		3186644186		
	Guevara	Guevara	Hector	1085856547	Camawari	Ricaurte					
	Martinez	Taicus	Andrea	1085856547	CAMAWARI	Ricaurte	Profesora		3124145936		
	Guanga	Tapia	Alvaro	5210301	Camawari	Rte	Educación		3165735982		
	Garcia	Delgado	Angela Maria	1087294151	CAMAWARI	Rte	Coordinadora		3147127958		
	Rodriguez	Pulido	Edita	1083076039	Camawari	Ricaurte			3226746207		
	Zalazar	Ruiz	Ibeth	1083337197		Ricaurte	Enfermera	PAE	3145244116		
	Mango	Caicedo	Laura Maria	1085334848	CAMAWARI	Rte	coordinadora	PAE	3126983434		
2	Bedoya	Paz	Blanca Yolanda	27.400.142	HUMANITARIA	RTE	Gobernadora		3126168622		
3	Garcia	Guanga	camilo	1118218487	camawari	Ricaurte	Gobernador		3152124784		
	Paz	Arequipa	Mabel	Yuliana	Camawari	Ricaurte	Participante		3229452733		
	Quenan	Calpe	martha	27 211 777		Ricaurte	tec PAE		3226145		
	Guaicazán	Guanga	Alexandra	1076633311		Ricaurte			3138873676		
	Bastidas	Rosero	Karen	1085852083	SED	Ricaurte	TICS PAE		3165552037		
	Burgos	Moreano	Maria.	27.400.642	Eden Carlajena	Ricaurte	Docente		3128349992		
	Ortiz	Canticuz	Ramiro	5314219	Pueblo Viejo	Ricaurte	Gobernador		3132131011		
	Vela	Espinoza	Hailey	1085856483		Sandiego	Tecnico		3107304774		
	Hernández		Ofelia	27401654	Cuaiquer Viejo	Ricaurte	Docente		3147356115		
	Ortiz	Arguello	Luz A.	1085.290.550	Camawari	Ricaurte	PAE		3254043209		






HONOR X8a
100MP Ultra Camera
HONOR X8a
100MP Ultra Camera

1. Reunión:	Concertación Plan Alimentario Indígena Propio (PAIP)- **Pueblo de los Pastos**		
2. Asunto:	Planeación y diseño concertación PAIP-2025 en el marco de ejecución del Programa de Alimentación Escolar. (resolución 18858/2018-MEN)		
3. Fecha:	17 de octubre-2024		
4. Lugar:	Municipio de Ipiales-Casa de la Mesa de Concertación (N)		
5. Dependencia:	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura		
6. Redactada por:	Yuli Andrea Tapie- Socióloga contratista PAE		
7. Asistentes	**Nombre**	**Cargo**	**Dependencia**
	Berby Sánchez	Subsecretario de planeación educativa y cobertura	Subsecretaría de Planeación Educativa y Cobertura
	Dayana Arévalo	Abogada-PAE	Subsecretaria de planeación educativa
	Javier Cerón	Contador-PAE	Subsecretaria de planeación educativa
	Yuli Andrea Tapie	Socióloga-PAE	Subsecretaria de planeación educativa
	Keila Cabrera	Nutricionista PAE	Subsecretaria de planeación educativa
	Jhon Charfuelan	Economista PAE	Subsecretaria de planeación educativa
	Daniela Recalde	Nutricionista PAE	Subsecretaria de planeación educativa
	Yalexi Piarpuzan	Ingeniera de Alimentos PAE	Subsecretaria de planeación educativa
	Francies Duque	Abogada PAE	Subsecretaria de planeación educativa
8. Invitados	**Nombre**	**Cargo**	**Dependencia**
	Jose Armando Tupaz Ceballos	Gobernador	Resguardo de Pastas Aldana
	Carmen Eugenia Gomez	Gobernadora	Cabildo Aldea de Maria
	Wilmer Javier Canacuan Perenguez	Gobernador	Resguardo de Males Córdoba
	Carlos Alirio Taimal Irua	Gobernador	Resguardo de Carlosama
	Jorge Humberto Puerres Cuaical	Gobernador	Resguardo de Cumbal
	Luis Javier Estacio Tarapues	Gobernador	Resguardo de Panan

	Luis Alirio Chuquizan Paspuezan	Gobernador	Resguardo de Chiles
	Francisco Javier Muepaz	Gobernador	Resguardo de Mayasquer
	Fredy Orlando Chaves	Gobernador	Resguardo del Gran Tescual
	Alirio Enrique Chamorro	Gobernador	Cabildo Indígena de Pupiales
	Bayron Julian Yama Vallejo	Gobernador	Resguardo de Mueses Potosí
	Maria Mercedes Estrella Riascos	Gobernadora	Resguardo de Iles
	Hector Fidencio Termal Cuastumal	Gobernador	Resguardo de Guachucal
	Oscar David Guacialpud Realpe	Gobernador	Resguardo de colimba
	Nestor Emiliano Paspur Paspur	Gobernador	Resguardo de Muellamues
	Alvaro Javier Lagos Tobar	Gobernador	Resguardo de Tuquerres
	Gustavo Javier Pai	Gobernador	Resguardo de Mallama
	Gabriel Nastacuas	Gobernador	Resguardo el Sande
	Luis Alfredo Quiroz Guerrero	Gobernador	Resguardo de Guachaves

9. Puntos a tratar	1. Saludo de bienvenida por parte del Sr. Gustavo Pai, en su calidad de representante de la mesa permanente de concertación de los Pueblo Pastos y Quillacingas
	2. Saludo de bienvenida por parte del **Dr. BERBY SÁNCHEZ**, en su calidad de Subsecretario de Planeación Educativa y Cobertura
	3. Presentación del equipo multidisciplinario de la Secretaría de Educación Departamental de Nariño
	4. Socialización PAE vigencia 2024
	5. Verificación de Quórum
	6. Proceso de concertación PAIP vigencia 2025
	7. Proposiciones y varios
	8. Compromisos
	9. Cierre de reunión.

N°	10. Desarrollo de los puntos a tratar
1	**9.1 Saludo de bienvenida por parte del señor** Gustavo Pai, en su calidad de representante de la mesa permanente de concertación de los Pueblo Pastos y Quillacingas**:**

	Agradece la presencia de la Secretaria de Educación y al equipo PAE, es especialmente al Dr. Berby Sánchez Montaño, añade que estos procesos fortalecen el espacio educativo; así mismo recalca que son importantes ya que demuestran que desde la gobernación se está en la disposición de aportar a la educación y la alimentación de los niños. Además **Mauricio Quenguan en su calidad de representante ante la Mesa de Concertación** Saludo de bienvenida en su calidad de coordinador de la mesa permanente, agradece la asistencia de docentes rectores, docentes y el equipo desde la secretaria de educación en atención al proceso de concertación
2	**9.2 Saludo de bienvenida por parte del Dr. BERBY SÁNCHEZ, en su calidad de Subsecretario de Cobertura y Calidad Educativa:** El subsecretario de cobertura y calidad educativa Dr. BERBY SÁNCHEZ, brinda un saludo muy cordial a las autoridades indígenas, docentes, directivos y padres de familia presentes en la casa de la mesa permanente, el cual ha servido como espacio para llevar acabo el proceso de concertación PAIP-2025. Aclara que es la segunda vez que se cita a concertar, pero señala que desde la Gobernación de Nariño y la Secretaría de Educación, se está en la disposición de trabajar como pueblos teniendo en cuanta la normatividad 18858 de 2018 que ayuda que los pueblos indígenas sean los llamados a regular la implementación del PAE en cada uno de los pueblos indígenas. Además, agradece por la asistencia de los gobernadores y aclara que el motivo de la presencia de la Secretaria de Educación es llegar a un acuerdo en este proceso de concertación, en materia de alimentación de los niños y niñas del departamento de Nariño; así mismo recalca que la directriz desde la gobernación es que los niños reciban lo que está establecido en la minuta, por ende unos de los principales objetivos de la concertación es que se permita visibilizar el programa y se postule como unos de los mejores a nivel nacional. De acuerdo con esto, agrega que para este proceso cuenta con un equipo multidisciplinario que lo acompaña e invita para que se presente y brinden saludo de agradecimiento, a continuación, los nombres del equipo y el cargo. **Interviene desde la unidad administrativa UApA** Nora, quien inicia brindando un cordial saludo a la autoridad propia, los gobernadores, docentes, rectores y padres de familia presentes en ese proceso de concertación, además agradece la presencia de los gobernadores porque son ellos quienes aprobaran los ciclos de menú.

3	**SOCIALIZACIÓN PAE VIGENCIA 2024** Dr. Dayana Arévalo brinda un cordial saludo de bienvenida a las autoridades y a los docentes de los diferentes establecimientos educativos. Y se disculpa por los cambios de horarios y de lugares antes del evento, pero a la vez agradece que presencia d la autoridad mayor y a cada uno de los gobernadores de los resguardos que conforman el gran territorio de los Pastos. A continuación, se permite hacer la socialización de programa PAE, ante los invitados. Se proyecta la primera diapositiva qué es el PAE La abogada Dra. Dayana Arévalo inicia explicando que es una estrategia estatal que promueve el acceso con permanencia de niños, niñas y adolescentes de las instituciones educativas oficiales matriculados en el sistema educativo oficial (SIMAT). Continua, en este caso explicando que es el PAIP- proceso que se está desarrollando mediante la concertación. Población objeto Así mismo continua con el PAIP PAIP: una estrategia de programación alimentaria, por el cual los pueblos indígenas determinan los menús que se suministrarán en los establecimientos educativos a través de la implementación del PAE, bajo la modalidad comunitaria; es decir acuerdan una minuta para la vigencia siguiente. Alcances en el marco del SEIP • Fortalecer saberes alimentarios propios a través de la cosmovisión • Uso de productos cultivados en la región y formas de preparación • Articulación con el PEC, respeto por procesos culturales y espirituales • Fortalecer Autonomía y estructuras de gobierno propio.

OPERACIÓN VIGENCIA 2024
Contratos de los operadores están distribuidos de la siguiente manera.

CONTRATACIÓN PAIP 2024		
NO. CONTRATO	**OPERADOR**	**MUNICIPIOS DONDE OPERA**
GN0412-2024	ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDÍGENAS INTY-QUILLA	Aldana, Cuaspud, Cumbal, Guachucal, Samaniego, Santacruz de Guachavez, Tuquerres, Barbacoas, Tablón de Gómez
GN0380-2024	LA ASOCIACIÓN DE AUTORIDADES TRADICIONALES AWÁ- ORGANIZACIÓN UNIDAD INDIGENA DEL PUEBLO AWÁ UNIPA	Barbacoas, Samaniego
GN0381-2024	ASOCIACIÓN DE AUTORIDADES TRADICIONALES INDIGENAS AWA - CAMAWARI	Ricaurte
GN0382-2024	ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDÍGENAS DE LA FRONTERA - ASOIN	Contadero, Córdoba, Cumbal, Malllama, Potosí, Puerres, Pupiales, Santacruz de Guachavez y Ricaurte
GN0610-2024	LA ASOCIACIÓN DE CABILDOS INDIGENAS EPERARA SIAPIADARA DE NARIÑO - ACIESNA.	El Charco, La Tola, Olaya Herrera, Santa Bárbara.

ESPECIFICAS EN LA CONTRATACIÓN CON AUTORIDADES Y ORGANIZACIONES INDIGENAS
Las entidades públicas de carácter especial y las organizaciones indígenas en su condición de entidades sin ánimo de lucro, actúan como apoyo de las entidades territoriales, para que estas puedan prestar el servicio de alimentación escolar de manera pertinente en el marco del respeto a la diversidad étnica y cultural**.**
Criterios habilitantes

- **Capacidad administrativa- Sede**
- **Experiencia Mínima de 1 año**
- **Capacidad jurídica- RP**

SOCIALIZACIÓN COMPONENTE NUTRICIONAL: PAIP-2025

La nutricionista Daniela Recalde inicia saludando a la comunidad presente, las autoridades y las comunidades educativas como docentes y rectores

Inicia la nutricionista Daniela Recalde, y explica la normatividad (resolución 18858-2018), por la cual se determina los ciclos de menú, las guías de preparación, los métodos de cocción y otros procesos esenciales para el suministro de los alimentos que serán servidos en los establecimientos educativos, respetando usos, costumbres

	y alimentos propios que los pueblos indígenas tienen dentro de sus culturas, además que establece las condiciones en las cuales se presta el servicio de PAE y los términos de su contratación. Asegura que la olla comunitaria es una herramienta propia es una tradición ancestral de los pueblos indígenas que trasmite valores culturales de la alimentación propia, fomenta convivencia armónica, solidaridad, reciprocidad, cohesión del pueblo. Preparación de alimentos para todos los estudiantes del EE, confluencia de diferentes fuentes de financiación y aportes. Agrega que es una (minuto)28 **PAIP, contiene**: • Ciclos de menús • Hábitos alimentarios adecuados • Calidad de alimentos regionales • Calendario de cosecha-alimentos autóctonos **Plan alimentario indígena propio** Posteriormente la nutricionista Daniela hace énfasis en la resolución 3803 del 2016; por la cual se establecen los aportes nutricionales y la conformación del plato saludable; del mismo modo aclara que el programa de alimentación escolar PAE, brinda un aporte del 20 y el complemento de almuerzo es del 30% de la alimentación de los menores, aclarando que el restante de la totalidad se lo debe brindar en casa; y que el aporte dependerá del tipo de complemento, en este caso para el complemento am/pm el aporte es del 20% (complemento) y el almuerzo aporta un 30% jornada única En cuanto a la modalidad de preparación de servicio hace referencia al proceso, lugar de elaboración y preparación de los alimentos a suministrar; es decir que las manipuladoras preparen el alimento y sea servido mediante el restaurante escolar. También hace énfasis en los tipos de complemento alimentario • **Complemento Preparado en sitio:** se implementa cuando el E.E cumple con las condiciones mencionadas anteriormente, por lo tanto, la preparación de los alimentos directamente en las instalaciones del comedor escolar y garantiza la calidad e inocuidad de los mismos. Además, aclara que cada ciclo de menú está proyectado en base a una minuta patrón y donde determina la frecuencia o la cantidad de veces que se tiene que dar o servir el grupo de alimentos **Complemento am/pm:** debe aportar mínimo el 20% de las recomendaciones diarias de energía y nutrientes, según el grupo de edad de 9 años -13 años y 11 meses.

- la bebida láctea: leche en polvo, leche pasterizada, se tiene que brindar todos los días, en cuanto al alimento proteico (las carnes rojas, blancas y el pescado, también el huevo) se brinda tres veces por semana.
- En la parte de las leguminosas esta lenteja o garbanzo.
- En el caso de las harinas están los tubérculos, que se sirve todos los días.
- En las frutas esta esa opción que dependiendo de la cosecha de acuerdo a la temporada.
- Los azucares esas incluidos en la preparación al igual que las grasas.

Se hace un paréntesis y se permite saludar y da la palabra al Taita Jesús Cuasapud, en su calidad de representante de AICO político, procede a brindar un saludo de bienvenida a los funcionarios de la Secretaria de Educación Departamental de Nariño por la asistencia y también las autoridades propias por hacer parte de este proceso de concertación en beneficio de os niños y niñas.
Se cierra el paréntesis para que continua Daniela Recalde con la socialización.

Complemento almuerzo: debe aportar mínimo el 30% de las recomendaciones diarias de energía y nutrientes, según el grupo de edad de 9 años -13 años y 11 meses.

- Alimento proteico: carnes rojas con frecuencia de 2 veces por semana. Carne blanca con una frecuencia de 2 veces por semana. El huevo 1 vez por semana.
- Las leguminosas secas como el frijol, lenteja o garbanzo, con una frecuencia de 2 veces por semana.
- Cereal: arroz y la pasta, se tiene que brindar todos los días.
- Tubérculos, raíces, plátanos: plátano, papa, yuca, ñame, arracacha, arepa, pan se tiene que brindar todos los días
- Verdura o fruta: se tiene que brindar todos los días
- Bebida: fruta en jugo, se tiene que brindar todos los días
- Azucares: se tiene que brindar todos los días
- Leche: leche en polvo, queso, leche entera pasteurizada, se rinda con una frecuencia de 3 veces a la semana.

La ingeniera Yelexi se remite al tema de calidad e innocuidad del programa y hace énfasis en la resolución 2674 de 2013 donde se establece los requisitos técnicos y estándares de calidad e inocuidad para la operación del Programa de Alimentación Escolar, en cumplimiento de la normatividad sanitaria vigente, promoviendo la mejora continua y aseguramiento de la calidad, así como la atención con pertinencia territorial.

Así mismo, aclara que los actores en el cumplimiento de la Calidad e Inocuidad en el PAE son: **Ministerio de Salud y Protección Social, ICA, INVIMA**
A la vez recalca que la inocuidad de los alimentos debe entenderse como un atributo fundamental de la calidad en toda su cadena agro- productiva y

	trazabilidad, es decir en **Pre cultivo, Cultivo, Cosecha, Producción, Consumidor final.** Las entidades territoriales son responsables de monitorear dichos procesos. También hace énfasis en los mecanismos de almacenamiento, conservación, cocción y transporte de alimentos que son acorde a los medios disponibles y las particularidades culturales de cada pueblo indígena Por otro lado, las características y elementos del componente de calidad e inocuidad de PAE Los alimentos y materias primas de PAE deben cumplir con las condiciones de calidad e inocuidad para prevenir riesgos biológicos, químicos y físicos, por lo que son necesarias las fichas técnicas con los aspectos técnicos y normativos que deben cumplir los alimentos para PAE – modelo de ficha técnica. Así misma hace énfasis en las condiciones adecuadas de infraestructura que son necesarias como el acta de inspección sanitaria emitida por la entidad sanitaria competente de los espacios de almacenamiento, ensamble o producción – favorable. A continuación, se hace el llamado alista a las autoridades.
4	**VERIFICACIÓN DE QUÓRUM** **Llamado a lista Autoridades**

GOBERNADOR	RESGUARDO	ASISTENCIA
Jose Armando Tupaz Ceballos	Resguardo de Pastas Aldana	NO
Carmen Eugenia Gomez	Cabildo Aldea de Maria	SI
Wilmer Javier Canacuan Perenguez	Resguardo de Males Córdoba	SI
Carlos Alirio Taimal Irua	Resguardo de Carlosama	SI
Jorge Humberto Puerres Cuaical	Resguardo de Cumbal	Si- Delegado
Luis Javier Estacio Tarapues	Resguardo de Panan	SI
Luis Alirio Chuquizan Paspuezan	Resguardo de Chiles	NO
Francisco Javier Muepaz	Resguardo de Mayasquer	NO
Fredy Orlando Chaves	Resguardo del Gran Tescual	NO
Alirio Enrique Chamorro	Cabildo Indígena de Pupiales	SI
Bayron Julian Yama Vallejo	Resguardo de Mueses Potosí	SI
Maria Mercedes Estrella Riascos	Resguardo de Iles	NO
Hector Fidencio Termal Cuastumal	Resguardo de Guachucal	SI
Oscar David Guacialpud Realpe	Resguardo de colimba	SI
Nestor Emiliano Paspur Paspur	Resguardo de Muellamues	SI
Alvaro Javier Lagos Tobar	Resguardo de Tuquerres	NO

Gustavo Javier Pai	Resguardo de Mallama		SI
Gabriel Nastacuas	Resguardo el Sande		NO
Luis Alfredo Quiroz Guerrero	Resguardo de Guachaves		SI
VERIFICACIÓN	**TOTAL**	**12**	

PROCESO DE CONCERTACION PAIP-2025

La nutricionista Keyla Cabrera inicia con el proceso de concertación de los 40 menús.

Complemento jornada mañana- jornada tarde

Menú 1: sugiere cambio de frutas. No mesclar jugos en leche con cítricos.

Menú 2: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado

Menú 3: no mesclar cítricos con bebidas en leche

Menú 4: cambio de preparación de huevo cocinado a huevo revuelto, además se cambia el arroz blanco del menú 5 al menú 4

Menú 5: Se cambia por frijol rojo
Cambio de menú: arroz blanco al menú 4 y cambio al 5

Menú 6: sugiere cambio en porción de papara para aumentar arroz

Menú 7: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado

Menú 8: sugiere cambio por frijol rojo

Menú 9: cambio de garbanzo por arveja

Menú 10: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado

Menú 11: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (gramaje aumento de arroz)
Menú 12: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado

Menú 13: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (no incluir fruta cítrica)
Menú 14: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado

Menú 15: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado
Menú 16: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado

Menú 17: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado

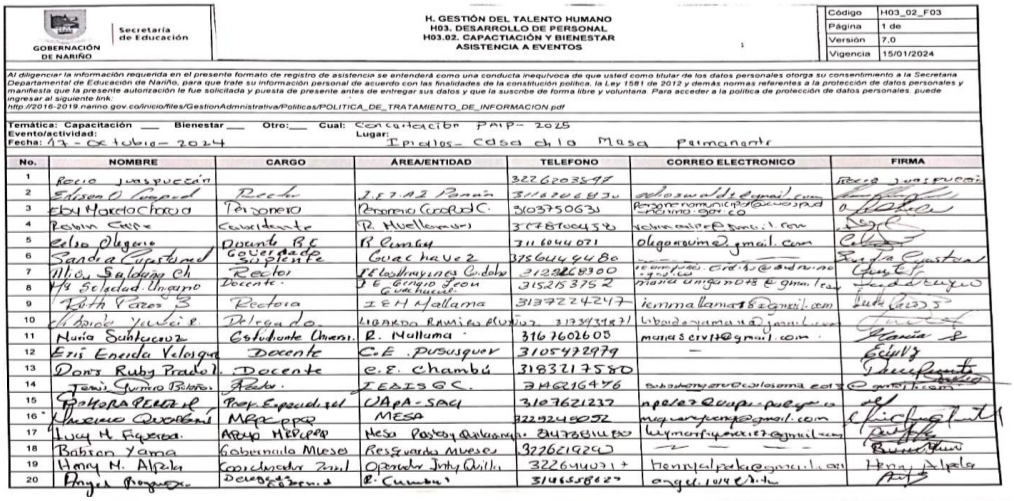
	Menú 18: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 19**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 20**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **CICLOS DE MENU ALMUERZOS** **Menú 1:** no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 2:** no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 3**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (colada de avena dependiendo de la zona) **Menú 4**: cambio de pasta por arroz blanco **Menú 5**: **cambio de pollo por trucha a la plancha, también ensalada de calabaza y choclo por zanahoria** **Menú 6**: cambio de ensalada a acelga guisada **Menú 7**: cambio de leguminosa por frijol rojo y tomate en rodajas **Menú 8**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 9**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 10**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 11** cambio de leguminosa por lenteja guisada **Menú 12**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 13**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (se incluye papa al vapor) **Menú 14**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (incluir papa al perejil) **Menú 15**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 16**: cambio de choclo cocinado **Menú 17**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado (incluir limón en la ensalada) **Menú 18**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 19**: no sugiere cambio, por lo tanto, es aprobado **Menú 20**: choclo cocinado cambiado al menú 16, y se cambia por zanahoria guisada y se cambia a arveja guisada)
	Proposiciones Complemento JM-JT: menú 1

	- Luis Cepeda de la Institución Educativa Agroecológica de Males Córdoba: sugiere cambio de fruta de cosecha como la naranja porque es una fruta cítrica y cuando se mezcla con alguna bebida en leche les ocasiona daño a los niños. - Mauricio Quenguan: interviene y sugiere comprar leche de las plantas de los territorios, para fortalecer la economía local de las comunidades. - Menú numero 18: Horacio Martínez I.E Males Córdoba sugiere agregar choclo, ullucos, habas en algunas preparaciones, pero la nutricionista Daniela Recalde agrega que es un complemento mañana, por lo que no se puede pasar de los gramajes establecidos. - Jesús Guerrero: I.E Sebastián García municipio de Carlosama, señala que el pago a manipuladoras debe ser puntual y ser proporcional al servicio ue ellas brindan. - Luis Pantoja Sambrano de la Institución Libardo Muños I.E Guachucal, sugiere que es mejor suministrar condimentos naturales
	1. Cambio de chocolate en polvo por el de barra 2. Calidad del arroz (Keila agrega que como secretaria no se puede exigir al operador entregar la calidad de arroz y la leche.

11. Tareas - Compromisos

N°	Descripción	Responsable	Fecha
1	Mejorar la calidad del arroz	Operador	Por definir
2	Entregar chocolate en barra	Operador	Por definir
3			
4			

Anexar listado de asistencia a la reunión con firmas.



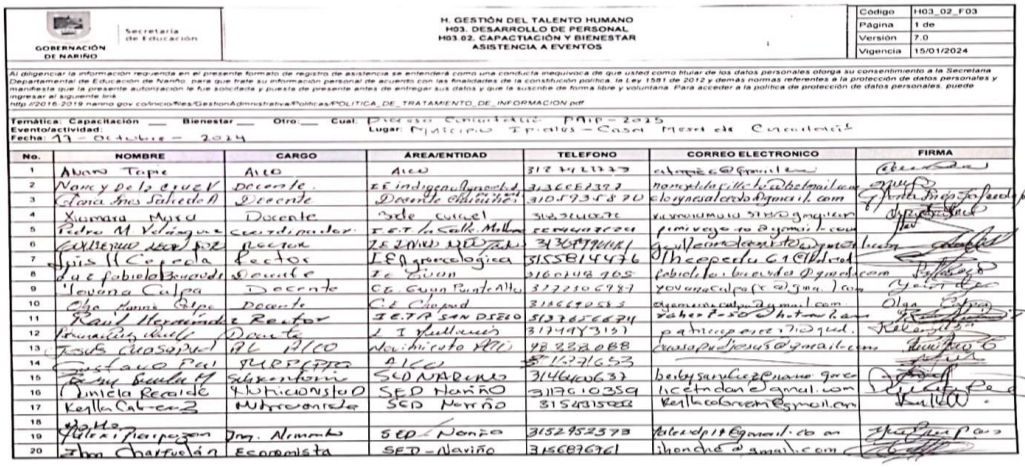
H. GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO
H03. DESARROLLO DE PERSONAL
H03.02. CAPACTIACIÓN Y BIENESTAR
ASISTENCIA A EVENTOS

Código	H03_02_F03
Página	1 de
Versión	7.0
Vigencia	15/01/2024

Al diligenciar la información requerida en el presente formato de registro de asistencia se entenderá como una conducta inequívoca de que usted como titular de los datos personales otorga su consentimiento a la Secretaria Departamental de Educación de Nariño, para que trate su información personal de acuerdo con las finalidades de la constitución política, la Ley 1581 de 2012 y demás normas referentes a la protección de datos personales y manifiesta que la presente autorización le fue solicitada y puesta de presente antes de entregar sus datos y que la suscribe de forma libre y voluntaria. Para acceder a la política de protección de datos personales puede ingresar al siguiente link:
http://2016-2019.narino.gov.co/inicio/files/GestionAdministrativa/Politicas/POLITICA_DE_TRATAMIENTO_DE_INFORMACION.pdf

Temática: Capacitación ___ Bienestar ___ Otro: ___ Cual: Concertación PAIP- 2025
Evento/actividad:
Fecha: 17 - Octubre - 2024
Lugar: Ipiales - Casa de la Mesa Permanente

No.	NOMBRE	CARGO	ÁREA/ENTIDAD	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
1	Rocio Inspección			3226203597		Rocio Inspección
2	Edison O. Cepeda	Rector	I.E.T.A.S Pasto	3148266830	edisonalbeiro@gmail.com	
3	Edy Mardoqueo	Personero	Personeria Cordoba C.	3103750631	personeriamunicipal@cordoba-narino.gov.co	
4	Rosita Cuaspa	Coordinadora	P. Huellamuy	3148100458	rositamuy@hotmail.com	
5	Celso Olgano	Docente Rector	R. Cumbal	3116040071	olganosima@gmail.com	
6	Sandra Cuastumal	Coordinadora Suplente	Guachavez	3256446480		
7	Miss Salazar Ch.	Rector	I.E. Luis Muyulanyas Cuaspud	3122268300		
8	Yo Soledad Imbaquingo	Docente	I.E. Gimnasio Jesus Crucificado	3152153752	maria.imbaquingo@gmail.com	
9	Edith Paredes B.	Rectora	I.E.M. Mallama	3137224247	iemmallama@gmail.com	
10	Yuleidy Yuleisi P.	Delegado	Liborio Ramiro Rivera	3133433821	liboriogustavo@gmail.com	
11	Nuria Suntaxi	Estudiante Gobierno	R. Mallama	3167602605	nuria.estv14@gmail.com	
12	Eris Eneida Velasco	Docente	C.E. Pusuquer	3105472979		
13	Dora Ruby Pradol	Docente	C.E. Chambú	3183217580		
14	Jesus Gustavo Bolaños	Asesor	IEAISGC	3146216476	subsecretaria@cedicolombia.com	
15	Gerardo Perez P.	Prof. Especializado	UAPA-SAC	3167621237	apoyo23@cedicolombia.com	
16	Mauricio Quenguan	Apoyo	MESA	3229246052	mauricioquenguan@gmail.com	
17	Lucy H. Figueroa	Apoyo Mesa	Mesa Poblacional	3147381140	lucymariafigueroa@gmail.com	
18	Babton Yama	Gobernador Mayor	Resguardo Mayores	3226019250		
19	Henry N. Alpala	Coordinador Zonal	Operador Inty Quilli	3226440311	henryalpala@gmail.com	
20	Angel Roger	Delegado	R. Cumbal	3146558627	angel.1044@hotmail.com	



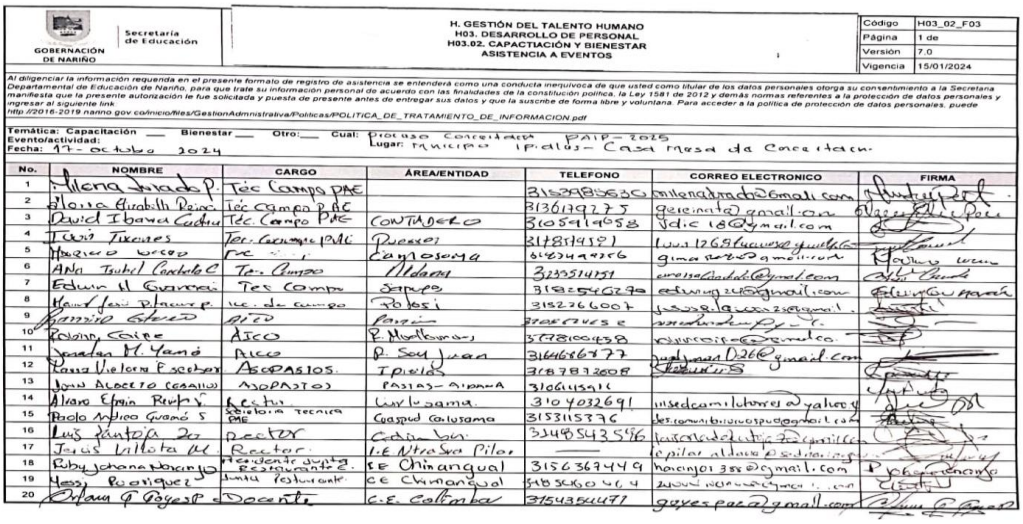
H. GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO
H03. DESARROLLO DE PERSONAL
H03.02. CAPACTIACIÓN Y BIENESTAR
ASISTENCIA A EVENTOS

Código	H03_02_F03
Página	1 de
Versión	7.0
Vigencia	15/01/2024

Al diligenciar la información requerida en el presente formato de registro de asistencia se entenderá como una conducta inequívoca de que usted como titular de los datos personales otorga su consentimiento a la Secretaria Departamental de Educación de Nariño, para que trate su información personal de acuerdo con las finalidades de la constitución política, la Ley 1581 de 2012 y demás normas referentes a la protección de datos personales y manifiesta que la presente autorización le fue solicitada y puesta de presente antes de entregar sus datos y que la suscribe de forma libre y voluntaria. Para acceder a la política de protección de datos personales puede ingresar al siguiente link:
http://2016-2019.narino.gov.co/inicio/files/GestionAdministrativa/Politicas/POLITICA_DE_TRATAMIENTO_DE_INFORMACION.pdf

Temática: Capacitación ___ Bienestar ___ Otro: ___ Cual: Proceso Concertación PAIP - 2025
Evento/actividad:
Fecha: 17 - Octubre - 2024
Lugar: Municipio Ipiales - Casa Mesa de Concertación

No.	NOMBRE	CARGO	ÁREA/ENTIDAD	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
1	Alvaro Tapie	Alco		3175421737		
2	Nancy de la Cruz V.	Docente	EE Indígena Quinchoa	3136682397		
3	Liliana Inés Salcedo H.	Docente	Docente Chilvichaz	3105735870		
4	Xiomara Mora	Docente	Sede Cuicul	3163140736		
5	Pedro M. Velásquez	Coordinador	E.E.T. La Calle Mallama	3164447204		
6	Guillermo Jacome	Rector	I.E. Inmaculada Concepción	3136779867		
7	Luis H. Cepeda	Rector	I.E.A. Agroecológica	3155814476		
8	Luz Fabiola Benavides	Docente	I.E. Cujun	3166148705		
9	Yovana Culpa	Docente	C.E. Cujun Puente Alto	3172206787		
10	Olga Ximena Calpa	Docente	C.E. Chapud	3166749653		
11	Raul Hernandez	Rector	I.E.T.A. San Diego	3137856824		
12	Fernando Ruiz	Docente	I.E. Mallama	3174973151		
13	Jesus Crosario	IPC	Alco	3183288		
14	Gustavo Paz	Supervisor	Alco	3116276523		
15	Rosy Benavides	Administrativa	SED Nariño	3146906637		
16	Camila Realpe	Administrativa	SED Nariño	3113610359		
17	Kelly Cabrera	Nutricionista	SED Nariño	3154815862		
18						
19	Maria Piarpuzan	Dep. Nimaima	SED Nariño	3152952373		
20	Jhon Chamorro	Economista	SED Nariño	3156876961		



H. GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO
H03. DESARROLLO DE PERSONAL
H03.02. CAPACTIACIÓN Y BIENESTAR
ASISTENCIA A EVENTOS

Código	H03_02_F03
Página	1 de
Versión	7.0
Vigencia	15/01/2024

Al diligenciar la información requerida en el presente formato de registro de asistencia se entenderá como una conducta inequívoca de que usted como titular de los datos personales otorga su consentimiento a la Secretaria Departamental de Educación de Nariño, para que trate su información personal de acuerdo con las finalidades de la constitución política, la Ley 1581 de 2012 y demás normas referentes a la protección de datos personales y manifiesta que la presente autorización le fue solicitada y puesta de presente antes de entregar sus datos y que la suscribe de forma libre y voluntaria. Para acceder a la política de protección de datos personales puede ingresar al siguiente link:
http://2016-2019.narino.gov.co/inicio/files/GestionAdministrativa/Politicas/POLITICA_DE_TRATAMIENTO_DE_INFORMACION.pdf

Temática: Capacitación ___ Bienestar ___ Otro: ___ Cual: Proceso Concertación PAIP - 2025
Evento/actividad:
Fecha: 17 - octubre 2024
Lugar: Municipio Ipiales - Casa Mesa de Concertación

No.	NOMBRE	CARGO	ÁREA/ENTIDAD	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
1	Milena Jimena P.	Téc Campo PAE		3155985635	milenajimena@gmail.com	
2	Gloria Elizabeth Reina	Téc Campo PAE		3136179775	geicinta@gmail.com	
3	David Ibarra Cadena	Téc Campo PAE	CONTADERO	3105419058	jdic18@hotmail.com	
4	Iván Tirado	Téc. Campo PAE	Puerres	3148149181		
5	Mariela Uscco	Rc	Campoalegre	3183449266		
6	Ana Isabel Cadena C.	Te. Campo	Mallama	3135514751		
7	Edwin H. Guancha	Tec Campo	Sapuyes	3182546290		
8	Hamilton Flores P.	Tec de campo	Potosi	3152766007		
9	Yamile Eraso	Aico	Funes	3184614658		
10	Rosita Coicue	Aico	P. Mallamas	3148100458		
11	Jonathan M. Yanez	Aico	P. San Juan	3164686477		
12	Dana Victoria Escobar	Asopastos	Ipiales	3187892008		
13	John Alberto Caballo	Asopastos	Pastas - Sapuyes	3106115911		
14	Alvaro Efrain Ruiz V.	Rector	Cuaspud Carlosama	3104032691		
15	Paola Andrea Guaman S.	Secretaria Tecnica PAE	Cuaspud Carlosama	3153115876		
16	Luis Santofimio	Rector	Cabuyal bajo	3148542596		
17	Jesus Villota M.	Rector	I.E. Ntra Sra Pilar			
18	Ruby Johana Naranjo	Residente Junta Restaurante	CE Chirangual	3156364449		
19	Yessy Enriquez	Junta Restaurante	CE Chirangual	3185460464		
20	Diana P. Reyes P.	Docente	C.E. Colimba	3154356471		

GOBERNACIÓN DE NARIÑO – Secretaría de Educación

H. GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO
H03. DESARROLLO DE PERSONAL
H03.02. CAPACTIACIÓN Y BIENESTAR
ASISTENCIA A EVENTOS

Código	H03_02_F03
Página	1 de
Versión	7.0
Vigencia	15/01/2024

Al diligenciar la información requerida en el presente formato de registro de asistencia se entenderá como una conducta inequívoca de que usted como titular de los datos personales otorga su consentimiento a la Secretaría Departamental de Educación de Nariño, para que trate su información personal de acuerdo con las finalidades de la constitución política, la Ley 1581 de 2012 y demás normas referentes a la protección de datos personales y manifiesta que la presente autorización le fue solicitada y puesta de presente antes de entregar sus datos y que la suscribe de forma libre y voluntaria. Para acceder a la política de protección de datos personales, puede ingresar al siguiente link
http://2016-2019.narino.gov.co/inicio/files/GestionAdministrativa/Politicas/POLITICA_DE_TRATAMIENTO_DE_INFORMACION.pdf

Temática: Capacitación ___ Bienestar ___ Otro: ___ Cual: Proceso Concertación PAIP – 2025
Evento/actividad:
Lugar: Municipio Ipiales – Casa de la Mujer Fronteriza
Fecha: 17 Octubre 2024

No.	NOMBRE	CARGO	ÁREA/ENTIDAD	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
1	Xiomara Patricia Diaz	Secretaria General	Resguardo Ipiales	3161925054	[illegible]	
2	Javier Estacio	Gobernador	R. Panan	3147643218	[illegible]	
3	Alirio Tulmal	Gobernador	R. Carlosama	3508167480	[illegible]	
4	Yaneth Vallejo	Tecnico de Campo	SED Nariño	3166946766	[illegible]	
5	William Jorge Cabrera	Rector	I E San Bartolome	3186086393	[illegible]	
6	Marcelo Julio Montufar	Rector	IES Juan Bautista	3117482624	[illegible]	
7	Maria Ola Guerron	Rectora	I.E. Cuello Esquinas	3103605136	[illegible]	
8	Hugo Salas	Rector	I.E. Agropecuario Segundo Cantor Jojoa	3117509355	[illegible]	
9	Javier Canacuan	Gobernador	Resguardo Males	3164855437	[illegible]	
10	Eny Carol Gomez	Gobernadora	Cabildo Mayor de Males	3173237491	[illegible]	
11	Jose Maria Muñoz G	Rector Inst. Ed.	I.E.A. Santa Teresita	3174959592	[illegible]	
12	Nestor Pasper	Gobernador	Nuevo Amanecer	3225867605	[illegible]	
13	Paola Vanessa Pejoy	Regidora Gobernador	Gobernador	3164601510	[illegible]	
14	Eduardo Tengual	Gobernador	R Guachucal	3215087713		
15	Aldo Acosta	Asesor TE	R Guachucal	3157846582	[illegible]	
16	Esperanza Tarapues	Delegada Gobernador Pupial Secretaria	Cabildo Pupiales	3106583057		
17	Richard Cadena	Rectora	Cuaspud	3153039908	[illegible]	
18	Jhon Alejandro Arain	Docente	Resguardo Chiles IECA Cadena	3168180092	[illegible]	
19	Cecilia Pasquazan	Dinamizadora	Resguardo Panan	3216568479		
20	Erica Lorena Hernández Delgado		Aldana	3145341585		

GOBERNACIÓN DE NARIÑO – Secretaría de Educación

H. GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO
H03. DESARROLLO DE PERSONAL
H03.02. CAPACTIACIÓN Y BIENESTAR
ASISTENCIA A EVENTOS

Código	H03_02_F03
Página	1 de
Versión	7.0
Vigencia	15/01/2024

Al diligenciar la información requerida en el presente formato de registro de asistencia se entenderá como una conducta inequívoca de que usted como titular de los datos personales otorga su consentimiento a la Secretaría Departamental de Educación de Nariño, para que trate su información personal de acuerdo con las finalidades de la constitución política, la Ley 1581 de 2012 y demás normas referentes a la protección de datos personales y manifiesta que la presente autorización le fue solicitada y puesta de presente antes de entregar sus datos y que la suscribe de forma libre y voluntaria. Para acceder a la política de protección de datos personales, puede ingresar al siguiente link
http://2016-2019.narino.gov.co/inicio/files/GestionAdministrativa/Politicas/POLITICA_DE_TRATAMIENTO_DE_INFORMACION.pdf

Temática: Capacitación ___ Bienestar ___ Otro: ___ Cual: Proceso de Concertación PAIP – 2025
Evento/actividad:
Lugar: Ipiales – Casa de la Mujer Fronteriza
Fecha: 17 – Octubre – 2024

No.	NOMBRE	CARGO	ÁREA/ENTIDAD	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
1	Andersson Villota	Coordinador O	Operador ASOIN	3187983747	[illegible]	
2	Andres Jimenez V	Nutricionista	Operador ASOIN	3113837336	[illegible]	
3	Luis Ortega	Coordinador M.	Operador ASOIN	3175218488	[illegible]	
4	Dana Tibaz	Ing. Alimentos	Operador Asoin	3164924371	[illegible]	
5	Yanina Burbano	Coordinador Cuba	ASOIN	3184416240	[illegible]	
6	Yuri Andrea Tapia	Sociologo PAE	SED – Nariño	3137192349	[illegible]	
7	Javier Cerón M.	Contador PAE	Secretaria Educ	3123384596	[illegible]	
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

Se anexa fotografías









Se anexa ciclos de menú concertado y aprobados

Alimentos para Aprender | PAE | Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	NARIÑO			**MUNICIPIO**	
GRUPO ÉTNICO	**RAIZAL**		**ROM**	**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		**INDÍGENA**	X	
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA (LÁCTEOS)	ARROZ BLANCO	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCINADO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES FRITA	HUEVOS REVUELTOS	FRIJOL GUISADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	JUGO DE TOMATE EN LECHE		PORCIÓN DE FRUTA (GRANADILLA)		

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA (LÁCTEOS)	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE CUCHUCO DE MAIZ CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	COLADA DE HARINA PLATANO CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	BLANQUILLO GUISADO Y HUEVO COCINADO	CARNE DE RES SUDADA	HUEVO REVUELTO	PECHUGA DE POLLO DESMECHADA	HUEVO PERICO
CEREAL ACOMPAÑANTE		ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	
	ARROZ BLANCO	MOLO DE PAPA AMARILLA	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS,	ARROZ BLANCO
FRUTA		PORCIÓN DE FRUTA PIÑA		PORCIÓN DE FRUTA BANANO	

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA (LÁCTEOS)	COLADA DE AVENA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJA GUISADA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	HUEVO COCINADO	CARNE DE RES GUISADA	LENTEJAS GUISADAS
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS Y PIMENTON)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
	PAPA AMARILLA FRITA			MOLO DE PAPA AMARILLA	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS Y
FRUTA			PORCIÓN DE FRUTA DE MANGO		PORCIÓN DE FRUTA DE PIÑA

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA (LÁCTEOS)	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE PLATANO CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOL ROJO	HUEVO REVUELTO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA DE POLLO DESMECHADO GUISADO
CEREAL ACOMPAÑANTE		ARROZ BLANCO	PLÁTANO MADURO		
	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS, PIMENTON)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	PORCIÓN DE FRUTA NARANJA/MANDARINA			PORCIÓN DE FRUTA GRANADILLA	

Nota: Frutas jugo con leche: papaya, banano, guayaba, curuba, tomate de arbol, mango. Fruta jugo en agua: naranja, maracuya, guayaba, piña, tomate de arbol, mango.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		**LAURA ROMAN NIEVES**	
FIRMA	Laura Roman	**MATRICULA PROFESIONAL**	**1085342662**

Alimentos para Aprender | PAE | Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ETC DEPARTAMENTO	SECRETARIA DE EDUCACION DEPARTAMENTAL DE NARIÑO					
MINUTA CON ENFOQUE DIFERENCIAL						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	PUEBLO AWA CAMAWARI Y AWA SIN ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	
MODALIDAD DE ATENCION	PREPARADO EN SITIO		TIPO DE COMPLEMENTO ALIMENTARIO		COMPLEMENTO JM /JT Preparada en sitio	
GRUPO DE EDAD	9 A 13 AÑOS 11 MESES					

MENÚ No. 1

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						Porción servida
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO V. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO COCINADO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	plátano hartón, maduro, crudo	B089	111	79,92	105,4944	0,87912	0,15984	24,21576	2,3976	0,3996	80 g
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE TOMATE EN LECHE	Tomate de árbol rojo, crudo	C082	70	60,2	33,11	1,204	0,1204	6,1404	6,02	0,5418	200 ml
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											

	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
TOTAL MENÚ	551,2734	15,50952	18,31144	79,22026	200,5966	2,2229
RECOMENDACIÓN	2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN	25%	20%	24%	25%	18%	26%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 07528

MENÚ No. 2

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA CON LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		425,9505	19,0378	16,86095	49,09935	180,7125	1,4149
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		19%	24%	23%	16%	16%	16%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 3

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
			Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES FRITA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	39 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	POCION DE FRUTA GRANADILLA	Granadilla, cruda	C028	110	33	31,35	0,693	0,528	4,917	3,96	0,297	110g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		493,752	22,794	17,4012	59,547	185,12	3,324
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		22%	29%	23%	19%	17%	38%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 4

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	46,6	0,36	1,66	7,55	3,6	0,35	50 g
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVOS REVUELTOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	113 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	100 g
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	60 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											

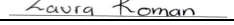
TOTAL MENÚ		410,569	13,7864	18,6912	46,4841	195,539	1,6185
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		18%	18%	25%	15%	18%	19%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 5

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL GUISADO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	20	74,2	4,28	0,24	11,74	25	1,42	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		445,8865	13,3679	12,71165	66,63685	204,2145	2,8696
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		20%	17%	17%	21%	19%	33%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 6

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	46,6	0,36	1,66	7,55	3,6	0,35	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL BLANCO GUISADO	Frijol blanco, crudo	T005	20	20	74,6	4,26	0,22	12,36	26,6	1,24	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		HUEVO COCINADO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
TOTAL MENÚ							489,1415	18,1949	18,93765	59,52535	226,2895	2,9441	
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	
% ADECUACIÓN							22%	23%	25%	19%	21%	34%	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 7

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE CUCHUCO DE MAIZ EN LECHE	Maíz blanco, trillado	A046	10	10	35,7	0,87	0,09	7,79	1	0,2	200 cm3
			Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	38 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		MOLO DE PAPA AMARILLA	Papa, variedad harinosa, criolla, con	B070	80	80	68	1,12	0	14,48	3,2	0,4	80g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA PIÑA	Piña, cruda	C072	182	100,1	56,056	0,6006	0,1001	12,4124	16,016	0,5005	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		627,642	23,1	17,3265	92,14	202,24	4,1865
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	134,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		28%	29%	23%	69%	18%	48%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 8

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVOS REVUELTOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	plátano hartón, maduro, crudo	B089	111	79,92	105,4944	0,87912	0,15984	24,21576	2,3976	0,3996	80g
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		559,8634	14,36552	23,19104	72,16986	198,5366	2,1581
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		25%	18%	31%	23%	18%	25%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 9

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO DESMECHADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ESPAGUETIS GUISADOS	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	25	92,75	3,25	0,375	18,675	6,25	0,975	45 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA BANANO	Banano común, crudo	C010	143	100,1	101,101	1,5015	0,1001	22,3223	8,008	0,9009	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARAC	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		682,874	25,6278	20,1125	97,1879	204,521	3,8264
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		30%	33%	27%	31%	19%	44%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 10

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE HARINA DE PLATANO	Harina de plátano, cruda	B057	10	10	34	0,33	0,03	8,05	1,1	0,12	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO PERICO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		436,657	13,898	17,0792	56,4185	199,495	1,9185
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		19%	18%	23%	18%	18%	22%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 11

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	T026	20	20	77,4	4,62	0,18	12,2	10,2	1,44	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA AMARILLA FRITA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara,	B071	80	80	76,8	1,76	0,08	16,88	8,8	0,8	80g
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
		ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ	579,8865	15,4679	18,73165	83,97685	198,2145	3,6896
RECOMENDACIÓN	2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN	26%	20%	25%	27%	18%	42%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 12

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO SUDADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	4	4	36	0	4	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ	458,0505	20,7278	16,61095	55,50935	186,1125	1,8649
RECOMENDACIÓN	2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN	20%	26%	22%	18%	17%	21%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 13

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO COCINADO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ESPAGUETIS GUISADOS	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	25	92,75	3,25	0,375	18,675	6,25	0,975	57 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA MANGO	Mango común, crudo	C051	200	100	79	0,6	0	17,1	15	0,5	100 g
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		388,7075	14,7665	12,27945	52,15275	215,8755	2,9801
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
%ADECUACIÓN		17%	19%	16%	17%	20%	34%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 14

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES GUISADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	39 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		MOLO DE PAPA AMARILLA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara,	B071	80	80	76,8	1,76	0,08	16,88	8,8	0,8	80g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		535,8065	24,0556	15,98055	72,55115	194,4385	3,9133
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		24%	31%	21%	23%	18%	45%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 15

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	46,6	0,36	1,66	7,55	3,6	0,35	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	T026	20	20	77,4	4,62	0,18	12,2	10,2	1,44	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		ESPAGUETIS GUISADOS	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	20	20	74,2	2,6	0,3	14,94	5	0,78	57g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA DE COSECHA	Piña, cruda	C072	182	100,1	56,056	0,6006	0,1001	12,4124	16,016	0,5005	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

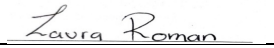
TOTAL MENÚ		570,415	15,667	15,9782	87,2505	208,581	3,6657
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		25%	20%	21%	28%	19%	42%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 16

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	46,6	0,36	1,66	7,55	3,6	0,35	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	20	74,2	4,28	0,24	11,74	25	1,42	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA NARANJA	Mandarina, cruda	C050	143	100,1	54,054	0,9009	0,1001	11,4114	35,035	0,3003	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

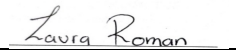
TOTAL MENÚ		469,0405	12,8788	13,71175	70,16825	233,2495	2,5799
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		21%	16%	18%	22%	21%	30%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 17

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		ESPAGUETIS GUISADO	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	20	20	74,2	2,6	0,3	14,94	5	0,78	57g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		537,6415	17,9249	20,11765	69,98535	210,6895	3,0741
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		24%	23%	27%	22%	19%	35%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES
FIRMA	
MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 18

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA CON LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PEGUCHA DE POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		PLATANO MADURO FRITO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	111	79,92	105,4944	0,87912	0,15984	24,21576	2,3976	0,3996	80g
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		585,4449	19,91692	23,02079	73,31511	183,1101	1,8145
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		26%	25%	31%	23%	17%	21%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 19

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE PLATANO CON LECHE	Harina de plátano, cruda	B057	10	10	34	0,33	0,03	8,05	1,1	0,12	200cm3
			Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	39 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA GRANADILLA	Granadilla, cruda	C028	110	33	31,35	0,693	0,528	4,917	3,96	0,297	110g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		482,0725	21,5902	15,70535	62,01055	183,2345	3,0613
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		21%	27%	21%	20%	17%	35%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 20

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO DESMECHADA GUISADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		425,9505	19,0378	16,86095	49,09935	180,7125	1,4149
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		19%	24%	23%	16%	16%	16%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

GUÍA DE PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	**9 A 13 AÑOS 11 MESES**	**OPERADOR**	
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**	**MUNICIPIO**	

GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA**	**COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA**	**PUEBLO AWA CAMAWARI Y AWA SIN ASOCIACIÓN**	**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	RAIZAL	**ROM**		**SIN PERTENENCIA ÉTNICA**	

MENÚ No. 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
LÁCTEOS	**Arroz con blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, ceolla finamnete picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		cebolla juca tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		sal	**1**	
ALIMENTO PROTEICO	**Huevo cocinado**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lavar y desinfectar y enjuagar los huevos. Colocar los huevos en un recipiente hondo con agua suficiente que los cubra. Poner a cocinar durante 12-15 minutos aproximadamente. Retirar del fuego y eliminar el agua restante. Lavar con agua fría, para poder retirar la cascara con mayor facilidad. Pelar los huevos. Servir
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Platano maduro frito en tajadas**	Plátano hartón, maduro, crudo	**111**	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Retirar la cascara. Cortar en tajadas. Calentar el aceite en un sartén. Poner a freír las tajadas. Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, de soya	**6**	
		sal	**1**	
FRUTA	**Jugo de tomate**	tomate de arbol rojo	**70**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y colocarla en la licuadora con los ingredientes, licuar y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
		leche de vaca en polvo	**17**	
		azucar granulado	**10**	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP**	**1085342662**
FIRMA	Laura Roman		

MENÚ No. 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pechuga de pollo sudado**	Pollo, pechuga con piel, cruda	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, el pimentón, el ajo y tomate. Realizar un sofrito. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Cilantro	**2**	
		Aceite, de soya	**5**	
		sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP**	**1085342662**
FIRMA	Laura Roman		

MENÚ No. 3				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Dejar enfriar. Licuar para evitar que queden grumos. Lleve a cocción nuevamente la preparación resultante con la panela hasta que se diluya por completo, finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad
		Leche de vaca, entera, en polvo	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Carne res frita**	Carne de res, magra	**60**	Lavar y desinfectar los tomates, cebolla y el empaque de la carne. Racionar de acuerdo al gramaje de grupo etario y el número de porciones a servir. Sazonar la carne con sal, tomate y cebolla finamnete picada. Precalentar un sartén con aceite. Cuando este caliente, ponga a freír los trozos de carne a fuego medio-bajo. Retirar del sartén cuando la carne este dorada por ambos lados, escurrir para quitar el exceso de aceite. Servir caliente.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**6**	
		sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, ceolla finamnete picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Fruta de cosecha en porción**	Granadilla	**110**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 4				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Chocolate con leche**	Chocolate, con azúcar	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
		Leche de vaca, entera, en polvo	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevos revueltos**	Huevo de gallina	**55**	En un sarten precalentado poner el aceite , en un plato a prate revuelva el huevo con la sal. Verter el huevo y cocinar hasta que tenga consistencia, Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		bolla junca, tallos, cru	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 5				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente
		Panela	**9**	
		Leche de vaca en polvo	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Frijol guisado**	Fríjol lima	**20**	Dejar en remojo los frijoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, el ajo, el pimentón y cebolla. Realizar un sofrito con los ingredientes. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos, picar el cilantro, Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 6				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Chocolate con leche**	Chocolate, con azúcar	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Blanquillo guisado**	Fríjol blanco	**20**	Dejar en remojo los frijoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, el ajo, el pimentón y cebolla. Realizar un sofrito con los ingredientes. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos, picar el cilantro, Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Tomate,crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		pimenton, rojo	**3**	
		Sal	**1**	
	Hevo cocinado	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Pongalos en una olla con agua hasta puno de ebullicion . Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 7				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de cuchuco de maíz con leche**	Maíz blanco, trillado	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, maiz y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar el maiz. Deje cocinar hasta que este suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue el maiz mezcle la con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Carne de res sudada**	Carne de res, magra	**60**	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla presión ponga la carne con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne de res. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad
		Cebolla junca, hojas	**8**	
		Tomate,crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Molo de papa amarilla	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	**80**	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Pelarlas. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Mientras se cocinan, lavar, desinfectar y enjuagar la cebolla, picar finamente. En un sarte agregue la cebolla junto al aceite y cocine afuego medio-bajo hasta que se haga un seofrito. Escurrir las papas, triturar las papas hasta obtener un puré, agregue sal y el sofrito, mezcle todos los ingredientes. Servir de acuerdo al gramaje establecido para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		sal	**1**	
FRUTA	**Porción de fruta piña**	Piña	182	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 8				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**9**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevo revuelto**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. Batir los huevos junto con la sal. Aparte, colocar un sartén a precalentar. Agregar los huevos al sartén, muévalos constantemente hasta que estén cocidos. Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Platano maduro frito en tajadas	Plátano hartón, maduro, crudo	**111**	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Retirar la cascara. Cortar en tajadas. Calentar el aceite en un sartén. Poner a freír las tajadas. Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, de soya	**6**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 9				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pechuga de pollo desmechada**	Carne de pollo	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar el pollo según grupo etario y número de raciones a servir. En una olla con suficiente agua llevar a cocción el pollo con un poco de sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, tomate, el ajo, el pimentón y el cilantro. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, pimentón, ajo, cilantro, sal y tomate. Retirar de la olla el pollo cuando este cocido, deshilar o desmechar el pollo. Poner a cocinar junto con el sofrito. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, pulpa	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Espaguettis guisados	Pasta alimenticia	**25**	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca, aceite, pimentón, cilantro, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, pulpa	**6**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Fruta de cosecha en porción**	Banano	**143**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 10				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de platano con leche**	Harina de platano	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la harina de plátano, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la harina de plátano y panela. Batir constantemente para evitar que se formen grumos. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar hasta que todos los ingredientes se integren adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo la cantidad establecida para cada grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevo perico**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. Batir los huevos vigorosamente junto con la sal, cebolla y tomate. Aparte, colocar un sartén a precalentar con aceite. Agregar los huevos al sartén, muévalos constantemente hasta que estén cocidos. Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Tomate,crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 11				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Lenteja guisada**	Lenteja	**20**	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, el pimentón, el ajo, el cilantro y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, tomate, pimentón, cilantro y sal. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**3**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		pimenton rojo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**papa amarilla frita**	papa harinosa criolla	**80**	Limpiar y lavar la papa amarilla. Colocar una paila con suficiente aceite y dejar fritar las papas a fuego medio- alto hasta que esten cocidas. Sacar, retirar el exceso de aceite, dejar reposar, trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad. Servir.
		Aceite, de soya	**6**	
	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 12				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pollo sudado**	Carne de pollo	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, pimentón, ajo, cilantro, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA		Laura Roman		

MENÚ No. 13				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevo cocinado**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lavar y desinfectar y enjuagar los huevos. Colocar los huevos en un recipiente hondo con agua suficiente que los cubra. Poner a cocinar durante 12-15 minutos aproximadamente. Retirar del fuego y eliminar el agua restante. Lavar con agua fría, para poder retirar la cascara con mayor facilidad. Pelar los huevos. Servir.
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Espaguettis guisados**	Pasta alimenticia	**25**	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca, pimentón, ajo, cilantro, y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca, aceite, pimentón, cilantro, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**2**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Porción de fruta mango**	Mango	200	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA		Laura Roman		

MENÚ No. 14				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Carne de res guisada**	Carne de res, magra	**60**	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga la carne con agua al ras de la misma y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, pimentón, ajo, cilantro, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Molo de papa amarilla	Papa criolla, con cáscara, cruda	**80**	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Pelarlas. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Mientras se cocinan, lavar, desinfectar y enjuagar la cebolla, picar finamente. En un sarte agregue la cebolla junto al aceite y cocine afuego medio-bajo hasta que se haga un seofrito. Escurrir las papas, triturar las papas hasta obtener un puré, agregue sal y el sofrito, mezcle todos los ingredientes. Servir de acuerdo al gramaje establecido para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA		Laura Roman		

MENÚ No. 15				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Chocolate con leche**	Chocolate, con azúcar	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Lentejas guisadas**	Lenteja	**20**	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, pimentón, cilantro, tomate y sal. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, hojas	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Espaguettis guisados	Pasta alimenticia	**25**	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, pimentón, cilantro, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**2**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Fruta de cosecha en porción**	piña	**182**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 16				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Chocolate con leche**	Chocolate, con azúcar	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Frijol rojo**	Fríjol rojo	**20**	Dejar en remojo los frijoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, pimentón, ajo, cilantro y cebolla. Realizar un sofrito con el tomate, cebolla, pimentón, cilantro y aceite. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Porción de fruta mandarina**	mandarina	**143**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 17				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Dejar enfriar. Licuar para evitar que queden grumos. Lleve a cocción nuevamente la preparación resultante con la panela hasta que se diluya por completo, finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevo revuelto**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. Batir los huevos vigorosamente junto con la sal. Aparte, colocar un sartén a precalentar con aceite. Agregar los huevos al sartén, muévalos constantemente hasta que estén cocidos. Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Espaguettis guisados**	Pasta alimenticia	**25**	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, pimentón, cilantro, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**2**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 18				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pechuga de pollo sudado**	Carne de pollo	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, pimentón, ajo, cilantro, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Platano maduro frito**	Plátano hartón, maduro, crudo	**111**	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Retirar la cascara. Cortar en tajadas. Calentar el aceite en un sartén. Poner a freír las tajadas. Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, de soya	**6**	
	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 19				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de platano con leche**	Harina de platano	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la harina de plátano, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la harina de plátano y panela. Batir constantemente para evitar que se formen grumos. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar hasta que todos los ingredientes se integren adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo la cantidad establecida para cada grupo de edad.
		leche de vaca en polvo	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Carne sudada**	Carne de res, magra	**60**	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne. Fraccionar en cubos medianos. Agregar sal. En una olla presión adicionar la carne. Agregar agua suficiente de manera que cubra la carne. Poner a hervir a fuego medio alto. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, pimentón, ajo, cilantro y cebolla junca. Realizar un sofrito en un recipiente. Agregar a la preparación. Una vez hierva, tapar y bajar temperatura a fuego lento. Dejar conservar hasta que la preparación esté bien cocida. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Porción de fruta granadilla**	Granadilla	**110**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 20				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pechuga de pollo desmechado**	Carne de pollo	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar el pollo según grupo etario y número de raciones a servir. En una olla con suficiente agua llevar a cocción el pollo con un poco de sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, tomate, pimentón, ajo y cilantro. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Retirar de la olla el pollo cuando este cocido, deshilar o desmechar el pollo. Poner a cocinar junto con el sofrito. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

F1.6 FORMATO LISTA DE INTERCAMBIO						
MPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE				RACIÓN PREPARADA EN SI		
GRUPO DE EDAD	9-13 años 11 meses		OPERADOR			
DEPARTAMENTO	NARIÑO		MUNICIPIO			
GRUPO ETNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWA SIN ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

COMPONENTE	LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
ALIMENTO PROTEÍCO	Carne de res
	Carne de pollo
	Carne de cerdo
	Huevo entero de gallina
	Fríjol rojo
	Fríjol lima
	Lenteja
CEREAL	Arroz blanco
	Maíz blanco trillado
	Arrocillo
	Cuchuco de maíz
	Avena en hojuelas
	Mote
	Fécula de maíz
	Harina de maíz
	Espaguetis
	Pastas enriquecidas para sopa
	Arveja verde
	Fríjol verde
	Choclo amarillo o blanco
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Arracacha blanca
	Papa criolla
	Papa común
	Plátano hartón verde
	Plátano hartón maduro
	Yuca
	Plátano colí o guineo
FRUTA	Aguacate
	Banano
	Curuba
	Fresa
	Feijoa sin cáscara
	Granadilla
	Guanábana
	Guayaba
	Limón
	Lulo
	Maracuya
	Mandarina
	Mango
	Manzana roja/verde
	Mora
	Naranja
	Papaya
	Pera
	Piña
	Tomate de árbol
	Uvas
AZÚCARES	Azúcar granulada
	Azúcar morena
	Panela
GRASAS	Aceite de girasol
	Aceite de maíz
	Aceite de soya
	Aceite de palma
	Aceite de canola
	Margarinas suaves
	Mayonesa
	Mantequilla
LÁCTEOS	Leche de vaca líquida pasterizada
	Leche de vaca en polvo

Nota: *Resolución 16432 de 2015, numeral 5.3 Ciclo de Menús: - Los intercambios no pueden exceder a 6 (seis) en un ciclo de menús, para el caso del alimento proteico se permiten máximo dos intercambios por ciclo.*
- El operador debe solicitar por escrito mínimo con 5 días de anticipación (dependiendo del caso), la

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA LISTA DE INTERCAMBIOS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

PAE

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS

ALMUERZO PREPARADO EN SITIO

OPERADOR:						
DEPARTAMENTO	NARIÑO			MUNICIPIO		
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X		
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA					
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO						

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES GUISADA LENTEJA GUISADA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA FRIJOL ROJO	HUEVO COCINADO	ATUN GUISADO
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	CHIRO EN TAJADAS	PAPA COMUN COCIDA	TROCITOS DE YUCA COCINADA	PATACONES DE CHIRO	PAPA COMUN COCINADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE	GUISO DE ARVEJA VERDE, HABICHUELA Y ZANAHORIA	TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS
BEBIDA	COLADA DE AVENA EN LECHE	NARANJADA	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE	JUGO DE PIÑA EN AGUA	AGUA DE PANELA EN LECHE

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE CERDO FRITA	PECHUGA DE POLLO SUDADO LENTEJA GUISADA	CARNE DE RES SUDADA FRIJOL ROJO CON PLATANO VERDE	ATUN (ACEITE) GUISADO	HUEVO FRITO FRIJOL ROJO GUISADO
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGETTIS ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	YUCA SUDADA	RODAJAS DE PAPA COMUN SUDADA	PALATO INCLUIDO EN FRJOL	PAPA AMARILLA FRITA	PLATANO MADURO COCINADO
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA CON SAL Y LIMÓN	TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS CON SAL Y LIMON	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE	ENSALADA DE CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE CON LIMON Y SAL	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA
BEBIDA	JUGO DE LULO EN AGUA	COLADA DE AVENA EN LECHE	LIMONADA	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE (GRANILLO)	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL EN LECHE

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
ALIMENTO PROTEÍCO	PECHUGA DE POLLO SUDADO FRIJOL ROJO	HUEVO REVUELTO LENTEJAS GUISADAS	CARNE DE RES CON VERDURAS (ARVEJA VERDE, HABICHUELAS, ZANAHORIA, TOMATE DE CARNE Y CEBOLLA CABEZONA)	ATUN GUISADO FRIJOL ROJO	CARNE DE RES SUDADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS CON ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PATACONES DE PLÁTANO VERDE	PLATANO AMARILLO EN TAJADAS	PAPA COMÚN FRITA	YUCA COCINADA	PURE DE PAPA AMARILLA
ENSALADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y AGUACATE	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE	VERDURAS EN LA CARNE	TOMATE EN CASQUITOS CON LIMON Y SAL	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE CON LIMON Y SAL
BEBIDA	LIMONADA	COLADA DE HARINA DE PLATANO EN LECHE	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	JUGO DE LULO EN AGUA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL EN LECHE

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES FRITA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA DE POLLO DESMECHADO FRIJOL ROJO GUISADO CON CHIRO VERDE	HUEVO PERICO LENTEJA GUISADA
CEREAL	ESPAGUETTIS (PIMENTON) ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA COMUN COCINADA	PURÉ DE PAPA AMARILLA	PAPA COMÚN FRITA	-	PAPA O YUCA COCINADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA CON TOMATE, LIMON Y SAL	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE CON LIMON Y SAL	GUISO DE ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE, LIMON Y SAL	ENSALADA DE ZANAHORIA CON CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE DE CARNE
BEBIDA	CHOCOLATE EN LECHE	JUGO DE MARACUYA EN AGUA	LIMONADA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO EN LECHE	JUGO DE MANGO EN LECHE

Nota: Frutas jugo con leche: papaya, banano, guayaba, curuba, tomate de arbol, mango. Fruta jugo en agua: naranja, maracuya, guayaba, piña, tomate de arbol, mango, mora.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		LAURA ROMAN NIEVES	
FIRMA	Laura Roman	MATRICULA PROFESIONAL	1085342662

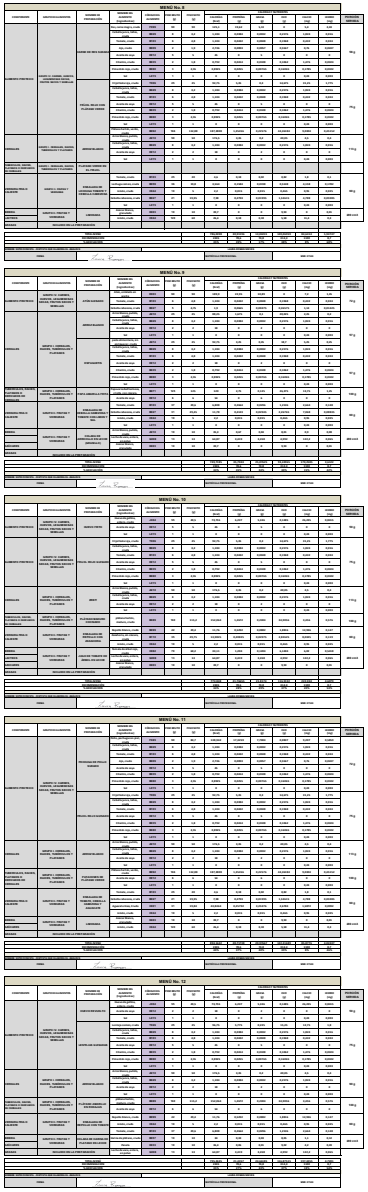
PAE

MENÚ No. 1

ACTIVIDADES	UNIDAD DE MEDIDA	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DE ALIMENTOS (Ingredientes)	Medida Casera	Peso Neto (g)	Porciones (g)	CALORÍAS (KCAL)	PROTEÍNA (g)	GRASA TOTAL (g)	CHO´S TOTALES (g)	FIBRA DIETARIA (g)	SODIO (mg)	Distribución Porcentual
ALMUERZO	UNIDAD No. 1 - CUCHARA MEDIDA - PORCIONES - PESO NETO - UNIDAD DE MEDIDA - UNIDAD DE MEDIDA CASERA	ARROZ DE VEGETALES	Arroz cocido integral, cocido	TAZA	80	160	173,6	3,648	0,72	36	1,6	5,6	0,8
			Tomate riñón, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1575	0,855	0,855	
			Cebolla, cruda	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1845	0,945	0,945	
			Ajo, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1665	0,72	0,9000	
			Apio, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1665	0,72	0,9000	
			Zanahoria, cruda	MEDIA	0	1,5	36	0	0	9	0	0,9	
			Pimiento, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1665	0,675	0,9000	
			Pollo entero, sin piel, crudo	MEDIA	0	0,25	0,675	0,0405	0,0405	0,1665	0,675	0,9000	
			Sal	LATA	0	1	0	0	0	0	0,06	0,9000	
		LENTEJA CON ZANAHORIA	Lenteja cocida, cruda	TAZA	80	160	182,4	0,976	0,256	33,28	15,04	0,512	0,8
			Tomate, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1575	0,855	0,855	
			Cebolla, cruda	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1845	0,945	0,945	
			Ajo, crudo	MEDIA	0	0	0	0	0	0	0	0	
			Apio, crudo	MEDIA	0	0	0	0	0	0	0	0	
			Zanahoria, cruda	MEDIA	0	1,5	36	0	0	9	0	0,9	
			Pimiento, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1665	0,675	0,9000	
			Pollo entero, sin piel, crudo	MEDIA	0	0,25	0,675	0,0405	0,0405	0,1665	0,675	0,9000	
			Sal	LATA	0	1	0	0	0	0	0,06	0,9000	
MERIENDA	UNIDAD No. 1 - CUCHARA MEDIDA - PORCIONES - PESO NETO - UNIDAD DE MEDIDA - UNIDAD DE MEDIDA CASERA	ENSALADA DE FRUTAS	Manzana, cruda	MEDIA	90	180	170,1	0,36	0,54	45,09	3,6	3,6	1 Fr
			Naranja, cruda	MEDIA	0	0,5	0,0405	0,0405	0,0405	0,0765	0,855	0,855	
			Pera, cruda	MEDIA	0	0,5	0,0405	0,0405	0,0405	0,0765	0,855	0,855	
			Piña, cruda	MEDIA	0	0,5	0,0405	0,0405	0,0405	0,0765	0,855	0,855	
			Sandía, cruda	MEDIA	0	0,5	0,0405	0,0405	0,0405	0,0765	0,855	0,855	
			Uva, cruda	MEDIA	0	0,5	0,0405	0,0405	0,0405	0,0765	0,855	0,855	
			Melón, crudo	MEDIA	0	0,5	0,0405	0,0405	0,0405	0,0765	0,855	0,855	
			Sal	LATA	0	1	0	0	0	0	0,06	0,9000	
CENA	UNIDAD No. 1 - CUCHARA MEDIDA - PORCIONES - PESO NETO - UNIDAD DE MEDIDA - UNIDAD DE MEDIDA CASERA	PLATILLO TÍPICO CON ENSALADA DE VEGETALES	Lenteja cocida, cruda	TAZA	80	160	182,4	0,976	0,256	33,28	15,04	0,512	0,8
			Tomate, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1575	0,855	0,855	
			Cebolla, cruda	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1845	0,945	0,945	
			Ajo, crudo	MEDIA	0	0	0	0	0	0	0	0	
			Apio, crudo	MEDIA	0	0	0	0	0	0	0	0	
			Zanahoria, cruda	MEDIA	0	1,5	36	0	0	9	0	0,9	
			Pimiento, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1665	0,675	0,9000	
			Pollo entero, sin piel, crudo	MEDIA	0	0,25	0,675	0,0405	0,0405	0,1665	0,675	0,9000	
			Sal	LATA	0	1	0	0	0	0	0,06	0,9000	
			Aceite vegetal, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1665	0,675	0,9000	
			Vinagre, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1665	0,675	0,9000	
			Repollo, crudo	MEDIA	0	0,5	0,765	0,0405	0,0405	0,1665	0,675	0,9000	
			Zanahoria, cruda	MEDIA	0	1,5	36	0	0	9	0	0,9	
			Tomate riñón

MENÚ No. 6

CONSTANCIA	ADECUACIÓN ALIMENTARIA	NOMBRE DE PREPARACIONES	NOMBRE DE INGREDIENTES	PORCIONES	PESO BRUTO	PESO NETO	PORCIONES	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	PORCIÓN SERVIDA
ELEMENTO CONCRETO	CARNE (S), CARNE, CERDO, MARISCOS, HUEVO, LÁCTEOS	CARNE DE CERDO ASADA	Cerdo, costilla limpia	MEDIDA	90	60	0.6	81.54	7.02	5.46	0.3	10.2	0.52	100 g
			Ajo, crudo	MEDIDA	2	1.32	0.013	0.0264	0.0007	0.0066	0.01	0.03	0.0007	
			Tomillo, crudo	MEDIDA	2	0.67	0.006	0.0067	0.0002	0.0013	0.004	0.023	0.0002	
			Sal de mesa	MEDIDA	2	0.67	0.006	0.0067	0.0002	0.0013	0.004	0.023	0.0002	
			Pimienta negra, molida	MEDIDA	2	0.67	0.006	0.0067	0.0002	0.0013	0.004	0.023	0.0002	
			Agua	LATA	1	1	0.01	0	0	0	0	0.05	0.003	
CEREALES	CEREALES, MEDIANA, ENSEÑA, TORTILLAS Y TU ALIMENTO	ARROZ DE ADORNO	Arroz blanco, crudo	MEDIDA	30	30	0.3	109.5	2.19	0.27	24.03	3.3	0.03	1 PZA
			Tomillo, crudo	MEDIDA	2	0.67	0.006	0.0067	0.0002	0.0013	0.004	0.023	0.0002	
			Aceite de soya	MEDIDA	2	1.32	0.013	0.0264	0.0007	0.0066	0.01	0.03	0.0007	
			Sal	LATA	1	1	0.01	0	0	0	0	0.05	0.003	
VERDURAS, FRUTAS, LEGUMINOSAS, NUECES Y SEMILLAS	CEREALES, MEDIANA, ENSEÑA, TORTILLAS Y TU ALIMENTO	TIRAS DORADAS	Plátano macho, crudo	MEDIDA	90	60	0.6	81.54	7.02	5.46	0.3	10.2	0.52	100 g
			Tomillo, crudo	MEDIDA	2	0.67	0.006	0.0067	0.0002	0.0013	0.004	0.023	0.0002	
			Aceite de soya	MEDIDA	2	1.32	0.013	0.0264	0.0007	0.0066	0.01	0.03	0.0007	
			Sal de mesa	MEDIDA	2	0.67	0.006	0.0067	0.0002	0.0013	0.004	0.023	0.0002	
			Pimienta negra, molida	MEDIDA	2	0.67	0.006	0.0067	0.0002	0.0013	0.004	0.023	0.0002	
			Agua	LATA	1	1	0.01	0	0	0	0	0.05	0.003	
VERDURAS CRUDAS O COCIDAS	CEREALES, MEDIANA, ENSEÑA, TORTILLAS Y TU ALIMENTO	ENSALADA DE REPOLLO Y ZANAHORIA	Repollo blanco, crudo	MEDIDA	90	90	0.9	22.32	0.9	0.09	4.95	22.59	0.17	100 g
			Zanahoria, cruda	MEDIDA	90	90	0.9	34.74	0.9	0.09	7.83	3.24	0.03	
			Limón, criollo	MEDIDA	10	5	0.5	2.5	0.05	0.05	0.85	0.35	0.03	
			Sal	LATA	1	1	0.01	0	0	0	0	0.05	0.003	
BEBIDA	CEREALES, MEDIANA Y ENSEÑA	JUGO DE LIMÓN DE AGUA	Limón, criollo	MEDIDA	100	50	50.0	21.5	0.35	0.35	7	2.5	0.21	200 CCO
REFRESCO			Azúcar blanca	MEDIDA	10	10	10.0	40	0	0	9.99	0	0.01	
ADICIONAL	PREPARACIÓN DE LA PREPARACIÓN													



MINCO No. 13

CONDICIONES	ACTIVIDAD ECONÓMICA	HAZARD DE PROCESO (EVA)	HAZARD DE PROCESO (LEY)	ORGANISMO CALIBRADO	PORCENTAJE (%)	CANTIDAD (%)	PUNTAJE TOTAL	CONTENIDO DE HUMEDAD						PUNTAJE MÁXIMO
								HUMEDAD (H2O)	CENIZAS (A)	MOLIDA (M)	FINO (F)	GRUESO (G)	TOTAL (T)	
ALMACENAMIENTO PROTEGIDO	CAPÍTULO 1.6. CLASIFICACIÓN DE PRODUCTOS BÁSICOS PARA EL TRATADO GENERAL SOBRE EL COMERCIO DE SERVICIOS	CUERPO DE RIOS CON TURBULENCIA	Rios, zonas riveras y costa	OTAN	30	15%	4.5	0.5	0.5	0	0.5	0.5	1.5%	10kg
			El Salvador, Costa Rica	MICI	10	5	0.5	0.05	0.05	0.05	0.05	0.05	0.15%	
			Nicaragua, Costa Rica	MICI	11	5.5	0.605	0.055	0.055	0.055	0.055	0.055	0.165%	
			Guatemala, Costa Rica	MICI	11	5.5	0.605	0.055	0	0.0605	0.06	0.055	0.165%	
			Honduras, Costa Rica	MICI	11	5.5	0.605	0.055	0.055	0.0605	0.055	0.055	0.165%	
			Panamá de Hoy	MICI	5	5	25	5	5	5	5	5	15	
			Rio	LISTO	5	5	25	5	5	5	5	5	15	
			Rios, zonas riveras y costa	MICI	10	30.0	3.750	0.3750	0.3750	0.3750	0.3750	3.750	0.3750	
			Rios, zonas	MICI	9	9.5	0.95	0.0855	0.0855	0.0855	0.0855	1.2	0.0855	
			Rios zonas rurales, costa	MICI	4	3.95	0.9875	0.0988	0.0988	0.0988	0.0988	0.0988	0.2963	
			Panamá, Costa	MICI	4	7.9	0.7900	0.0790	0.0790	0.0790	0.0790	0.079	0.2370	
			Panamá, costa	MICI	4	5.8	0.725	0.0580	0.0580	0.0580	0.0580	0.058	0.1740	
CERRADOS	USO DE LA CLASIFICACIÓN INTERNACIONAL UNIFORME DE LOS SISTEMAS ARMONIZADOS	ARRIBA EL RASTRO	Rios, zonas	MICI	10	10	1.25	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.375	11kg
			Rios, zonas riveras	MICI	9	5.9	0.59	0.059	0.059	0.059	0.059	0.059	0.177	
			Panamá de Hoy	MICI	5	5	25	5	5	5	5	5	15	
			Rio	LISTO	5	5	25	5	5	5	5	5	15	
SUBPARTIDA: CACAO, INCLUSO ENTERO O QUEBRADO, CRUDO O TOSTADO	USO DE LA CLASIFICACIÓN INTERNACIONAL UNIFORME DE LOS SISTEMAS ARMONIZADOS	FUEGO CUBIERTO POR EL	Rios, zonas	MICI	10	10	0.75	0.075	0.075	0.075	0.075	0.075	0.225	15kg
			Panamá de Hoy	MICI	5	5	25	5	5	5	5	5	15	
			Rio	LISTO	5	5	25	5	5	5	5	5	15	
MADERA	NORMA EC 1784:2019 3 TERMINOLOGÍA	AGUAS DE GLACIARES DEL CENTRO	Bosques, primeros, costa	OSDE	20	20	20.0	2.00	2.00	2.00	2.00	2.0	6.00	200 cm3
ASEGURADO			Rios, zonas riveras	MICI	10	10	25.0	5	5	5	5	5	15	
SECTORES			Rios, zonas	OSDE	10	10	10.07	0.504	0.504	0.504	0.504	0.5042	0.504	
MANEJO	TRANSMISIÓN DE LA INFORMACIÓN													

TOTAL								
CLASIFICACIÓN								
CLASIFICACIÓN								
NOMBRE, IDENTIFICACIÓN, CARGO DE LA PERSONA QUE FIRMA								
FIRMA								

MENÚ No. 14

CONDIMENTO	PROTEÍNA DE PREPARACIÓN	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RECETA DE ACUERDO A LINEAMIENTOS	PORCIÓN CANTIDAD	RENDIMIENTO %	APORTE NUTRICIONAL CALCULADO						PORCIÓN SERVIDA
						PESO NETO (g)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	HIERRO (mg)	CALCIO (mg)	ZINC (mg)	
CILANTRO Y PIMENTÓN	MENÚ No. 14 ALMUERZO, PROTEÍNA ANIMAL, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ AZAFRANADO	Pechuga cruda limpia y sin hueso	100	100	100,0	12,00	1,00	0	5,0	0,00	70 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Tomate, cruda	30	90	108,0	0,99	0,00	0	7,2	0,00	
			Cebolla cabezona, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Azafrán	1	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Agua	200	100	200,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
ENSALADA	MENÚ No. 1 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ DE LENTEJA	Lenteja cruda	30	100	100,0	6,78	0,50	0,750	19,00	0,00	110 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Cebolla cabezona, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
FRUTA FRESCA Y ADICIONAL	MENÚ No. 1 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	FRUTA ADICIONAL	Fruta cruda	100	100	100	0,5	0,3	0,3	10,0	16	100 g
JUGO NATURAL	MENÚ No. 1 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	BEBIDA BALANCEADA CUBIERTA DE FRUTAS DE LA REGIÓN	Azúcar, crudo	20	100	20,0	0,00	0,00	0,08	1,2	0,0	200 g
			Frutas, cruda	100	70	142,9	0,00	0,00	0,571	14,29	0,00	
			Agua, cruda	200	100	200,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
MERIENDA	SUPREMO 1 - PREPARADA	JUGO DE LULO CON AVENA	Agua, cruda	500	100	500,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	400 cm3
ALMUERZO	SUPREMO 1 - PREPARADA		Avena, cruda	50	100	50,0	6,50	3,50	2,00	20,0	0,00	
RECESO	RECESO EN LA INSTITUCIÓN											

	VALOR CALÓRICO	VALOR CALÓRICO	VALOR PROTEÍNA	VALOR GRASA	VALOR HIERRO	VALOR CALCIO	VALOR ZINC	VALOR VITAMINA
	RECOMENDADO	CALCULADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO
	600	600	20	20	4	400	4	200

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ		NOMBRE COORDINADOR	
FIRMA		FIRMA COORDINADOR	

MENÚ No. 15

CONDIMENTO	PROTEÍNA DE PREPARACIÓN	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RECETA DE ACUERDO A LINEAMIENTOS	PORCIÓN CANTIDAD	RENDIMIENTO %	APORTE NUTRICIONAL CALCULADO						PORCIÓN SERVIDA
						PESO NETO (g)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	HIERRO (mg)	CALCIO (mg)	ZINC (mg)	
CILANTRO Y PIMENTÓN	MENÚ No. 15 ALMUERZO, PROTEÍNA ANIMAL, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ALMUERZO DE RES A CABALLO	Res molida magra y sucia	100	100	100,0	12,00	1,00	0	5,0	0,00	70 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Tomate, cruda	30	90	108,0	0,99	0,00	0	7,2	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
ENSALADA	MENÚ No. 2 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ PLANERO	Pechuga cruda limpia y sin hueso	30	100	100,0	12,00	1,00	0	5,0	0,00	110 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Cebolla cabezona, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
FRUTA FRESCA Y ADICIONAL	MENÚ No. 2 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	FRUTA ADICIONAL	Fruta cruda	100	100	100	0,5	0,3	0,3	10,0	16	100 g
JUGO NATURAL	MENÚ No. 2 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	BEBIDA BALANCEADA CUBIERTA DE FRUTAS DE LA REGIÓN	Azúcar, crudo	20	100	20,0	0,00	0,00	0,08	1,2	0,0	200 g
			Frutas, cruda	100	70	142,9	0,00	0,00	0,571	14,29	0,00	
			Agua, cruda	200	100	200,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
MERIENDA	SUPREMO 1 - PREPARADA	JUGO DE LULO CON AVENA	Agua, cruda	500	100	500,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	400 cm3
ALMUERZO	SUPREMO 1 - PREPARADA		Avena, cruda	50	100	50,0	6,50	3,50	2,00	20,0	0,00	
RECESO	RECESO EN LA INSTITUCIÓN											

	VALOR CALÓRICO	VALOR CALÓRICO	VALOR PROTEÍNA	VALOR GRASA	VALOR HIERRO	VALOR CALCIO	VALOR ZINC	VALOR VITAMINA
	RECOMENDADO	CALCULADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO
	600	600	20	20	4	400	4	200

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ		NOMBRE COORDINADOR	
FIRMA		FIRMA COORDINADOR	

MENÚ No. 16

CONDIMENTO	PROTEÍNA DE PREPARACIÓN	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RECETA DE ACUERDO A LINEAMIENTOS	PORCIÓN CANTIDAD	RENDIMIENTO %	APORTE NUTRICIONAL CALCULADO						PORCIÓN SERVIDA
						PESO NETO (g)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	HIERRO (mg)	CALCIO (mg)	ZINC (mg)	
CILANTRO Y PIMENTÓN	MENÚ No. 16 ALMUERZO, PROTEÍNA ANIMAL, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ALMUERZO DE RES A CABALLO	Res molida magra y sucia	100	100	100,0	12,00	1,00	0	5,0	0,00	70 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Tomate, cruda	30	90	108,0	0,99	0,00	0	7,2	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
ENSALADA	MENÚ No. 3 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ PLANERO	Pechuga cruda limpia y sin hueso	30	100	100,0	12,00	1,00	0	5,0	0,00	110 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Cebolla cabezona, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
FRUTA FRESCA Y ADICIONAL	MENÚ No. 3 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	FRUTA ADICIONAL	Fruta cruda	100	100	100	0,5	0,3	0,3	10,0	16	100 g
JUGO NATURAL	MENÚ No. 3 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	BEBIDA BALANCEADA CUBIERTA DE FRUTAS DE LA REGIÓN	Azúcar, crudo	20	100	20,0	0,00	0,00	0,08	1,2	0,0	200 g
			Frutas, cruda	100	70	142,9	0,00	0,00	0,571	14,29	0,00	
			Agua, cruda	200	100	200,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
MERIENDA	SUPREMO 1 - PREPARADA	JUGO DE LULO CON AVENA	Agua, cruda	500	100	500,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	400 cm3
ALMUERZO	SUPREMO 1 - PREPARADA		Avena, cruda	50	100	50,0	6,50	3,50	2,00	20,0	0,00	
RECESO	RECESO EN LA INSTITUCIÓN											

	VALOR CALÓRICO	VALOR CALÓRICO	VALOR PROTEÍNA	VALOR GRASA	VALOR HIERRO	VALOR CALCIO	VALOR ZINC	VALOR VITAMINA
	RECOMENDADO	CALCULADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO
	600	600	20	20	4	400	4	200

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ		NOMBRE COORDINADOR	
FIRMA		FIRMA COORDINADOR	

MENÚ No. 17

CONDIMENTO	PROTEÍNA DE PREPARACIÓN	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RECETA DE ACUERDO A LINEAMIENTOS	PORCIÓN CANTIDAD	RENDIMIENTO %	APORTE NUTRICIONAL CALCULADO						PORCIÓN SERVIDA
						PESO NETO (g)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	HIERRO (mg)	CALCIO (mg)	ZINC (mg)	
CILANTRO Y PIMENTÓN	MENÚ No. 17 ALMUERZO, PROTEÍNA ANIMAL, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ALMUERZO DE RES A CABALLO	Res molida magra y sucia	100	100	100,0	12,00	1,00	0	5,0	0,00	70 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Tomate, cruda	30	90	108,0	0,99	0,00	0	7,2	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
ENSALADA	MENÚ No. 4 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ DE LENTEJA	Lenteja cruda	30	100	100,0	6,78	0,50	0,750	19,00	0,00	110 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Cebolla cabezona, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
FRUTA FRESCA Y ADICIONAL	MENÚ No. 4 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	FRUTA ADICIONAL	Fruta cruda	100	100	100	0,5	0,3	0,3	10,0	16	100 g
JUGO NATURAL	MENÚ No. 4 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	BEBIDA BALANCEADA CUBIERTA DE FRUTAS DE LA REGIÓN	Azúcar, crudo	20	100	20,0	0,00	0,00	0,08	1,2	0,0	200 g
			Frutas, cruda	100	70	142,9	0,00	0,00	0,571	14,29	0,00	
			Agua, cruda	200	100	200,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
MERIENDA	SUPREMO 1 - PREPARADA	LONCHERA	Mortiño, cruda	100	100	100,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200 cm3
ALMUERZO	SUPREMO 1 - PREPARADA		Avena, cruda	50	100	50,0	6,50	3,50	2,00	20,0	0,00	
RECESO	RECESO EN LA INSTITUCIÓN											

	VALOR CALÓRICO	VALOR CALÓRICO	VALOR PROTEÍNA	VALOR GRASA	VALOR HIERRO	VALOR CALCIO	VALOR ZINC	VALOR VITAMINA
	RECOMENDADO	CALCULADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO
	600	600	20	20	4	400	4	200

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ		NOMBRE COORDINADOR	
FIRMA		FIRMA COORDINADOR	

MENÚ No. 18

CONDIMENTO	PROTEÍNA DE PREPARACIÓN	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RECETA DE ACUERDO A LINEAMIENTOS	PORCIÓN CANTIDAD	RENDIMIENTO %	APORTE NUTRICIONAL CALCULADO						PORCIÓN SERVIDA
						PESO NETO (g)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	HIERRO (mg)	CALCIO (mg)	ZINC (mg)	
CILANTRO Y PIMENTÓN	MENÚ No. 18 ALMUERZO, PROTEÍNA ANIMAL, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ALMUERZO DE RES A CABALLO	Res molida magra y sucia	100	100	100,0	12,00	1,00	0	5,0	0,00	70 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Tomate, cruda	30	90	108,0	0,99	0,00	0	7,2	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
ENSALADA	MENÚ No. 5 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ DE LENTEJA	Lenteja cruda	30	100	100,0	6,78	0,50	0,750	19,00	0,00	110 g
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Cebolla cabezona, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Ajo, crudo	5	95	95,0	0,95	0,00	0,475	4,75	0,00	
			Arroz blanco, crudo	80	100	100,0	7,00	1,00	0,800	10,0	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
			Pimentón, cruda	30	90	108,0	1,17	0,00	0,432	10,8	0,00	
			Arveja verde, cruda	30	90	108,0	5,76	0,00	0,756	21,6	0,00	
			Zanahoria, cruda	30	90	108,0	0,72	0,00	0,324	10,8	0,00	
			Cilantro, cruda	5	95	95,0	1,71	0,00	0,665	14,25	0,00	
			Aceite vegetal	5	100	100,0	0,00	100,0	0	0,00	0,00	
			Sal	5	100	100,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
FRUTA FRESCA Y ADICIONAL	MENÚ No. 5 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	FRUTA ADICIONAL	Fruta cruda	100	100	100	0,5	0,3	0,3	10,0	16	100 g
JUGO NATURAL	MENÚ No. 5 ENSALADA, PROTEÍNA, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	BEBIDA BALANCEADA CUBIERTA DE FRUTAS DE LA REGIÓN	Azúcar, crudo	20	100	20,0	0,00	0,00	0,08	1,2	0,0	200 g
			Frutas, cruda	100	70	142,9	0,00	0,00	0,571	14,29	0,00	
			Agua, cruda	200	100	200,0	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	
MERIENDA	SUPREMO 1 - PREPARADA	LONCHERA	Mortiño, cruda	100	100	100,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200 cm3
ALMUERZO	SUPREMO 1 - PREPARADA		Avena, cruda	50	100	50,0	6,50	3,50	2,00	20,0	0,00	
RECESO	RECESO EN LA INSTITUCIÓN											

	VALOR CALÓRICO	VALOR CALÓRICO	VALOR PROTEÍNA	VALOR GRASA	VALOR HIERRO	VALOR CALCIO	VALOR ZINC	VALOR VITAMINA
	RECOMENDADO	CALCULADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO
	600	600	20	20	4	400	4	200

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ		NOMBRE COORDINADOR	
FIRMA		FIRMA COORDINADOR	

MENÚ No. 19

CONCEPTO	PRODUCTO ELEGIDO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	PREPARACIÓN DE PRODUCTO (Especificación técnica)	UNIDAD DE MEDIDA	PORCIONES	RACIONES	VALORES NUTRICIONALES						OBSERVACIONES
							CALORÍAS (Kcal)	CONSTRUC. (g)	GRASA (g)	CHO (g)	AZÚCAR (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO CONTROLES	HARINA DE GARBANZO, HARINA DE ARVEJA SECA, HARINA DE LENTEJA, HARINA DE MAÍZ AMARILLO	PREPARACIÓN DE PRODUCTOS PANIFICADOS	Pan de Garbanzo, Arveja y Lenteja	UNIDAD	50	50,0	109,512	17,44539	1,7295	4,5681	0,297	0,0002	50g
			Harina de garbanzo cruda	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,024	0,0001	
			Harina, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,024	0,0001	
			Harina, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,024	0,0001	
			Agua, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,24	0,0001	
			Arveja de soja	MEDIDA	8	8	32	4	2	4	0	0	
			Harina, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,024	0,0001	
			Harina de maíz, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,248	0,0002	
			Sal	LATA	1	1	0	0	0	0	0,24	0,0001	
		PREPARACIÓN DE PRODUCTOS CON CHIPS TORDOS	Empanada de carne, crudo	TIRA	20	20	78,72	4,36	2,2	13,272	0,4	0,1732	25g
			Harina, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,024	0,0001	
			Harina, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,024	0,0001	
			Aceite de soja	MEDIDA	8	8	32	4	2	4	0	0	
			Arveja, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,248	0,0002	
			Arveja de soja, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,248	0,0002	
			Sal	LATA	1	1	0	0	0	0	0,24	0,0001	
ENSALADA	VEGETALES, TUBÉRCULOS Y PLANTEOS	ARROZ CALDOSO	Arroz con Verduras	MEDIDA	30	30,0	109,512	1,4295	0,2961	23,6556	4,62	0,2	125g
			Arroz, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,24	0,0001	
			Arveja, crudo	MEDIDA	8	8,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,24	0,0001	
			Sal	LATA	1	1	0	0	0	0	0,24	0,0001	
ALIMENTOS, DULCES, PANIFICADOS, PRODUCTOS PANIFICADOS Y PANIFICADOS	HARINA Y CEREALES, PANIFICADOS Y PANIFICADOS	ENSALADA DULCE CHIPS DE BANANA											
BEBIDA	VEGETALES, TUBÉRCULOS Y PLANTEOS	PREPARACIÓN DE BEBIDAS CON TORDO DE CLARO LIMÓN Y SAL	Agua Mineral, crudo	MEDIDA	20	20,0	0,512	0,1256	0,0005	0,0512	0,0256	0,0002	50g
			Arroz, crudo	MEDIDA	20	20,0	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,256	0,0002	
			Sal	LATA	1	1	0	0	0	0	0,24	0,0001	
			Arroz, crudo	MEDIDA	10	10	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,256	0,0002	
POSTRE	VEGETALES, TUBÉRCULOS Y PLANTEOS	TORTILLAS DE HARINA DE PLATANO RELLENAS	Tortilla de harina de trigo	MEDIDA	10	10	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,24	0,0001	200 cc/cc
			Arroz, crudo	MEDIDA	10	10	0,256	0,0256	0,0256	0,0256	0,24	0,0001	
RECESO	RECESO DE LA TARDE/NOCHE												

SERVICIO Nro.: 03

CANTIDAD	DESCRIPCIÓN/ACTIVIDAD	UNIDAD DE PRESENTACIÓN	TIPOLOGÍA DE RESIDUOS (Según Ley Orgánica)	UBICACIÓN (Contenedor)	Peso Unit. (kg)	Volumen (m³)	APLICACIÓN DE PRODUCTO					OBSERVACIÓN ADICIONAL
							Cantidad (litros)	Proporción (%)	Dilución (%)	Dosis (ml)	Dosis (mg)	
ELEMENTO PRINCIPAL	SERVICIO 01: CAMBIO, RECOLECCIÓN, TRANSPORTE Y DISPOSICIÓN FINAL DE RESIDUOS	CUARTO TÉCNICO	PATOLÓGICOS (Cultivos, muestras, sangre)	CAJA	20	30,4	0,722	0,247	0,276	0,1991	20,245	0,023 m
				BOLSA	5	0,2	0,052	0,0068	0,0069	0,0379	1,0201	0,0212
				BOLSA	5	0,8	0,203	0,0265	0,0269	0,1479	3,9804	0,0828
				BOLSA	5	0	0	0	0	0	0	0,0
				CAJA	1	1	1	1	1	1	19,45	0,023
ELEMENTO SECUNDARIO	SERVICIO 02: CAMBIO, RECOLECCIÓN, TRANSPORTE, DISPOSICIÓN FINAL, TRATAMIENTO Y DESINFECCIÓN	LAVATRAPOS	PATOLÓGICOS (Cultivos, muestras, sangre)	TINAS	20	30	0,712	0,243	0,272	0,1964	19,25	0,113
				BOLSA	5	0,8	0,203	0,0265	0,0269	0,1479	3,9804	0,0828
				BOLSA	5	0,8	0,203	0,0265	0,0269	0,1479	3,9804	0,0828
				BOLSA	5	0	0	0	0	0	0	0,0
				LATAS	1	1	1	1	1	1	0,96	0,023
				BOLSA	5	0,8	0,203	0,0265	0,0269	0,1479	3,9804	0,0828
				BOLSA	5	0,05	0,0013	0,0002	0,0002	0,0009	0,0248	0,0005
CISTERNA	SERVICIO 1: CAMBIO,RECOLECCIÓN, TRANSPORTE, DISPOSICIÓN FINAL Y TRATAMIENTO	ARRIBA DEL MURO	PATOLÓGICOS (Cultivos, muestras, sangre)	BOLSA	50	50	0,712	0,243	0,272	0,1964	19,25	0,113
				BOLSA	5	0,8	0,203	0,0265	0,0269	0,1479	3,9804	0,0828
				BOLSA	5	0	0	0	0	0	0	0,0
				LATAS	1	1	1	1	1	1	0,96	0,023
CONSULTORIO MÉDICO	SERVICIO 1: RECOLECCIÓN, TRANSPORTE Y DISPOSICIÓN FINAL	CAJAS ENTERRADAS	PATOLÓGICOS (Cultivos, muestras, sangre)	BOLSA	100	100	2,84	0,97	1,08	0,7858	77	0,045
PERSONAL PRO-TE SALUDTE	SERVICIO 1: RECOLECCIÓN, TRANSPORTE Y DISPOSICIÓN FINAL	ESTERILIZACIÓN DE HERRAMIENTAS CON TRIPOLAR, DISPOSICIÓN EN TRINCHERA	PATOLÓGICOS (Cultivos, muestras, sangre)	BOLSA	20	0,124	1,78	0,4765	0,5295	0,38521	3,768	0,07535
				BOLSA	20	50	0,01	0,29	0,32	0,23	5,6	0,1
				BOLSA	20	0,124	0,1783	0,04805	0,0533	0,03879	0,3795	0,01521
				LATA	1	1	1	1	1	1	0,96	0,023
				BOLSA	50	5	0,5	0,025	0,025	0,025	0,25	0,025
SERVICIO	SERVICIO 1: RECOLECCIÓN, TRANSPORTE Y DISPOSICIÓN FINAL	CAMPO ABIERTO EN LA CANTERA	PATOLÓGICOS (Cultivos, muestras, sangre)	BOLSA	50	50	37,1	0,09	0	0,0018	0	0,0
				CAJAS	75	0,5	34,07	0,975	0,953	0,259	0,512	0,001
MATERIALES				BOLSA	50	50	50	0	0	0,05	0	0,0
RESIDUOS												

Alimentos para Aprender | PAE | Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO GUÍA DE PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

COMPLEMENTO ALIMENTARIO TIPO AL MUEDZO: RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	**9 A 13 AÑOS 11 MESES**	**OPERADOR**			
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**	**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA**	**COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA**	AWA CAMAWARI	**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	RAIZAL	**ROM**		**SIN PERTENENCIA ÉTNICA**	

MENÚ No. 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res guisada	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne. Fraccionar en cubos medianos. Agregar sal. En una olla presión adicionar la carne. Agregar agua suficiente de manera que cubra la carne. Poner a hervir a fuego medio alto. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, ajo, pimentón, cilantro y cebolla. Realizar un sofrito en un recipiente con cebolla, tomate, sal y aceite. Agregar a la preparación. Una vez hierva, tapar y bajar temperatura a fuego lento. Dejar conservar hasta que la preparación este bien cocida. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Lentejas guisadas	Lenteja común, cruda	25	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego alto. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, ajo, pimentón, cilantro y cebollae. Realizar un sofrito. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Plátano popocho (chiro) en tajadas	Plátano popocho, verde, crudo	160	Limpiar y lavar los chiros con cascara . Retirar la cascara . Cortar en tajadas . Calentar el aceite en un sartén. Poner a freir las tajadas . Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, refinado, de girasol	6	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalda de lechuga, cebolla y tomate	Cebolla cabezona	21	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, lechuga la cebolla y limón. Eliminar las hojas de la lechuga que no estén en perfecto estado para su preparación y picar finamente en tiras delgadas. Picar en cubos pequeños el tomate y la cebolla en julianas (tiras delgadas). En un recipiente amplio mezclar las verduras. Agregar limón, sal y servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Tomate, pulpa	25	
		Lechuga comun	36	
		Limón	10	
		Sal	1	
CEREAL AZUCARES LACTEOS	Colada de avena en leche	Avena nacional, crudo	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves, agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Dejar enfriar. Licuar para evitar que queden grumos. Lleve a cocción nuevamente la preparación resultante con la panela hasta que se diluya por completo. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad.
		Panela	13	
		Leche de vaca, entera, en polvo	10	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP**	**1085342662**
FIRMA	Laura Roman			

MENÚ No. 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Pechuga de pollo sudado	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Papa común cocida	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	125	Lavar las papas y retirar toda la suciedad. En una olla añadir agua y las papas previamente lavadas, asegurándose que el agua cubra las mismas y deje cocinar. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalda de repollo con zanahoria	Repollo, hojas frescas	42	Lavar, desinfectar y enjuagar la zanahoria. Rallar la zanahoria. Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo. Eliminar las hojas que no estén en perfecto estado para su preparación. Picar finamente en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo
		Zanahoria, cruda	35	
		limon crudo	10	
FRUTA	Naranjada	Naranja	100	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupo de edad, dejar enfiar. Mientras se enfriar lavar, desinfectar las naranjas cortar a la mitad y exprimir la fruta mezclar con agua, agregar el azúcar, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frio.
		Azúcar, blanco	10	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP**	**MND 07528**
FIRMA	Laura Roman			

MENÚ No. 3

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res sudada	Res, carne magra, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla presión ponga la carne con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne de res. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		cebolla junta tallo cruda	8	
		Tomate crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	2	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Frijol rojo	Frijol bola roja, crudo	25	Dejar en remojo el fríjol desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar el fríjol con agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate y cebolla. Adicionar al recipiente donde está el fríjol, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje establecido.
		cebolla junta tallo cruda	8	
		Tomate crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Trocitos de yuca cocinada	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar la yuca. Cortar en trozos pequeños y retirar fibra del centro de las en astillas aconde a las porciones propuestas para cada grupo etario. En un recipiente hondo, cocinar la yuca con suficiente agua hasta que esté cocida y blanda. Retirar del fuego. Eliminar el exceso del agua y dejar reposar por algunos minutos. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de pepino con tomate	Pepino cohombro, sin cáscara	38	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y el pepino. Pelar los alimentos. Retirar la cascara. En un recipiente amplio agregar los vegetales. Mezclar los alimentos. Servir según gramaje del grupo etario.
		Tomate, pulpa	39	
		Limon, crudo	10	
CEREAL AZUCARES LACTEOS	Colada de arrocillo en leche	Arroz blanco, pulido, crudo	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del arrollo, panela y la leche en polvo. Lave el arrocillo, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. Lleve a cocción a fuego miedo con abundante agua hasta que hierva. Verificar que el arrocillo este tierno. Retirar del fuego y dejar que se enfríe un poco. Agregar la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Llevar a cocción nuevamente a fuego bajo, agregar la panela. Mezclar constantemente hasta que la panela se haya diluido por completo. Servir de acuerdo al gramaje establecido.
		Panela	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP**	**1085342662**
FIRMA	Laura Roman			

MENÚ No. 4				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
ALIMENTO PROTEICO	**Huevo cocinado**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lavar y desinfectar y enjuagar los huevos. Colocar los huevos en un recipiente hondo con agua suficiente que los cubra. Poner a cocinar durante 12-15 minutos aproximadamente. Retirar del fuego y eliminar el agua restante. Lavar con agua fría, para poder retirar la cascara con mayor facilidad. Pelar los huevos. Agregar sal. Servir.
		Sal	**1**	
CEREAL	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**50**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, refinado, de girasol	**2**	
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Sal	**1**	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	**Patacones de chiro**	Plátano popocho, verde, crudo	**166**	Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar el plátano. Fraccionar en trozos medianos. En un recipiente hondo agregar el aceite, precalentar a fuego medio alto. Una vez caliente el aceite, agregar los trozos de plátano uno a uno verificando que se doren de manera uniforme. Retirar del aceite y colocar a escurrir los excesos de aceite. Con el plátano aún caliente, aplastar los trozos de plátano con una pataconera o un utensilio de cocina que le permita aplastar el plátano. Con el aceite a fuego medio alto, freír los patacones hasta que tomen un tono dorado uniforme. Retirar del aceite y colocar a escurrir los excesos de aceite. Servir según gramaje de grupo etario.
		Aceite, refinado, de girasol	**6**	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	**Guiso de arveja verde, habichuela y zanahoria**	Arveja verde, cruda	**20**	Dejar en remojo las arvejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. Lavar, desinfectar, enjuagar la zanahoria, tomate, ajo, habichuela, cilantro, pimentón rojo y cebolla. Pelar y picar en cubos pequeños la zanahoria. En una olla ponga a cocinar los alimentos en agua a fuego medio- alto. Deje cocinar hasta que estén blandas. En un sartén aparte realizar un sofrito con la cebolla, tomate, ajo, pimentón rojo y cilantro finamente picados y aceite. Posteriormente, agregue las zanahorias, habichuelas y arvejas previamente cocinadas. Cocinar a fuego bajo y agregar un poco de agua de cocción obtenida anteriormente de las verduras. Mezclar muy bien por unos minutos. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	**23**	
		Habichuela, cruda	**22**	
		Cebolla junca, tallos, cruda	**12**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**5**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
JUGO	**Jugo de piña en agua**	Piña India, cruda	**97**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua la piña, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar, posteriormente adicionar azúcar y mezclar. Servir
		Azúcar blanco, granulado	**10**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 5				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
ALIMENTO PROTEICO	**Atún Guisado**	Atún, enlatado con aceite	**90**	Lavar y desinfectar el empaque del atún. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla y tomate. Abra la lata de atún y retire el exceso de aceite. Verter sobre el sofrito. Mezclar hasta que todos los ingredientes se hayan incorporado. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario.
		Tomate, pulpa	**6**	
		Cebolla cabezona	**5**	
CEREAL	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**25**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		sal	**4**	
		Aceite, refinado, de girasol	**2**	
	Espaguetis	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	**25**	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, cilantro, pimentón y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	**Papa comun cocinada**	Papa común, con cáscara, cruda	**125**	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Retire la cascara. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Escurrir las papas y dejarlas reposar por algunos minutos. Agregar sal. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Sal	**1**	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	**Ensalada de tomate de carne en casquitos**	Tomate, pulpa	**75**	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Pelar el alimento. Cortar en casquitos. Agregar limón y sal, mezclar y servir según gramaje del grupo etario
		Sal	**10**	
		Limón	**1**	
AZUCARES		Panela	**13**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
LACTEOS	**Agua de panela en leche**	Leche de vaca, entera, en polvo	**10**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 6				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
ALIMENTO PROTEICO	**Carne de cerdo frita**	Cerdo, carne magra, cruda	90,0	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate , cebolla y el empaque de la carne . Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida para el grupo de edad . Sazonar la carne con sal, cebolla, ajo, pimentón y tomate finamente picados. Precalentar un sartén con aceite . Cuando este caliente , ponga a freír los trozos de carne a fuego medio-bajo. Retirar del sartén cuando la carne este dorada por ambos lados. Servir caliente
		Ajo, crudo	2,0	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8,0	
		Aceite de soya	6,0	
		Sal	1,0	
CEREAL	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**50**	Mda la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, refinado, de girasol	**2**	
		Sal	**1**	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	**Yuca sudada**	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	**125**	Lavar, desinfectar , enjuager y pelar la yuca . Retirar fibra del centro de la misma . fraccionar acorde a las porciones propuestas para cada grupo etario . En un recipiente hondo , cocinar la yuca con suficiente agua hasta que esté cocida y blanda . Retirar del fuego . Eliminar el exceso del agua . Lavar, pelar y enjuagar la cebolla y tomate, picar finamente . En un sartén adicione el aceite , la cebolla , el tomate ya cortado dejar cocinar hasta conseguir un sofrito . Mezclar la yuca cocida con el sofrito y una cantidad pequeña de agua . Dejar cocinar a fuego lento. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	**Ensalada de repollo y zanahoria con sal y limon**	Repollo blanco, crudo	**42**	Lavar, desinfectar y enjuagar la zanahoria. Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, picar finamente y añadir en un recipiente amplio mezclar las verduras, agregar el limon y la sal. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	**35**	
		Limón, crudo	**10**	
		Sal	**1**	
JUGO	**Jugo de lulo en agua**	Lulo	**100**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua los lulos, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar, posteriormente adicionar azúcar y mezclar. Servir
		Azúcar blanca	**10**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 7				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
ALIMENTO PROTEICO	**Pechuga de pollo sudado**	Pollo, pechuga con piel, cruda	**90**	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del pollo .Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida para el grupo de edad . Sazonar el pollo con sal . Precalentar un sartén con aceite . Cuando este caliente , ponga a cocinar los trozos de pollo a fuego medio -bajo. Retirar del sartén cuando el pollo este bien cocido por ambos lados. Servir caliente.
		Cebolla junca, tallos, cruda	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		Aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
	Lenteja guisada	Lenteja común, cruda	**25**	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, tomate y sal. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	**8**	
		Tomate crudo	**6**	
		Aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**50**	Mda la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, refinado, de girasol	**2**	
		Sal	**1**	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	**Rodajas de papa común sudada**	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	**125**	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Retire la cascara y corete en rodajas. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Retirar del fuego. Eliminar el exceso del agua. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate, picar finamente. Hacer un sofrito con cebolla, tomate y aceite. Agregar al sofrito las papas cocinadas y una cantidad pequeña de agua. Dejar cocinar a fuego lento. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	**Tomate de carne en casquitos con sal y limon**	Tomate, pulpa	**75**	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Pelar el alimento. Retirar la cascara. Cortar en casquitos agregar sal. Lavar y exprimir el limón sobre el tomate. Servir según gramaje del grupo etario.
		Limón, crudo	**10**	
		Sal	**1**	
JUGO	**Colada de avena en leche**	Avena en hojuelas precocida	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del avena, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena y la panela. Deje cocinar hasta que el arrocillo esté suave. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar por unos minutos más hasta que la avena, panela y leche estén muy bien integrados. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad.
		Leche de Vaca entera en polvo	**13**	
		Azúcar	**10**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 8

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res sudada	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne. Fraccionar en cubos medianos. Agregar sal. En una olla presión adicionar la carne. Agregar agua suficiente de manera que cubra la carne. Poner a hervir a fuego medio alto. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, ajo, pimentón, cilantro y cebolla. Realizar un sofrito en un recipiente con cebolla, tomate sal y aceite. Agregar a la preparación. Una vez hierva, tapar y bajar temperatura a fuego lento. Dejar conservar hasta que la preparación esté bien cocida. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Fríjol rojo con plátano verde	Fríjol bola roja, crudo	25	Poner el fríjol en remojo el día anterior. Lavar y retirar el exceso de agua. Colocar la cantidad de agua requerida para la preparación de las porciones de sopa de fríjol en un recipiente hondo a fuego alto. Agregar el fríjol y cocinar con la sal hasta que esté al dente. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Picar finamente. Agregar la cebolla y el tomate previamente picados a la cocción. Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar el plátano verde. Picar en cubos pequeños y agregarlos a la cocción. Dejar hervir a fuego medio hasta que todos los ingredientes estén cocidos completamente y la sopa de fríjol obtenga una consistencia y apariencia densa esperada. Servir según el gramaje del grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
		Plátano hartón, verde, crudo	166	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Cebolla junca, tallos	8	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalda de lechuga, cebolla cabezona y tomate	Tomate,crudo	25	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, lechuga la cebolla y limón. Eliminar las hojas de la lechuga que no estén en perfecto estado para su preparación y picar finamente en tiras delgadas. Picar en cubos pequeños el tomate y la cebolla en julianas (tiras delgadas). En un recipiente amplio mezclar las verduras. Agregar limón, sal y servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Lechuga común	36	
		Limon	10	
		Cebolla cabezona	21	
		Sal	1	
JUGO	Limonada	azucar blanco	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, dejar enfriar. Mientras se enfriar lavar, desinfectar limones, pelar, porcionar, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar el azúcar, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frio.
		Limon	120	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662

FIRMA

MENÚ No. 9

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Atún Guisado	Atún, enlatado con aceite	90	Lavar y desinfectar el empaque del atún. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla y tomate. Abra la lata de atún y retire el exceso de aceite. Verter sobre el sofrito. Mezclar hasta que todos los ingredientes se hayan incorporado. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla cabezona	5	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	25	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite refinado de girasol	2	
		Sal	1	
	Espaguetis	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	25	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, ajo, pimentón, cilantroaceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate crudo	6	
		Sal	1	
		Aceite refinado de girasol	2	
		Cilantro	2	
		Pimenton	3	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE	Papa amarilla frita	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	125	Limpiar y lavar la papa amarilla. Colocar una palla con suficiente aceite y dejar fritar las papas a fuego medio-alto hasta que esten cocidas. Sacar, retirar el exceso de aceite, dejar reposar, trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad. Servir.
		Aceite de soya	6	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de cebolla cabezona y tomate con limon y sal	Tomate, crudo	37	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y la cebolla. Pelar los alimentos. Picar en cubos pequeños el tomate y la cebolla en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Lavar y exprimir el limón y colocarlo sobre la ensalada. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla cabezona, cruda	31	
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
CEREAL AZUCARES LACTEOS	Colada de arrocillo en leche	Arrocillo	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del arrocillo, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar el arrocillo y la panela. Deje cocinar hasta que el arrocillo esté suave. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar por unos minutos más hasta que el arrocillo, panela y leche estén muy bien integrados. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad.
		Panela	13	
		Leche de vaca, entera, en polvo	10	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662

FIRMA

MENÚ No. 10

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Huevo frito	Huevo de gallina	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lavar y desinfectar y enjuagar los huevos. Quebrar cada huevo por la mitad y de manera cuidadosa incorporar los huevos por tandas en un recipiente precalentado con aceite. Dejar freír a fuego medio el alimento por poco tiempo, hasta que el huevo tome consistencia, verificar que estén completamente fritos. Retirar y escurrir para eliminar cualquier exceso de aceite. Servir según gramaje de grupo etario.
		Aceite, refinado, de girasol	6	
		Sal	1	
	frijol rojo guisado	Fríjol bola roja, crudo	25	Dejar en remojo el fríjol desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar el fríjol en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, tomate y sal. Adicionar al recipiente donde están los fríjoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Plátano maduro cocinado	Plátano hartón, maduro, crudo	160	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Poner en una olla con suficiente agua, que cubra los plátanos. Cocinar a fuego medio- alto hasta que el plátano este blando. Sacar, retirar el exceso de agua, dejar reposar. Retirar la cascara y trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad. Servir.
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de repollo con zanahoria	Repollo blanco, crudo	42	Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo y zanahoria. Rallar la zanahoria. Picar finamente el repollo (tiras delgadas). En un recipiente mezclar y servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	
		Limón, crudo	10	
JUGO	Jugo de tomate de árbol en leche	Tomate de arbol	70	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua los tomates, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar.
		Azúcar, blanco	13	
		Leche de vaca en polvo entera	10	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662

FIRMA

MENÚ No. 11

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Pechuga pollo sudado	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	2	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Frijol rojo guisado	Fríjol bola roja, crudo	25	Dejar en remojo los fríjoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los fríjoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, ajo, pimentón, cilantro y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate y cebolla. Adicionar al recipiente donde están los fríjoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Pimentón, cilantro y cebolla.	2	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Patacones de plátano verde	Plátano hartón, verde, crudo	166	Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar el plátano. Fraccionar en trozos pequeños. En un recipiente hondo agregar el aceite, precalentar a fuego medio alto. Una vez caliente el aceite, agregar los trozos de plátano uno a uno verificando que se doren de manera uniforme. Retirar del aceite y colocar a escurrir los excesos de aceite. Con el plátano aún caliente, aplastar los trozos de plátano con una pataconera o un utensilio de cocina que le permita aplastar el plátano. Con el aceite a fuego medio alto, freír los patacones hasta que tomen un tono dorado uniforme. Retirar del aceite y colocar a escurrir los excesos de aceite. Servir según gramaje de grupo etario.
		Sal	2	
		Aceite, refinado, de girasol	6	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalda de tomate, cebolla cabezona y aguacate	Tomate, crudo	25	Lavar, desinfectar y enjuagar los aguacates, cebolla y tomates. Retirar la cascara. Cortar en tajadas, cortar en cubos el tomate y la cebolla en julianas (tiras delgadas). A parte lave el limón y escurra en la ensalada. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla cabezona, cruda	21	
		Aguacate Hass, Crudo	31	
		Limón, crudo	10	
CEREAL AZUCARES	Limonada	azucar blanco granulado	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la panela. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, dejar enfriar. Mientras se enfriar lavar, desinfectar limones, pelar, porcionar, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar la panela, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frio.
		limon crudo	120	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662

FIRMA

MENÚ No. 12

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Huevo revuelto	Huevo de gallina	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar . Lávelos y desinféctelos . Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo . Batir los huevos vigorosamente junto con la sal . Aparte , colocar un sartén a precalentar con aceite . Agregar los huevos al sartén , muévalos constantemente hasta que estén cocidos. Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Aceite de soya	2	
		sal	1	
	Lentejas guisadas	Lenteja común, cruda	25	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, tomate y sal. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Sirva de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Plátano amarillo en tajadas	Plátano hartón, maduro, crudo	160	Lavar, desinfectar y enjuagar los tomates. Pelar y picar en cubos pequeños. Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo. Eliminar las hojas que no estén en perfecto estado para su preparación. Picar finamente en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Lave el limón y escurra en la ensalada. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, refinado, de girasol	6	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de repollo con tomate	Repollo, hojas frescas	42	
		limón, crudo	10	
		Tomate, crudo	37	
CEREAL	Colada de harina de platano en leche	harina de platano	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, harina de platano y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la harina d eplatano. Deje cocinar . Dejar enfriar. . Lleve a cocción nuevamente la preparación resultante con la panela hasta que se diluya por completo, finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad.
AZUCARES		Panela	10	
LACTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662
FIRMA			

MENÚ No. 13

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res con verduras	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne . Fraccionar en cubos medianos . Agregar sal . En una olla presión adicionar la carne . Agregar suficiente agua de manera que cubra la carne . Poner a hervir a fuego medio alto. Lavar, desinfectar, enjuagar la zanahoria , habichuelas , tomate y cebolla. Pelar y picar en cubos pequeños la zanahoria y tomate . Pelar y picar finamente en tiras la cebolla . Desputar las habichuelas y picar finamente . Ponga a cocinar La zanahoria y habichuelas junto con la carne . Deje cocinar hasta que estén blandas . Retirar exceso de agua y reservar . En un sartén aparte hacer un sofrito con la cebolla , tomate, aceite y sal . Agregar al sartén la carne y resto de verduras . Cocinar a fuego bajo y agregar un poco de agua . Mezclar muy bien por unos minutos. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Arveja verde, cruda	10	
		Habichuela, cruda	11	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	12	
		Ajo, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Cilantro, crudo	2	
		Tomate, crudo	6	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Sirva de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Papa común frita	Papa común, con cáscara, cruda	125	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie . Retire la cascara y corete en rodajas. En un sartén, precalentar el aceite a fuego medio bajo . Agregar una a una las las papas hasta que estén doradas de manera uniforme . Retirar las papas del aceite y poner en un escurridor para eliminar el exceso de aceite. Agregar sal. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Aceite, refinado, de girasol	6	
		Sal	1	
FRUTA	Jugo de guayaba en leche	Guayaba	80	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupo de edad, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua las guayabas retirar la cascara, cortar en trozos ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar,colar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
		Azúcar, blanco	10	
		Leche de vaca en polvo entera	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662
FIRMA			

MENÚ No. 14

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Atún Guisado	Atún, enlatado en aceite	90	Lavar y desinfectar el empaque del atún. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, ajo, pimentón y tomate. Abra la lata de atún y retire el exceso de aceite. Verter sobre el sofrito. Mezclar hasta que todos los ingredientes se hayan incorporado. Retirar del fuego. Servir según
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla cabezona, cruda	5	
	Frijol Rojo	Frijol bola roja, crudo	25	Dejar en remojo el blanquillo desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar el blanquillo en agua a fuego medio- alto. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, tomate, aceite y sal. Adicionar al recipiente donde está el blanquillo, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Sirva de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Yuca cocinada	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	Limpiar y lavar la yuca sin cascara. Poner en una olla con suficiente agua que los cubra. Cocinar a fuego medio- alto hasta que la yuca esté blanda. Sacar, retirar el exceso de agua, dejar reposar, trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad. Servir.
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS CON LIMON Y SAL	Tomate, pulpa	75	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Pelar el alimento. Retirar la cascara. Cortar en casquitos, agregar sal. Servir según gramaje del grupo etario.
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
FRUTA	Jugo de lulo en agua	Lulo	100	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua los lulos, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar, posteriormente adicionar azúcar y mezclar. Servir
AZUCARES		Azúcar, blanco	10	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662
FIRMA			

MENÚ No. 15

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res sudada	Res, carne magra, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla presión ponga la carne con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne de res. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, pulido, crudo	25	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	2	
		Sal	1	
	Espaguetis	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	25	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Puré de papa amarilla	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	125	Limpiar y lavar la papa sin cascara. Poner en una olla con suficiente agua que los cubra. Cocinar a fuego medio- alto hasta que las papas estén blandas. Sacar, retirar el exceso de agua, dejar reposar y macerar. A parte realizar un sofrito con la cebolla, agregar a la papa y mezclar. Sirva teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad, quitar la cascara. Servir.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de pepino con tomate	Tomate, pulpa	38	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y el pepino. Pelar los alimentos. Retirar la cascara. En un recipiente amplio agregar los vegetales. Mezclar los alimentos. Servir según gramaje del grupo etario.
		Pepino	39	
		Limon	10	
CEREAL	Jugo de tomate en leche	Tomate de árbol rojo, crudo	80	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupo de edad, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua las guayabas retirar la cascara, cortar en trozos ponerlos en la licuadora junto con el agua y
LACTEOS		Azúcar blanco, granulado	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662
FIRMA			

MENÚ No. 16

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res frita	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne . Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida para el grupo de edad . Sazonar la carne con sal . Precalentar un sartén con aceite . Cuando este caliente ponga a freir los trozos de carne a fuego medio -bajo. Retirar del sartén cuando la carne esta dorada por ambos lados . Servir caliente.
		Ajo, crudo	2	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	6	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	25	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
	Espaguetis	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	25	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro	2	
		Pimenton	3	
		sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Papa común cocinada	Papa común, con cáscara, cruda	125	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Retire la cascara. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Escurrir las papas y dejarlas reposar por algunos minutos. Agregar sal, servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de lechuga con tomate	Lechuga común, cruda	54	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Pelar y picar en cubos pequeños el tomate. Lavar, desinfectar y enjuagar la lechuga. Eliminar las hojas que no estén en perfecto estado para su preparación. Picar finamente en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Lavar y escurrir el limón en la ensalada. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Tomate, crudo	37	
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
CEREAL	choclate en leche	chocolate en leche	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
AZUCARES		Panela	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662
FIRMA			

MENÚ No. 17				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Pechuga de pollo sudada	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Puré de papa amarilla	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	125	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Pelarlas. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Mientras se cocinan, lavar, desinfectar y enjuagar la cebolla, picar finamente. En un sarte agregue la cebolla junto al aceite y cocine afuego medio-bajo hasta que se haga un seofrito. Escurrir las papas, triturar las papas hasta obtener un puré, agregue sal y el sofrito, mezcle todos los ingredientes. Servir de acuerdo al gramaje establecido para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE DE CARNE LIMON Y SAL	Pepino cohombro, sin cáscara	39	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y el pepino. Pelar los alimentos. Retirar la cascara. En un recipiente amplio agregar los vegetales. Mezclar los alimentos. Servir según gramaje del grupo etario.
		Tomate, pulpa	38	
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
CEREAL	Jugo de maracuya en agua	Maracuya	188	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, dejar enfiar. Mientras se enfría lavar, desinfectar la maracuya, pelar, porcionar, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar el azúcar, revolver hastq que elendulzante se hata diluido. Servir frio.
LACTEOS		Azúcar, blanco	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662
FIRMA				

MENÚ No. 18				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res a la sudada	Res, carne magra, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla presión ponga la carne con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne de res. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	2	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Papa común cocinada	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	125	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Retire la cascara. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Escurrir las papas y dejarlas reposar por algunos minutos. Agregar sal. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Guiso de zanahoria	Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	Lavar, desinfectar, enjuagar la zanahoria . Pelar y picar en cubos . Colocar en un recipiente hondo la zanahoria con suficiente agua que las cubra a fuego alto medio . Una vez hiervan y la zanahoria esta blanda. Retirar el agua y escurrir. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla y tomate picar finamente . En un sartén adicionar la cebolla y el tomate finamente picado junto con aceite y hacer un sofrito . Mezclar la zanahoria cocida con el sofrito y una cantidad pequeña de agua. Dejar reservar a fuego lento. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	12	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	4	
		Cilantro, crudo	5	
		Pimentón rojo, crudo	6	
		Sal	1	
CEREAL	Limonada	Limón	120	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la panela. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, dejar enfriar. Mientras se enfría lavar, desinfectar limones, pelar, porcionar, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar la panela, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frio
LACTEOS		Panela	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662
FIRMA				

MENÚ No. 19				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Pechuga de pollo desmechada	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca, ajo, pimentón, cilantroaceite, sal y tomate. En una olla ponga abundante agua y deje conar el pollo, retire del agua y deje enfriar. Haga un buen lavado de sus manos y proceda a desmechar el pollo. Posteriormente ponega a cocinar junto con el sofrito. Retirar de la olla y deshilar o desmechar el pollo. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Frijol bola rojo con plátano verde	Frijol bola roja, crudo	25	Poner el frijol en remojo el día anterior. Lavar y retirar el exceso de agua. Colocar la cantidad de agua requerida para la preparación de las porciones de sopa de frijol en un recipiente hondo a fuego alto. Agregar el frijol y cocinar con la sal hasta que esté al dente. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla y tomate. Picar finamente. Agregar la cebolla y el tomate previamente picados a la cocción. Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar el plátano verde. Picar en cubos pequeños y agregarlos a la cocción. Dejar hervir a fuego medio hasta que todos los ingredientes estén cocidos completamente y la sopa de frijol obtenga una consistencia y apariencia densa esperada. Servir según el gramaje del grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
		Plátano popocho, verde (Chiro)	166	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de repollo con tomate de carne y limon y sal	Repollo blanco, crudo	42	Lavar, desinfectar y enjuagar los tomates. Pelar y picar en cubos pequeños. Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo. Eliminar las hojas que no estén en perfecto estado para su preparación. Picar finamente en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Tomate, crudo	38	
		Sal	1	
		Limón, crudo	10	
CEREAL	Colada de harina de platano en leche	Harina de platano	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la harina de plátano, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la harina de plátano y panela. Batir constantemente para evitar que se formen grumos. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar hasta que todos los ingredientes se integren adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo la cantidad establecida para cada grupo de edad.
AZUCARES		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
LACTEOS		Panela	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662
FIRMA				

MENÚ No. 20				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Huevo perico	Huevo de gallina	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar . Lávelos y desinfectelos . Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo . Batir los huevos vigorosamente junto con la sal . Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate . Aparte, colocar un sartén a precalentar . Agregar los huevos, la cebolla y tomate al sartén , muévalos constantemente hasta que estén cocidos . Retirar del fuego . Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite de soya	2	
		sal	1	
	Lenteja guisada	Lenteja común, cruda	25	Dejar en remojo las lentejas desde el día antetor a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego alto. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Yuca cocinada	yuca	125	Limpiar y lavar la yuca con cascara posteriormente pelarla y cortarle en trozos, despues poner en una olla con suficiente agua que los cubra. Cocinar a fuego medio- alto hasta que las yucas estén blandas. Sacar, retirar el exceso de agua, dejar reposar, trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad, quitar la cascara. Servir.
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de zanahoria con cebolla cabezona y tomate de carne	Cebolla cabezona, cruda	21	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, zanahoria y la cebolla. Pelar los alimentos. Rallar la zanahoria. Picar en cubos pequeños el tomate y la cebolla en tiras delgadas. Lave y escurra el limón sobre la ensalada. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Tomate, crudo	25	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	23	
		Sal	1	
		Limón, crudo	10	
CEREAL	Jugo de mango en leche	Mango	120	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego, dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua los mangos retirar la cascara, cortar en trozos y desechar la semilla, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar.
		Leche	13	
AZUCARES		azucar	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		LAURA ROMAN NIEVES	TP	1085342662
FIRMA				

Alimentos para Aprender | PAE | Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

F1.6 FORMATO LISTA DE INTERCAMBIO						
ALMUERZO RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	9-13 años 11 meses		OPERADOR			
DEPARTAMENTO	NARIÑO		MUNICIPIO			
GRUPO ETNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	PUEBLO AWA - SIN ASOCIACIÓN - CAMAWARI	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

COMPONENTE	LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
ALIMENTO PROTEÍCO	Carne de res
	Carne de pollo
	Carne de cerdo
	Huevo entero de gallina
	Atún en agua y/o aceite
	Fríjol rojo
	Fríjol lima
	Lenteja
CEREAL	Arroz blanco
	Maíz blanco trillado
	Arrocillo
	Cuchuco de maíz
	Avena en hojuelas
	Mote
	Fécula de maíz
	Harina de maíz
	Espaguetis
	Pastas enriquecidas para sopa
	Arveja verde
	Fríjol verde
	Choclo amarillo o blanco
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Arracacha blanca
	Papa criolla
	Papa común
	Plátano popocho verde (chiro)
	Plátano hartón maduro
	Yuca
	Plátano colí o guineo
VERDURAS	Acelga
	Auyama o zapallo
	Col
	Cebolla cabezona
	Habichuela
	Lechuga
	Pepino cohombro
	Pimentón
	Repollo común o morado
	Tomate chonto
	Zanahoria
FRUTA	Aguacate
	Banano
	Curuba
	Fresa
	Feijoa sin cáscara
	Granadilla
	Guanábana
	Guayaba
	Limón
	Lulo
	Maracuya
	Mandarina
	Mango
	Manzana roja/verde
	Mora
	Naranja
	Papaya
	Pera
	Piña
	Tomate de árbol
	Uvas
AZÚCARES	Azúcar granulada
	Azúcar morena
	Panela
GRASAS	Aceite de girasol
	Aceite de maíz
	Aceite de soya
	Aceite de palma
	Aceite de canola
	Margarinas suaves
	Mayonesa
	Mantequilla
LÁCTEOS	Leche de vaca líquida pasterizada
	Leche de vaca en polvo

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA LISTA DE INTERCAMBIOS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS
COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA

OPERADOR:	**AWA CON ASOCIACION INDUSTRIALIZADO**					
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**		
GRUPO ÉTNICO	**RAIZAL**		**ROM**		**AFROCOLOMBIANO /**	
	SIN PERTENENCIA		**INDÍGENA**	X		
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		**AWÁ CON ASOCIACIÓN**			
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO						

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
LÁCTEOS	AVENA UHT	LECHE ENTERA UHT	AVENA UHT	LECHE ENTERA UHT	LECHE SABORIZADA UHT
DERIVADOS DE CEREAL	PAN DE MANTEQUILLA	GALLETA INTEGRAL	GALLETA MUU	PALITROQUE	ROSCAS DE DULCE
FRUTAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA		PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	
AZÚCARES Y DULCES		PANELITA DE LECHE			DULCE DE LECHE CON COCO

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA UHT	LECHE ENTERA UHT	AVENA UHT	LECHE ENTERA UHT	AVENA UHT
DERIVADOS DE CEREAL	PAN DE SAL	ROSCAS DE DULCE	PALITROQUE	CUCAS	PALITROQUE
FRUTAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA		PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	
AZÚCARES Y DULCES			DULCE DE LECHE CON COCO		BOCADILLO DE GUAYABA

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA UHT	LECHE ENTERA UHT	AVENA UHT	AVENA UHT	LECHE ENTERA UHT
DERIVADOS DE CEREAL	GALLETA CRAKEÑA	ROSCAS DE DULCE	PALITROQUE	PAN DE QUESO	PALITROQUE
FRUTAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA			PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA
AZÚCARES Y DULCES		PANELITA DE LECHE	DULCE DE LECHE CON COCO		

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA UHT	AVENA UHT	LECHE ENTERA UHT	LECHE ENTERA UHT	AVENA UHT
DERIVADOS DE CEREAL	GALLETA DE AVENA	GALLETAS DUCALES	PALITROQUE	ROSCAS DE DULCE	PALITROQUE
FRUTAS Y DULCES	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA		PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	
AZÚCARES		BOCADILLO DE GUAYABA			PANELITA DE LECHE

Nota: Las frutas a entregar según tiempo de cosecha son: naranja, mandarina, banano, granadilla. No se permite la entrega de naranja y banano más de tres veces en el ciclo. Frutas: frescas y enteras.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**	
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRICULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Avena UHT**	Avena UHT	860	200	200	199,0	6,8	7,3	25,0	157,0	2,6
DERIVADO DE CEREAL	**Pan blanco de mantequilla**	Pan blanco	A060	70	70	274,0	10,5	14,7	50,8	56,0	2,6
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						536	18,33	22,6	89,05	226,14	5,72
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						24%	33%	36%	24%	21%	66%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	Angela Villota	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche entera pasteurizada UHT**	Leche entera pasteurizada UHT	632	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240,0	0,0
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Galleta integral	33	70	70	315	4,5	12,4	54,3	26,6	3
AZÚCAR Y DULCES	**Panelita de leche**	Panelita de leche	K034	20	20	108	0,9	0,5	25,0	44,7	0,4
TOTAL MENÚ						533,3	11,8	19,34	86,06	311,26	3,4
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						24%	21%	31%	24%	28%	39%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 3

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Avena UHT**	Avena UHT	860	200	200	199,0	6,8	7,3	25,0	157,0	2,6
DERIVADO DE CEREAL	**Galleta**	Galleta dulces	40	70	70	315,83	4,47	9,01	54,22	26,92	2,97
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						577,83	12,3	16,91	92,52	197,06	6,07
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						26%	22%	27%	25%	18%	70%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 4

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche entera pasteurizada UHT**	Leche entera pasteurizada UHT	632	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240,0	0,0
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Palitroque	693 TCAN	70	70	280,7	4,9	13,0	56,1	15,6	3,0
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						453,7	12,33	19,95	76,17	268,72	3,48
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						20%	22%	32%	21%	24%	40%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 5

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche saborizada UHT**	Leche entera pasteurizada saborizada	632	200	200	170,0	5,5	5,2	26,5	240,0	0,1
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Roscas dulces	106	70	70	277	8,4	12,3	58,6	39,4	4,2
AZÚCAR Y DULCES	**Dulce de leche y coco**	Dulce de leche con coco	703	20	20	155,2	1	8	12,9	36,9	1,7
TOTAL MENÚ						602,2	14,9	25,54	98	316,3	6,02
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						27%	27%	41%	27%	29%	69%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**		**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**	
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**		**MUNICIPIO**		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA

MENÚ No. 6

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche saborizada UHT**	Leche entera pasteurizada saborizada	632	200	200	170,0	5,5	5,2	26,5	240,0	0,1
DERIVADO DE CEREAL	**Pan de sal**	Pan blanco	A060	70	70	274,0	10,5	14,7	50,8	56,0	2,6
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						507	17,03	20,54	90,55	309,14	3,24
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						23%	30%	33%	25%	28%	37%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 7

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche entera pasteurizada UHT**	Leche entera pasteurizada UHT	632	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240,0	0,0
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Roscas dulces	106	70	70	277	8,4	12,3	58,6	39,4	4,2
FRUTA	Fruta de cosecha	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						450	15,83	19,3	78,7	292,54	4,7
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						20%	28%	31%	22%	27%	54%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**				**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**	
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**				**MUNICIPIO**		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 8

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Avena UHT**	Avena UHT	860	200	200	199,0	6,8	7,3	25,0	157,0	2,6
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Palitroque	693 TCAN	70	70	280,7	4,9	13,0	56,1	15,6	3,0
AZÚCAR Y DULCES	**Dulce de leche y coco**	Dulce de leche con coco	703	20	20	155,2	1	8	12,9	36,9	1,7
TOTAL MENÚ						634,9	12,7	28,25	93,97	209,48	7,28
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						28%	23%	45%	26%	19%	84%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 9

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche entera pasteurizada UHT**	Leche entera pasteurizada UHT	632	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240,0	0,0
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Cucas	909	70	70	277	5,3	6,5	58,3	26,6	0,7
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						450	12,73	13,5	78,4	279,74	1,2
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						20%	23%	22%	21%	25%	14%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	Angela Villota	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 10

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Avena UHT**	Avena UHT	860	200	200	199,0	6,8	7,3	25,0	157,0	2,6
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Palitroque	693 TCAN	70	70	280,7	4,9	13,0	56,1	15,6	3,0
AZÚCAR Y DULCES	**Bocadillo de guayaba**	Bocadillo veleño	692	20	20	63,6	1	0,2	16	5	0,2
TOTAL MENÚ						543,3	12,7	20,45	97,07	177,58	5,78
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						24%	23%	33%	27%	16%	66%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 11

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche saborizada UHT**	Leche entera pasteurizada saborizada	632	200	200	170,0	5,5	5,2	26,5	240,0	0,1
DERIVADO DE CEREAL	**Galleta**	Galleta crakeña	33	70	70	315	4,5	12,4	54,3	26,6	3
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						548	11,03	18,24	94,1	279,74	3,62
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						24%	20%	29%	26%	25%	42%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 12

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	Avena UHT	Leche entera pasteurizada UHT	632	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240,0	0,0
DERIVADO DE CEREAL	Alimentos preparados	Roscas dulces	106	70	70	277	8,4	12,3	58,6	39,4	4,2
AZÚCAR Y DULCES	Panelita de leche	Panelita de leche	722	20	20	108,3	0,9	0,5	25	44,7	0,4
TOTAL MENÚ						495,3	15,7	19,2	90,4	324,1	4,6
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						22%	28%	31%	25%	29%	53%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 13

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche entera pasteurizada UHT**	Avena UHT	860	200	200	199,0	6,8	7,3	25,0	157,0	2,6
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Palitroque	693 TCAN	70	70	280,7	4,9	13,0	56,1	15,6	3,0
AZÚCAR Y DULCES	**Dulce de leche y coco**	Dulce de leche con coco	703	20	20	155,2	1	8	12,9	36,9	1,7
TOTAL MENÚ						634,9	12,7	28,25	93,97	209,48	7,28
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						28%	23%	45%	26%	19%	84%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 14

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Avena UHT**	Avena UHT	860	200	200	199,0	6,8	7,3	25,0	157,0	2,6
DERIVADO DE CEREAL	**Pan**	Pan de queso	79	70	70	250	4,5	9,3	58,6	85,6	0,8
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						512	12,33	17,2	96,9	255,74	3,9
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						23%	22%	28%	27%	23%	45%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 15

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche entera pasteurizada UHT**	Leche entera pasteurizada UHT	632	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240,0	0,0
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Palitroque	693 TCAN	70	70	280,7	4,9	13,0	56,1	15,6	3,0
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						453,7	12,33	19,95	76,17	268,72	3,48
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						20%	22%	32%	21%	24%	40%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 16

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche saborizada UHT**	Leche entera pasteurizada saborizada	632	200	200	170,0	5,5	5,2	26,5	240,0	0,1
DERIVADO DE CEREAL	**Galleta**	Galleta de avena	751	70	70	304	4,8	6	52,2	26,6	2,1
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						537	11,33	11,84	92	279,74	2,72
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						24%	20%	19%	25%	25%	31%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 17

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Avena UHT**	Avena UHT	860	200	200	199,0	6,8	7,3	25,0	157,0	2,6
DERIVADO DE CEREAL	**Galleta ducales**	Galleta ducales	34	70	70	331	4,1	11,2	55,7	45,2	2,5
AZÚCAR Y DULCES	**Bocadillo de guayaba**	Bocadillo veleño	692	20	20	84,8	1,2	0,4	27,7	30,1	0,2
TOTAL MENÚ						614,8	12,1	18,9	108,4	232,3	5,3
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						27%	22%	30%	30%	21%	61%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 18

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche entera pasteurizada UHT**	Leche entera pasteurizada UHT	632	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240,0	0,0
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Palitroque	114	70	70	288,4	8,4	6,7	48	15,4	3,1
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						461,4	15,83	13,7	68,1	268,54	3,6
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						21%	28%	22%	19%	24%	41%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

Alimentos para Aprender

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 19

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Avena UHT**	Leche entera pasteurizada UHT	632	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240,0	0,0
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Roscas dulces	106	70	70	277	8,4	12,3	58,6	39,4	4,2
FRUTA	**Fruta de cosecha**	Varios	Promedio	100	100	63	1,03	0,6	13,3	13,14	0,5
TOTAL MENÚ						450	15,83	19,3	78,7	292,54	4,7
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						20%	28%	31%	22%	27%	54%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA AWÁ CON ASOCIACIÓN

GRUPO DE EDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWÁ CON ASOCIACIÓN		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 20

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LÁCTEOS	**Leche entera pasteurizada UHT**	Avena UHT	860	200	200	199,0	6,8	7,3	25,0	157,0	2,6
DERIVADO DE CEREAL	**Alimentos preparados**	Palitroque	693 TCAN	70	70	280,7	4,9	13,0	56,1	15,6	3,0
AZÚCAR Y DULCES	**Panelita de leche**	Panelita de leche	722	20	20	108,3	0,9	0,5	25	44,7	0,4
TOTAL MENÚ						588	12,6	20,75	106,07	217,28	5,98
RECOMENDACIÓN						2245	56,1	62,4	364,8	1100	8,7
% ADECUACIÓN						26%	22%	33%	29%	20%	69%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**		
FIRMA	ANGELA VILLOTA	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD 5018**

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

LISTA DE INTERCAMBIOS						
COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADA GENERAL AWÁ CON ASOCIACIÓN						
GRUPO DE EDAD	**9 A 13 AÑOS 11 MESES**		**OPERADOR**	**AWÁ CON ASOCIACIÓN**		
DEPARTAMENTO	**Nariño**		**MUNICIPIO**			
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA**	**X**	**COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA**	AWÁ CON ASOCIACIÓN	**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	RAIZAL		**ROM**		**SIN PERTENENCIA ÉTNICA**	
COMPONENTE	**LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO**					
LÁCTEOS	Avena UHT					
	Leche entera pasteurizada UHT					
	Leche saborizada UHT					
DERIVADO DE CEREAL	Ponqué					
	Galletas tipo sanduche					
	Galleta cuca					
	Mantecada					
	Galletas ducales					
	Moncaiba					
	Galletas crakeñas					
	Galletas de soda					
	Galletas integrales					
	Palitroque					
	Roscas dulces					
FRUTA	Pera, mandarina, manzana, naranja, banano, mango, granadilla, chiro					
AZÚCAR Y DULCES	Panelitas de leche					
	Dulce de leche					
	Bocadillo					
	Cocada					
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA LISTA DE INTERCAMBIOS	**ANGELA MARIA VILLOTA IBARRA**					
FIRMA	ANGELA VILLOTA			**MATRÍCULA PROFESIONAL**		**COLNUD-15018**

Alimentos para Aprender | PAE | Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS

ALMUERZO PREPARADO EN SITIO

OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	NARIÑO			MUNICIPIO	
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X	
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
ALIMENTO PROTEÍCO	ATUN GUISADO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA / FRIJOL ROJO	HUEVO COCINADO	CARNE DE RES GUISADA / LENTEJA GUISADA
CEREAL	ESPAGUETTIS / ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA COMUN COCINADA	PAPA COMUN COCIDA	TROCITOS DE YUCA COCINADA	PATACONES DE PLÁTANO VERDE	PLATANO AMARILLO EN RODAJAS
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GUISO DE ARVEJA VERDE, HABICHUELA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE	TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE
BEBIDA	AGUA DE PANELA EN LECHE	NARANJADA	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE	JUGO DE PIÑA EN AGUA	COLADA DE AVENA EN LECHE

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO FRITO / LENTEJA GUISADA	ATUN (ACEITE) GUISADO	CARNE DE RES SUDADA / FRIJOL ROJO CON PLATANO VERDE	CARNE DE CERDO FRITA	PECHUGA DE POLLO SUDADO / FRIJOL ROJO
CEREAL	ARROZ BLANCO	ESPAGETTIS / ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PLATANO MADURO COCINADO	PAPA AMARILLA FRITA	PALATO INCLUIDO EN FRJOL	YUCA SUDADA	RODAJAS DE PAPA COMUN SUDADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	ENSALADA DE CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE CON LIMON Y SAL	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA CON SAL Y LIMÓN	TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS CON SAL Y LIMON
BEBIDA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL EN LECHE	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE (GRANILLO)	LIMONADA	JUGO DE LULO EN AGUA	COLADA DE AVENA EN LECHE

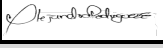
SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO REVUELTO / LENTEJAS GUISADAS	PECHUGA DE POLLO SUDADO / FRIJOL ROJO	CARNE DE RES CON VERDURAS (ARVEJA VERDE, HABICHUELAS, ZANAHORIA, TOMATE DE CARNE Y CEBOLLA CABEZONA)	ATUN GUISADO / BLANQUILLO GUISADO	CARNE DE RES SUDADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS CON ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PLATANO AMARILLO EN TAJADAS	PATACONES DE PLÁTANO VERDE	PAPA COMÚN FRITA	YUCA COCINADA	PURE DE PAPA AMARILLA
ENSALADA	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y AGUACATE	VERDURAS EN LA CARNE	TOMATE EN CASQUITOS CON LIMON Y SAL	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE CON LIMON Y SAL
BEBIDA	COLADA DE HARINA DE PLATANO EN LECHE	LIMONADA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	JUGO DE LULO EN AGUA	JUGO DE TOMATE EN LECHE

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO PERICO / LENTEJA GUISADA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA DE POLLO DESMECHADO / FRIJOL ROJO GUISADO CON PLATANO VERDE	CARNE DE RES FRITA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS (PIMENTON) / ARROZ BLANCO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA O YUCA COCINADA	PURÉ DE PAPA AMARILLA	PAPA COMÚN FRITA		PAPA COMUN COCINADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE ZANAHORIA CON CEBOLLA CABEZONA Y TOMATE DE CARNE	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE CON LIMON Y SAL	GUISO DE ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE, LIMON Y SAL	ENSALADA DE LECHUGA CON TOMATE, LIMON Y SAL
BEBIDA	JUGO DE MANGO EN LECHE	JUGO DE MARACUYA EN AGUA	LIMONADA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE

Nota: Frutas jugo con leche: papaya, banano, guayaba, curuba, tomate de arbol, mango. Fruta jugo en agua: naranja, maracuya, guayaba, piña, tomate de arbol, mango, mora.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO	
FIRMA		MATRICULA PROFESIONAL	1233194602

PAE

MENÚ No. 1

COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO** (ingredientes)	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**PESO NETO CRUDO (g)**	**PESO NETO COCIDO (g)**	**VALORES Y PORCENTAJES**						**PORCIÓN SERVIDA**
							CALORÍAS (kcal)	**PROTEÍNA (g)**	**GRASA (g)**	**CHO (g)**	**FIBRA (g)**	**SODIO (mg)**	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO 13: CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	ATÚN ESMIGADO	Pollo, pechuga sin piel, cruda	2001	30	30	36,9	6,69	0,9	0	0	21	30 g
			Tomate, crudo	9154	3	3	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
			Atún enlatado en aceite, escurrido	6047	3	2,73	3,6	0,8463	0,0819	0,0273	0	1,19	
		ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	2005	15	45	55,65	1,275	0,3	12,3225	0,21	0,3	150 g
			Arveja fresca, entera, cruda	9065	3	3	1,14	0,0783	0,0042	0,2172	0,06	0,24	
			Aceite de oliva	6054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
LENTEJAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ENSALADITA	Pepino almacarena, pedepepino, crudo	2,019	30	45	10,35	0,45	0,105	1,8225	0,24	0,45	90 g
			Arveja fresca, entera, cruda	9065	3	3	1,14	0,0783	0,0042	0,2172	0,06	0,24	
			Tomate, crudo	9154	3	3	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
			Aceite de oliva	6054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Cebolla, cruda	9020	3	2,7	1,08	0,0405	0,027	0,2322	0,09	0,27	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
FARINÁCEOS DE ALTO CONSUMO DE AZÚCARES Y GRASAS SATURADAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PAPA SOMBRA ARREPANA	Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	0,58 g
			Papa, amarilla criolla, pulpa, con cáscara, cruda	9,015	150	90	81	1,71	0,27	17,73	1,5	1,5	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
VERDURAS FRUTAS Y CALDOSO	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	CUCHO DE LECHUGA, APIO Y ZANAHORIA	Remolacha, de Mesa, cruda	9,114	30	12,9	0,3483	0,1548	0,0129	1,8321	0,3741	0,0258	30 g
			Zanahoria, cruda	9,060	3	2,7	1,08	0,0243	0,0027	0,2322	0,081	0,027	
			Lechuga crespa, cruda	9,066	3	2,7	0,54	0,0405	0,0027	0,1269	0,135	0,0135	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Cebolla, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,027	0,2322	0,09	0,27	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
BEBIDA	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	AGUA DE PANELA CON LIMÓN	Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	9,068	15	15	74,07	3,474	3,186	4,548	1,842	3,486	
ADICIONES			Panela	1,063	10	10	38,2	0,01	0,01	9,81	0,2	0,19	

TOTAL MENÚ	**852,6**	**40,6**	**13,1**	**127,2**	**5,6**	**1.194**
%VCT PREPARACIÓN	**100%**	**19%**	**14%**	**60%**	**26%**	**140%**
% ADECUACIÓN	**43%**	**74%**	**24%**	**42%**	**19%**	**60%**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ: ANA ANDREA RODRIGUEZ VALDES

FIRMA: _____ NO. MATRICULA: _____

MENÚ No. 2

COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO** (ingredientes)	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**PESO NETO CRUDO (g)**	**PESO NETO COCIDO (g)**	**VALORES Y PORCENTAJES**						**PORCIÓN SERVIDA**
							CALORÍAS (kcal)	**PROTEÍNA (g)**	**GRASA (g)**	**CHO (g)**	**FIBRA (g)**	**SODIO (mg)**	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO 13: CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES GUISADA	Res, carne magra, cruda	7,006	30	30	36,9	6,69	0,9	0	0	21	30 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,0027	0,2322	0,09	0,27	
			Tomate, crudo	9,154	3	2,7	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
			Ajo, crudo	9,069	3	1,5	4,785	0,2091	0,0057	0,7467	0,15	0,0027	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Cilantro, crudo	9,023	3	1,5	0,795	0,0411	0,0105	0,1362	1,275	0,0342	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
LENTEJAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ BLANCO	Papa, amarilla criolla, pulpa, con cáscara, cruda	9,015	150	90	81	1,71	0,27	17,73	1,5	1,5	150 g
			Arroz blanco, pulido, crudo	2005	15	45	55,65	1,275	0,3	12,3225	0,21	0,3	
			Arveja fresca, entera, cruda	9,065	3	3	1,14	0,0783	0,0042	0,2172	0,06	0,24	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
FARINÁCEOS DE ALTO CONSUMO DE AZÚCARES Y GRASAS SATURADAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PAPA SOMBRA ARREPANA	Papa, amarilla criolla, pulpa, con cáscara, cruda	9,015	150	90	81	1,71	0,27	17,73	1,5	1,5	150 g
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Remolacha, de Mesa, cruda	9,114	30	12,9	0,3483	0,1548	0,0129	1,8321	0,3741	0,0258	30 g
			Repollo morado, crudo	9,066	3	2,7	0,81	0,0405	0,0027	0,1269	0,135	0,0135	
VERDURAS FRUTAS Y CALDOSO	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE REPOLLO MORADO	Zanahoria, cruda	9,060	3	2,7	1,08	0,0243	0,0027	0,2322	0,081	0,027	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
BEBIDA	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	AGUA DE PANELA CON LIMÓN	Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	9,068	15	15	74,07	3,474	3,186	4,548	1,842	3,486	
ADICIONES			Panela	1,063	10	10	38,2	0,01	0,01	9,81	0,2	0,19	

TOTAL MENÚ	**852,6**	**40,6**	**13,1**	**127,2**	**5,6**	**1.194**
%VCT PREPARACIÓN	**100%**	**19%**	**14%**	**60%**	**26%**	**140%**
% ADECUACIÓN	**43%**	**74%**	**24%**	**42%**	**19%**	**60%**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ: ANA ANDREA RODRIGUEZ VALDES

FIRMA: _____ NO. MATRICULA: _____

MENÚ No. 3

COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO** (ingredientes)	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**PESO NETO CRUDO (g)**	**PESO NETO COCIDO (g)**	**VALORES Y PORCENTAJES**						**PORCIÓN SERVIDA**
							CALORÍAS (kcal)	**PROTEÍNA (g)**	**GRASA (g)**	**CHO (g)**	**FIBRA (g)**	**SODIO (mg)**	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO 13: CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES GUISADA	Res, carne magra, cruda	7,006	30	30	36,9	6,69	0,9	0	0	21	30 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,0027	0,2322	0,09	0,27	
			Tomate, crudo	9,154	3	2,7	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
			Ajo, crudo	9,069	3	1,5	4,785	0,2091	0,0057	0,7467	0,15	0,0027	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Cilantro, crudo	9,023	3	1,5	0,795	0,0411	0,0105	0,1362	1,275	0,0342	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO 13: CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL BLUE LAKE	Papa, amarilla criolla, pulpa, con cáscara, cruda	9,015	150	90	81	1,71	0,27	17,73	1,5	1,5	150 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,0027	0,2322	0,09	0,27	
			Tomate, crudo	9,154	3	2,7	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Cebolla, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,027	0,2322	0,09	0,27	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
LENTEJAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	2005	15	45	55,65	1,275	0,3	12,3225	0,21	0,3	150 g
			Arveja fresca, entera, cruda	9,065	3	3	1,14	0,0783	0,0042	0,2172	0,06	0,24	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
FARINÁCEOS DE ALTO CONSUMO DE AZÚCARES Y GRASAS SATURADAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PLÁTANO HARTÓN VERDE	Plátano hartón verde, cocido, sin cáscara	9,009	150	90	108	1,17	0,36	27,72	2,4	1,5	150 g
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Tomate, crudo	9,154	3	2,7	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
VERDURAS FRUTAS Y CALDOSO	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y PIMENTÓN	Cebolla junca, tallos, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,027	0,2322	0,09	0,27	90 g
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
BEBIDA	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	LIMONADA NATURAL	Limón, crudo	9,038	30	30	8,7	0,3	0,3	2,7	0,9	0,3	200 cm3
ADICIONES			Azúcar blanca, granulada	1,064	10	10	39,7	0	0	9,91	0	0,01	

TOTAL MENÚ	**852,6**	**40,6**	**13,1**	**127,2**	**5,6**	**1.194**
%VCT PREPARACIÓN	**100%**	**19%**	**14%**	**60%**	**26%**	**140%**
% ADECUACIÓN	**43%**	**74%**	**24%**	**42%**	**19%**	**60%**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ: ANA ANDREA RODRIGUEZ VALDES

FIRMA: _____ NO. MATRICULA: _____

MENÚ No. 4

COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO** (ingredientes)	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**PESO NETO CRUDO (g)**	**PESO NETO COCIDO (g)**	**VALORES Y PORCENTAJES**						**PORCIÓN SERVIDA**
							CALORÍAS (kcal)	**PROTEÍNA (g)**	**GRASA (g)**	**CHO (g)**	**FIBRA (g)**	**SODIO (mg)**	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO 13: CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PANELA CRUDA	Pollo, pechuga sin piel, cruda	2001	30	30	36,9	6,69	0,9	0	0	21	30 g
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Tomate, crudo	9,154	3	2,7	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
			Atún enlatado en aceite, escurrido	6,047	3	2,73	3,6	0,8463	0,0819	0,0273	0	1,19	
		ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	2005	15	45	55,65	1,275	0,3	12,3225	0,21	0,3	150 g
			Arveja fresca, entera, cruda	9,065	3	3	1,14	0,0783	0,0042	0,2172	0,06	0,24	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
LENTEJAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ENSALADITA	Pepino almacarena, pedepepino, crudo	2,019	30	45	10,35	0,45	0,105	1,8225	0,24	0,45	90 g
			Arveja fresca, entera, cruda	9,065	3	3	1,14	0,0783	0,0042	0,2172	0,06	0,24	
			Tomate, crudo	9,154	3	3	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Cebolla, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,027	0,2322	0,09	0,27	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
FARINÁCEOS DE ALTO CONSUMO DE AZÚCARES Y GRASAS SATURADAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PAPA SOMBRA ARREPANA	Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	0,58 g
			Papa, amarilla criolla, pulpa, con cáscara, cruda	9,015	150	90	81	1,71	0,27	17,73	1,5	1,5	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
VERDURAS FRUTAS Y CALDOSO	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE REPOLLO MORADO	Remolacha, de Mesa, cruda	9,114	30	12,9	0,3483	0,1548	0,0129	1,8321	0,3741	0,0258	30 g
			Repollo morado, crudo	9,066	3	2,7	0,81	0,0405	0,0027	0,1269	0,135	0,0135	
			Zanahoria, cruda	9,060	3	2,7	1,08	0,0243	0,0027	0,2322	0,081	0,027	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
BEBIDA	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	AGUA DE PANELA CON LIMÓN	Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	9,068	15	15	74,07	3,474	3,186	4,548	1,842	3,486	
ADICIONES			Panela	1,063	10	10	38,2	0,01	0,01	9,81	0,2	0,19	

TOTAL MENÚ	**852,6**	**40,6**	**13,1**	**127,2**	**5,6**	**1.194**
%VCT PREPARACIÓN	**100%**	**19%**	**14%**	**60%**	**26%**	**140%**
% ADECUACIÓN	**43%**	**74%**	**24%**	**42%**	**19%**	**60%**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ: ANA ANDREA RODRIGUEZ VALDES

FIRMA: _____ NO. MATRICULA: _____

MENÚ No. 5

COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO** (ingredientes)	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**PESO NETO CRUDO (g)**	**PESO NETO COCIDO (g)**	**VALORES Y PORCENTAJES**						**PORCIÓN SERVIDA**
							CALORÍAS (kcal)	**PROTEÍNA (g)**	**GRASA (g)**	**CHO (g)**	**FIBRA (g)**	**SODIO (mg)**	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO 13: CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES GUISADA	Res, carne magra, cruda	7,006	30	30	36,9	6,69	0,9	0	0	21	30 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,0027	0,2322	0,09	0,27	
			Tomate, crudo	9,154	3	2,7	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
			Ajo, crudo	9,069	3	1,5	4,785	0,2091	0,0057	0,7467	0,15	0,0027	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Cilantro, crudo	9,023	3	1,5	0,795	0,0411	0,0105	0,1362	1,275	0,0342	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO 13: CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	ESPECIAL RELLO CON PLÁTANO VERDE	Papa, amarilla criolla, pulpa, con cáscara, cruda	9,015	150	90	81	1,71	0,27	17,73	1,5	1,5	150 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,027	0,2322	0,09	0,27	
			Tomate, crudo	9,154	3	2,7	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Cebolla, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,027	0,2322	0,09	0,27	
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
LENTEJAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ BLANCO	Plátano hartón verde, cocido, sin cáscara	9,009	150	90	108	1,17	0,36	27,72	2,4	1,5	150 g
			Arroz blanco, pulido, crudo	2005	15	45	55,65	1,275	0,3	12,3225	0,21	0,3	
			Arveja fresca, entera, cruda	9,065	3	3	1,14	0,0783	0,0042	0,2172	0,06	0,24	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
FARINÁCEOS DE ALTO CONSUMO DE AZÚCARES Y GRASAS SATURADAS	GRUPO 1: CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PLÁTANO HARTÓN VERDE	Plátano hartón verde, cocido, sin cáscara	9,009	150	90	108	1,17	0,36	27,72	2,4	1,5	150 g
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
			Aceite de oliva	6,054	1	3	30	0	3	0	0	0	
			Tomate, crudo	9,154	3	2,7	0,54	0,0252	0,0036	0,1092	0,036	0,54	
VERDURAS FRUTAS Y CALDOSO	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y PIMENTÓN	Cebolla junca, tallos, cruda	9,020	3	2,7	1,08	0,0405	0,027	0,2322	0,09	0,27	90 g
			Pimentón, rojo, crudo	9,065	3	2,73	0,819	0,0273	0,0273	0,1911	0,1092	0,2184	
			Sal	1,075	1	1	0	0	0	0	0	0,58	
BEBIDA	GRUPO 11: FRUTAS Y VERDURAS	LIMONADA NATURAL	Limón, crudo	9,038	30	30	8,7	0,3	0,3	2,7	0,9	0,3	200 cm3
ADICIONES			Azúcar blanca, granulada	1,064	10	10	39,7	0	0	9,91	0	0,01	

TOTAL MENÚ	**852,6**	**40,6**	**13,1**	**127,2**	**5,6**	**1.194**
%VCT PREPARACIÓN	**100%**	**19%**	**14%**	**60%**	**26%**	**140%**
% ADECUACIÓN	**43%**	**74%**	**24%**	**42%**	**19%**	**60%**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORÓ EL MENÚ: ANA ANDREA RODRIGUEZ VALDES

FIRMA: _____ NO. MATRICULA: _____

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	INGREDIENTES - ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DE ALIMENTO	Peso neto (g) / UD	Peso bruto (g) / UD	CALIDAD NUTRICIONAL					FUNCIÓN GENERAL
							Proteína (g)	Carbohidratos (g)	Grasa (g)	Fibra (g)	Calorías (kcal)	
ALIMENTOS PROTEICOS	GRUPO 12. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, PRODUCTOS DE SOYA, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	Pollo, pechuga sin piel, cruda	1108	1	227	0.2268	0.0000	0.0454	0.0000	0.2041	Proteína
			Salchicha ave, tajada, cruda	8035	1	57	0.0855	0.0000	0.0285	0.0000	0.0855	
			Frijoles, cruda	8102	1	227	0.1362	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	
			Ajo, crudo	8005	1	3.5	0.0196	0.0000	0.0007	0.0007	0.0105	
			Aceite de oliva	8016	1	14	0	0	0	0	0	
			Cebolla, cruda	8030	1	1.5	0.0135	0.0031	0.0000	0.0005	0.0060	
			Pimentón, rojo, crudo	8048	1	2.25	0.0020	0.0053	0.0000	0.0023	0.0068	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
CEREALES	GRUPO 7. CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ DE ARROZ	Arroz blanco, pulido, crudo	4028	1	50	0.0413	0.0178	0.0	0.0000	0.0	Carbohidratos
			Aceite de oliva	8016	1	4	0	0	0	0	0	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
VERDURAS, HORTALIZAS, FRUTAS FRESCAS Y SU JUGO	GRUPO 1. VERDURAS, HORTALIZAS, FRUTAS FRESCAS Y SU JUGO	PUNTA GUAMBA PICADA	Punta cuambia/chilacuan, cruda, con cáscara, picada	8070	100	100	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Vitaminas
			Cebolla puerro, tallos, cruda	8030	1	2.5	0.0225	0.0051	0.0000	0.0008	0.0100	
			Aceite de oliva	8016	1	14	0	0	0	0	0	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
AZÚCARES Y GRASAS	GRUPO 5. AZÚCARES Y GRASAS	PREPARACIÓN MULTIFRUTAS CON TORONJA DE 1 FRUTA Y AGUA Y AZÚCAR	Piña, cruda	8077	1	165.5	0.1490	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	Grasa
			Fresas, crudas	8104	1	12	0.0120	0.0077	0.0000	0.0024	0.0000	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
BEBIDAS	GRUPO 5. AZÚCARES Y GRASAS	AGUA DE BEBIDA	Bebida hidratante, sabor, cruda	1106	100	99.75	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	Agua
PREPARACIONES			Jarabe Natural, preparado	1000	1	15	0.01	0.01	0.01	0	0.04	
VARIOS												

							CALIDAD NUTRICIONAL					
							Proteína (g)	Carbohidratos (g)	Grasa (g)	Fibra (g)	Calorías (kcal)	
							0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
							0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

							CALIDAD NUTRICIONAL					
							Proteína (g)	Carbohidratos (g)	Grasa (g)	Fibra (g)	Calorías (kcal)	
							0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
							0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	INGREDIENTES - ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DE ALIMENTO	Peso neto (g) / UD	Peso bruto (g) / UD	CALIDAD NUTRICIONAL					FUNCIÓN GENERAL
							Proteína (g)	Carbohidratos (g)	Grasa (g)	Fibra (g)	Calorías (kcal)	
ALIMENTOS PROTEICOS	GRUPO 12. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, PRODUCTOS DE SOYA, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	Pollo, pechuga sin piel, cruda	1108	1	227	0.2268	0.0000	0.0454	0.0000	0.2041	Proteína
			Salchicha ave, tajada, cruda	8035	1	57	0.0855	0.0000	0.0285	0.0000	0.0855	
			Frijoles, cruda	8102	1	227	0.1362	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	
			Ajo, crudo	8005	1	3.5	0.0196	0.0000	0.0007	0.0007	0.0105	
			Aceite de oliva	8016	1	14	0	0	0	0	0	
			Cebolla, cruda	8030	1	1.5	0.0135	0.0031	0.0000	0.0005	0.0060	
			Pimentón, rojo, crudo	8048	1	2.25	0.0020	0.0053	0.0000	0.0023	0.0068	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
CEREALES	GRUPO 7. CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ DE ARROZ	Arroz blanco, pulido, crudo	4028	1	50	0.0413	0.0178	0.0	0.0000	0.0	Carbohidratos
			Aceite de oliva	8016	1	4	0	0	0	0	0	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
VERDURAS, HORTALIZAS, FRUTAS FRESCAS Y SU JUGO	GRUPO 1. VERDURAS, HORTALIZAS, FRUTAS FRESCAS Y SU JUGO	PUNTA GUAMBA PICADA	Punta cuambia/chilacuan, cruda, con cáscara, picada	8070	100	100	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Vitaminas
			Cebolla puerro, tallos, cruda	8030	1	2.5	0.0225	0.0051	0.0000	0.0008	0.0100	
			Aceite de oliva	8016	1	14	0	0	0	0	0	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
AZÚCARES Y GRASAS	GRUPO 5. AZÚCARES Y GRASAS	PREPARACIÓN MULTIFRUTAS CON TORONJA DE 1 FRUTA Y AGUA Y AZÚCAR	Piña, cruda	8077	1	165.5	0.1490	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	Grasa
			Fresas, crudas	8104	1	12	0.0120	0.0077	0.0000	0.0024	0.0000	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
BEBIDAS	GRUPO 5. AZÚCARES Y GRASAS	AGUA DE BEBIDA	Bebida hidratante, sabor, cruda	1106	100	99.75	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	Agua
PREPARACIONES			Jarabe Natural, preparado	1000	1	15	0.01	0.01	0.01	0	0.04	
VARIOS												

							CALIDAD NUTRICIONAL					
							Proteína (g)	Carbohidratos (g)	Grasa (g)	Fibra (g)	Calorías (kcal)	
							0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
							0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	INGREDIENTES - ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DE ALIMENTO	Peso neto (g) / UD	Peso bruto (g) / UD	CALIDAD NUTRICIONAL					FUNCIÓN GENERAL
							Proteína (g)	Carbohidratos (g)	Grasa (g)	Fibra (g)	Calorías (kcal)	
ALIMENTOS PROTEICOS	GRUPO 12. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, PRODUCTOS DE SOYA, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES A SUDAR	Res, sancocho/sopa, cruda	1106	1	99	0.2	0.0	0.1	0.0	0.9	Proteína
			Salchicha ave, tajada, cruda	8035	1	57	0.0855	0.0000	0.0285	0.0000	0.0855	
			Ajo, crudo	8005	1	3.5	0.0196	0.0000	0.0007	0.0007	0.0105	
			Aceite de oliva	8016	1	14	0	0	0	0	0	
			Frijoles, cruda	8102	1	227	0.1362	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	
			Pimentón, rojo, crudo	8048	1	2.25	0.0020	0.0053	0.0000	0.0023	0.0068	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
CEREALES	GRUPO 7. CEREALES, HARINAS, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ DE ARROZ	Arroz blanco, pulido, crudo	4028	1	50	0.0413	0.0178	0.0	0.0000	0.0	Carbohidratos
			Aceite de oliva	8016	1	4	0	0	0	0	0	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
VERDURAS, HORTALIZAS, FRUTAS FRESCAS Y SU JUGO	GRUPO 1. VERDURAS, HORTALIZAS, FRUTAS FRESCAS Y SU JUGO	PUNTA GUAMBA PICADA	Punta cuambia/chilacuan, cruda, con cáscara, picada	8070	100	100	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Vitaminas
			Cebolla puerro, tallos, cruda	8030	1	2.5	0.0225	0.0051	0.0000	0.0008	0.0100	
			Aceite de oliva	8016	1	14	0	0	0	0	0	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
AZÚCARES Y GRASAS	GRUPO 5. AZÚCARES Y GRASAS	PREPARACIÓN MULTIFRUTAS CON TORONJA DE 1 FRUTA Y AGUA Y AZÚCAR	Piña, cruda	8077	1	165.5	0.1490	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	Grasa
			Fresas, crudas	8104	1	12	0.0120	0.0077	0.0000	0.0024	0.0000	
			Sal	1175	1	1	0	0	0	0	0	
BEBIDAS	GRUPO 5. AZÚCARES Y GRASAS	AGUA DE BEBIDA	Bebida hidratante, sabor, cruda	1106	100	99.75	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	Agua
PREPARACIONES			Jarabe Natural, preparado	1000	1	15	0.01	0.01	0.01	0	0.04	
VARIOS												

							CALIDAD NUTRICIONAL					
							Proteína (g)	Carbohidratos (g)	Grasa (g)	Fibra (g)	Calorías (kcal)	
							0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
							0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

Alimentos para Aprender | PAE | Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO GUÍA DE PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

COMPLEMENTO ALIMENTARIO TIPO ALMUERZO RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	**9 A 13 AÑOS 11 MESES**		**OPERADOR**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**		**MUNICIPIO**		
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA X**	**COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA**		**NINGUNA/ NO APLICA/ SIN PERTENENCIA ETNICA**	
	RAIZAL	**ROM**			

MENÚ No. 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Atún Guisado	Atún, enlatado con aceite	90	Lavar y desinfectar el empaque del atún. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla y tomate. Abra la lata de atún y retire el exceso de aceite. Verter sobre el sofrito. Mezclar hasta que todos los ingredientes se hayan incorporado. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla cabezona	5	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	25	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		sal	1	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
	Espaguetis	Pasta alimenticia enriquecida, cruda	25	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, cilantro, pimentón y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	2	
		Cilantro, crudo	5	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Papa comun cocinada	Papa común, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Retire la cascara. En un recipiente hondo sumerjir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Escurrir las papas y dejarlas reposar por algunos minutos. Agregar sal. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GUISO DE ARVEJA VERDE, HABICHUELA Y ZANAHORIA	Arveja verde, cruda	50	Dejar en remojo las arvejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. Lavar, desinfectar, enjuagar la zanahoria, tomate, ajo, habichuela, cilantro, pimentón rojo y cebolla. Pelar y picar en cubos pequeños la zanahoria. En una olla ponga a cocinar los alimentos en agua a fuego medio- alto. Deje cocinar hasta que estén blandas. En un sartén aparte realizar un sofrito con la cebolla, tomate, pimentón rojo y cilantro finamente picados y aceite. Posteriormente, agregue las zanahorias, habichuelas y arvejas previamente cocinadas. Cocinar a fuego bajo y agregar un poco de agua de cocción obtenida anteriormente de las verduras. Mezclar muy bien por unos minutos. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Zanahoria, cin cáscara, cruda	23	
		Habicuela, cruda	22	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		sal	1	
AZUCARES	Agua de panela en leche	Panela	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
LACTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		**ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO**	**TP**	**1233194602**
FIRMA				

MENÚ No. 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Pechuga de pollo sudado	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE	Papa común cocida	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	100	Lavar las papas y retirar toda la suciedad. En una olla añadir agua y las papas previamente lavadas, asegurandose que el agua cubra las mismas y deje cocinar. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalda de repollo con zanahoria	Repollo, hojas frescas	42	Lavar, desinfectar y enjuagar la zanahoria. Rallar la zanahoria. Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo. Eliminar las hojas que no estén en perfecto estado para su preparación. Picar finamente en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Zanahoria, cruda	35	
		limon crudo	10	
FRUTA	Naranjada	Naranja	100	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupo de edad, dejar enfriar. Mientras se enfría/ lavar, desinfectar las naranjas cortar a la mitad y exprimir la fruta mezclar con agua, agregar el azúcar, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frío.
		Azúcar, blanco	10	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		**ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO**	**TP**	**1233194602**
FIRMA				

MENÚ No. 3

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res sudada	Res, carne magra, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla presión ponga la carne con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne de res. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		cebolla junta tallo cruda	8	
		Tomate crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Fríjol rojo	Fríjol rojo	25	Dejar en remojo el fríjol desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar el blanquillo en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate y cebolla. Adicionar al recipiente donde está el blanquillo, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje establecido.
		cebolla junta tallo cruda	8	
		Tomate crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Trocitos de yuca cocinada	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	100	Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar la yuca. Cortar en trozos pequeños y retirar fibra del centro de las en astillas acorde a las porciones propuestas para cada grupo etario. En un recipiente hondo, cocinar la yuca con suficiente agua hasta que esté cocida y blanda. Retirar del fuego. Eliminar el exceso del agua y dejar reposar por algunos minutos. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de pepino con tomate	Pepino cohombro, sin cáscara	38	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y el pepino. Pelar los alimentos. Retirar la cascara. En un recipiente amplio agregar los vegetales. Mezclar los alimentos. Servir según gramaje del grupo etario.
		Tomate, pulpa	39	
		Limon, crudo	10	
CEREAL	Colada de arrocillo en leche	Arroz blanco, pulido, crudo	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del arrcillo, panela y la leche en polvo. Lave el arrocillo, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. Lleve a cocción a fuego medio con abundante agua hasta que hierva. Verificar que el arrocillo este tierno. Retirar del fuego y dejar que se enfríe un poco. Agregar la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Llevar a cocción nuevamente a fuego bajo, agregar la panela. Mezclar constantemente hasta que la panela se haya diluido por completo. Servir de acuerdo a gramaje establecido.
AZUCARES		Panela	10	
LACTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA		**ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO**	**TP**	**1233194602**
FIRMA				

MENÚ No. 4				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Huevo cocinado	Huevo de gallina	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lavar y desinfectar y enjuagar los huevos. Colocar los huevos en un recipiente hondo con agua suficiente que los cubra. Poner a cocinar durante 12-15 minutos aproximadamente. Retirar del fuego y eliminar el agua
		Sal	1	instante. Lavar con agua fría, para poder retirar la cascara con mayor facilidad. Pelar los huevos. Agregar
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad.
		Aceite, refinado, de girasol	2	Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz,
		Cebolla junca, tallos	8	aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego
		Sal	1	bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Patacones de plátano verde	Plátano hartón, verde, crudo	147	Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar el platano. Fraccionar en trozos medianos. En un recipiente hondo agregar el aceite, precalentar a fuego medio alto. Una vez caliente el aceite, agregar los trozos de plátano uno a uno verificando que se doren de manera uniforme. Retirar del aceite y colocar a escurrir los excesos de aceite. Con el plátano aún caliente, aplastar los trozos de plátano con una pataconera o un utensilio de cocina que le permita aplastar el plátano. Con el aceite a fuego medio alto, freír los patacones hasta que tomen un tono dorado uniforme. Retirar del aceite y colocar a escurrir los excesos de aceite. Servir
		Aceite, refinado, de girasol	6	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de tomate de carne en casquitos	Tomate, crudo	75	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Pelar el alimento. Cortar en casquitos. Agregar limón y sal, mezclar y servir según gramaje del grupo etario
		Sal	10	
		Limón	1	
JUGO	Jugo de piña en agua	Piña, cruda	109	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad. Retirar del fuego, dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua la piña , retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar, posteriormente adicionar azúcar y mezclar. Servir
		Azúcar blanco, granulado	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO	TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 5				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res guisada	Carne de res, magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne. Fraccionar en cubos medianos. Agregar sal. En una olla presión adicionar la carne. Agregar agua suficiente de manera que cubra la carne. Poner a hervir a fuego medio alto. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, ajo, pimentón, cilantro y cebolla. Realizar un sofrito en un recipiente con cebolla, tomate, sal y aceite. Agregar a la preparación. Una vez hierva, tapar y bajar temperatura a fuego lento. Dejar conservar hasta que la preparación esté bien cocida. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo	2	
		Aceite de soya	5	
		cilantro, crudo	3	
		Pimento crudo	6	
		Sal	1	
	Lentejas guisadas	Lenteja cruda	25	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego alto. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, pimentón, cilantro y cebollae. Realizar un sofrito. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		cebolla junca, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
		cilantro, crudo	2	
		Pimento crudo	3	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz,
		Aceite, refinado, de girasol	2	aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego
		Sal	1	bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE	Plátano amarillo en tajadas	Plátano hartón, maduro, crudo	139	Limpiar y lavar los plátanos con cascara . Retirar la cascara. Cortar en tajadas . Calentar el aceite en un sartén. Poner a freír las tajadas . Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado Servir de acuerdo
		Aceite, refinado, de girasol	6	a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalda de lechuga, cebolla y tomate	Cebolla cabezona	21	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, lechuga la cebolla y limón. Eliminar las hojas de la lechuga que no estén en perfecto estado para su preparación y picar finamente en tiras delgadas. Picar en cubos pequeños el tomate y la cebolla en juliannas (tiras delgadas). En un recipiente amplio mezclar las verduras. Agregar limón, sal y servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Tomate, pulpa	25	
		Lechuga comun	36	
		Limón	10	
		Sal	1	
CEREAL AZUCARES LACTEOS	Colada de avena en leche	Avena, cruda	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Dejar enfiar. Licuar para evitar que queden grumos. Lleve a cocción nuevamente la preparación resultante con la panela hasta que se diluya por completo. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad.
		Panela	13	
		Leche de vaca, entera, en polvo	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO	TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 6				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Huevo frito	Huevo de gallina	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lavar y desinfectar y enjuagar los huevos. Quebrar cada huevo por la mitad y de manera cuidadosa incorporar los huevos por tandas en un recipiente precalentado con aceite. Dejar freir a fuego medio el alimento por poco tiempo, hasta que el huevo tome consistencia, verificar que estén completamente fritos. Retirar y escurrir para eliminar cualquier exceso de aceite. Servir según gramaje de grupo etario.
		Aceite, refinado, de girasol	5	
		Sal	1	
	Lenteja Guisada	Lenteja común, cruda	25	Dejar en remojo la lenteja desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar el frijol en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, tomate y sal. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz,
		Aceite, refinado, de girasol	2	aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego
		Sal	1	bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Plátano maduro cocinado	Plátano hartón, maduro, crudo	139	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Poner en una olla con suficiente agua, que cubra los plátanos. Cocinar a fuego medio- alto hasta que el plátano este blando. Sacar, retirar el exceso de agua, dejar reposar. Retirar la cascara y trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad. Servir.
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de repollo con zanahoria	Repollo blanco, crudo	42	Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo y zanahoria. Rallar la zanahoria. Picar finamente el repollo (tiras delgadas). En un recipiente mezclar y servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	
		Limón, crudo	10	
JUGO	Jugo de tomate de árbol en leche	Tomate de arbol	70	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua los tomates, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar.
		Azúcar, blanco	10	
		Leche de vaca en polvo entera	13	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO	TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 7				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Atún Guisado	Atún, enlatado con aceite	90	Lavar y desinfectar el empaque del atún. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla y tomate. Abra la lata de atún y retire el exceso de aceite. Verter sobre el sofrito. Mezclar hasta que todos los ingredientes se hayan incorporado. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario.
		Tomate, pulpa	6	
		Cebolla cabezona	5	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	25	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite refinado de girasol	2	
		Sal	1	
	Espaguetis	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	25	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, pimentón, cilantro aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate crudo	6	
		Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	5	
		Aceite refinado de girasol	2	
		Cilantro	2	
		Pimenton	3	
TUBERCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Papa amarilla frita	variedad harinosa, criolla, con cáscara,	100	Limpiar y lavar la papa amarilla. Colocar una palla con suficiente aceite y dejar fritar las papas a fuego medio- alto hasta que esten cocidas. Sacar, retirar el exceso de aceite, dejar reposar, trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad. Servir.
		Aceite de soya	6	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de cebolla cabezona y tomate con limon y sal	Tomate, crudo	37	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y la cebolla. Pelar los alimentos. Picar en cubos pequeños el tomate y la cebolla en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Lavar y exprimir el limón y colocarlo sobre la ensalada. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla cabezona, cruda	31	
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
CEREAL	Colada de arrocillo en leche	Arrocillo	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del arrocillo, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar el arrocillo y la panela. Deje cocinar hasta que el arrocillo esté suave. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar por unos minutos más hasta que el arrocillo, panela y leche estén muy bien integrados. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad.
AZUCARES		Panela	10	
LACTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA				ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO / TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 8				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res sudada	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne. Fraccionar en cubos medianos. Agregar sal. En una olla presión adicionar la carne. Agregar agua suficiente de manera que cubra la carne. Poner a hervir a fuego medio alto. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, ajo, pimentón, cilantro y cebolla. Realizar un sofrito en un recipiente con cebolla, tomate sal y aceite. Agregar a la preparación. Una vez hierva, tapar y bajar temperatura a fuego lento. Dejar consevar hasta que la preparación esté bien cocida. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Fríjol rojo con plátano verde	Fríjol bola roja, crudo	25	Poner el fríjol en remojo el día anterior. Lavar y retirar el exceso de agua. Colocar la cantidad de agua requerida para la preparación de las porciones de sopa de fríjol en un recipiente hondo a fuego alto. Agregar el fríjol y cocinar con la sal hasta que esté al dente. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla, pimentón, cilantro y tomate. Picar finamente. Agregar la cebolla y el tomate previamente picados a la cocción. Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar el plátano verde. Picar en cubos pequeños y agregarlos a la cocción. Dejar hervir a fuego medio hasta que todos los ingredientes estén cocidos completamente y la sopa de fríjol obtenga una consistencia y apariencia densa esperada. Servir según el gramaje del grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
		Plátano hartón, verde, crudo	147	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Cebolla junca, tallos	8	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalda de lechuga, cebolla cabezona y tomate	Tomate,crudo	25	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, lechuga la cebolla y limón. Eliminar las hojas de la lechuga que no estén en perfecto estado para su preparación y picar finamente en tiras delgadas. Picar en cubos pequeños el tomate y la cebolla en julianas (tiras delgadas). En un recipiente amplio mezclar las verduras. Agregar limón, sal y servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Lechuga común	36	
		Limon	10	
		Cebolla cabezona	21	
		Sal	1	
JUGO	Limonada	azucar blanco	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, dejar enfriar. Mientras se enfría lavar, desinfectar limones, pelar, porcionar, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar el azúcar, revolver hasta que el endulzante se haya diluido. Servir frio.
		Limon	120	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA				ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO / TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 9				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de cerdo frita	Cerdo, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate , cebolla y el empaque de la carne . Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida para el grupo de edad . Sazonar la carne con sal , cebolla, ajo, pimentón y tomate finamente picados . Precalentar un sartén con aceite . Cuando este caliente , ponga a freír los trozos de carne a fuego medio-bajo. Retirar del sartén cuando la carne este dorada por ambos lados. Servir caliente
		Ajo, crudo	2	
		Cebolla junca, tallos, cruda	6	
		Aceite de soya	6	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Yuca sudada	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	Lavar, desinfectar , enjuagar y pelar la yuca . Retirar fibra del centro de la misma , fraccionar acorde a las porciones propuestas para cada grupo etario . En un recipiente hondo , cocinar la yuca con suficiente agua hasta que esté cocida y blanda . Retirar del fuego . Eliminar el exceso del agua . Lavar, pelar y enjuagar la cebolla y tomate , picar finamente . En un sartén adicione el aceite , la cebolla, el tomate ya cortado dejar cocinar hasta conseguir un sofrito . Mezclar la yuca cocida con el sofrito y una cantidad pequeña de agua . Dejar cocinar a fuego lento. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de repollo y zanahoria con sal y limon	Repollo blanco, crudo	42	Lavar, desinfectar y enjuagar la zanahoria. Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, picar finamente y añadir en un recipiente amplio mezclar las verduras, agregar el limon y la sal. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
JUGO	Jugo de lulo en agua	Lulo	100	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua los lulos, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar, posteriormente adicionar azúcar y mezclar. Servir.
		Azúcar blanca	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA				ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO / TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 10				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Pechuga de pollo sudado	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del pollo . Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida para el grupo de edad . Sazonar el pollo con sal . Precalentar un sartén con aceite . Cuando este caliente ponga a cocinar los trozos de pollo a fuego medio -bajo. Retirar del sartén cuando el pollo este bien cocido por ambos lados. Servir caliente.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Fríjol rojo guisado	Fríjol bola roja, crudo	25	Dejar en remojo el fríjol desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, tomate y sal. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Rodajas de papa común sudada	variedad harinosa, pastusa, con cáscara	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Retire la cascara y corete en rodajas. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Retirar del fuego. Eliminar el exceso del agua. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla, pimentón, cilantro y tomate, picar finamente. Hacer un sofrito con cebolla, tomate y aceite. Agregar al sofrito las papas cocinadas y una cantidad pequeña de agua. Dejar cocinar a fuego lento. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS CON SAL Y LIMON	Tomate, pulpa	75	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Pelar el alimento. Retirar la cascara. Cortar en casquitos agregar sal. Lavar y exprimir el limón sobre el tomate. Servir según gramaje del grupo etario.
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
JUGO	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en hojuelas precocida	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del avena, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena y la panela. Deje cocinar hasta que el arrocillo esté suave. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar por unos minutos más hasta que la avena, panela y leche estén muy bien integrados. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad.
		Leche de Vaca entera en polvo	13	
		Azúcar	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA				ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO / TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 11				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Huevo revuelto	Huevo de gallina	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar . Lávelos y desinféctelos . Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. Batir los huevos vigorosamente junto con la sal. Aparte , colocar un sartén a precalentar con aceite . Agregar los huevos al sartén , muévalos constantemente hasta que estén cocidos. Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Aceite de soya	5	
		sal	1	
	Lentejas guisadas	Lenteja común, cruda	25	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, tomate y sal. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Plátano amarillo en tajadas	Plátano hartón, maduro, crudo	139	Limpiar y lavar los plátanos con cascara . Retirar la cascara. Cortar en tajadas . Calentar el aceite en un sartén. Poner a freír las tajadas . Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado . Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, refinado, de girasol	6	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de repollo con tomate	Repollo, hojas frescas	42	Lavar, desinfectar y enjuagar los tomates. Pelar y picar en cubos pequeños. Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo. Eliminar las hojas que no estén en perfecto estado para su preparación. Picar finamente en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Lave el limón y escurra en la ensalada. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		limón, crudo	10	
		Tomate, crudo	37	
CEREAL AZUCARES LACTEOS	Colada de harina de platano en leche	harina de platano	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, harina de platano y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la harina de platano. Deje cocinar . Dejar enfriar . Lleve a cocción nuevamente la preparación resultante con la panela hasta que se diluya por completo, finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Servir de acuerdo al grupaje establecido para cada grupo de edad.
		Panela	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO	TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 12				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Pechuga pollo sudado	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Frijol rojo guisado	Frijol bola roja, crudo	25	Dejar en remojo los fríjoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los fríjoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, pimentón, cilantro y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate y cebolla. Adicionar al recipiente donde están los fríjoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Patacones de plátano verde	Plátano hartón, verde, crudo	147	Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar el platano. Fraccionar en trozos medianos. En un recipiente hondo agregar el aceite, precalentar a fuego medio alto. Una vez caliente el aceite, agregar los trozos de plátano uno a uno verificando que se doren de manera uniforme. Retirar del aceite y colocar a escurrir los excesos de aceite. Con el plátano aún caliente, aplastar los trozos de plátano con una pataconera o un utensilio de cocina que le permita aplastar el plátano. Con el aceite a fuego medio alto, freír los patacones hasta que tomen un tono dorado uniforme. Retirar del aceite y colocar a escurrir los excesos de aceite. Servir según gramaje de grupo etario.
		Sal	1	
		Aceite, refinado, de girasol	6	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalda de tomate, cebolla cabezona y aguacate	Tomate, crudo	25	Lavar, desinfectar y enjuagar los aguacates, cebolla y tomates. Retirar la cascara. Cortar en tajadas, cortar en cubos el tomate y la cebolla en julianas (tiras delgadas). A parte lave el limón y escurra en la ensalada. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla cabezona, cruda	21	
		Aguacate Hass, Crudo	31	
		Limón, crudo	10	
CEREAL AZUCARES	Limonada	azucar blanco granulado	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la panela. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, dejar enfriar. Mientras se enfriar lavar, desinfectar limones, pelar, porcionar, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar la panela, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frio.
		limon crudo	120	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO	TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 13				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res con verduras	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne . Fraccionar en cubos medianos . Agregar sal . En una olla presión adicionar la carne . Agregar suficiente agua de manera que cubra la carne . Poner a hervir a fuego medio alto. Lavar, desinfectar , enjuagar la zanahoria , habichuelas , tomate y cebolla . Pelar y picar en cubos pequeños la zanahoria y tomate . Pelar y picar finamente en tiras la cebolla . Desputar las habichuelas y picar finamente . Ponga a cocinar La zanahoria y habichuelas junto con la carne . Deje cocinar hasta que estén blandas . Retirar el exceso de agua y reservar . En un sartén aparte hacer un sofrito con la cebolla , tomate, aceite y sal . Agregar al sartén la carne y resto de verduras . Cocinar a fuego bajo y agregar un poco de agua . Mezclar muy bien por unos minutos . Retirar del fuego . Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Arveja verde, cruda	20	
		Habichuela, cruda	11	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	12	
		Ajo, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Cilantro, crudo	2	
		Tomate, crudo	6	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Papa común frita	Papa común, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie . Retire la cascara y corete en rodajas. En un sartén, precalentar el aceite a fuego medio bajo . Agregar una a una las las papas hasta que estén doradas de manera uniforme . Retirar las papas del aceite y poner en un escurridor para eliminar el exceso de aceite. Agregar sal. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Aceite, refinado, de girasol	6	
		Sal	1	
FRUTA	Jugo de guayaba en leche	Guayaba	80	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupo de edad, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua las guayabas retirar la cascara, cortar en trozos pequeños en la licuadora junto con el agua y licuar colar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frio.
		Azúcar, blanco	10	
		Leche de vaca en polvo entera	13	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO	TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 14				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Atún Guisado	Atún, enlatado en aceite	90	Lavar y desinfectar el empaque del atún. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, ajo, pimentón y tomate. Abra la lata de atún y retire el exceso de aceite. Verter sobre el sofrito. Mezclar hasta que todos los ingredientes se hayan incorporado. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla cabezona, cruda	5	
	Blanquillo guisado	Fríjol blanco, crudo	25	Dejar en remojo el blanquillo desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar el blanquillo en agua a fuego medio- alto. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, tomate, aceite y sal. Adicionar al recipiente donde está el blanquillo, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Yuca cocinada	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	Limpiar y lavar la yuca sin cascara. Poner en una olla con suficiente agua que los cubra. Cocinar a fuego medio- alto hasta que la yuca esté blanda. Sacar, retirar el exceso de agua, dejar reposar, trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad. Servir.
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE TOMATE DE CARNE EN CASQUITOS CON LIMON Y SAL	Tomate, pulpa	75	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Pelar el alimento. Retirar la cascara. Cortar en casquitos, agregar sal. Servir según gramaje del grupo etario.
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
FRUTA AZUCARES	Jugo de lulo en agua	Lulo	100	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua los lulos, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar, posteriormente adicionar azúcar y mezclar. Servir.
		Azúcar, blanco	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO	TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 15				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res sudada	Res, carne magra, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla presión ponga la carne con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne de res. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, pulido, crudo	25	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	2	
		Sal	1	
	Espaguetis	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	25	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	2	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	Puré de papa amarilla	variedad harinosa, criolla, con cáscara,	100	Limpiar y lavar la papa sin cascara. Poner en una olla con suficiente agua que los cubra. Cocinar a fuego medio- alto hasta que las papas estén blandas. Sacar, retirar el exceso de agua, dejar reposar y macerar. A parte realizar un sofrito con la cebolla, agregar a la papa y mezclar. Sirva teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad, quitar la cascara. Servir.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	2	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de pepino con tomate	Tomate, pulpa	38	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y el pepino. Pelar los alimentos. Retirar la cascara. En un recipiente amplio agregar los vegetales. Mezclar los alimentos. Servir según gramaje del grupo etario.
		Pepino	39	
		Limon	10	
CEREAL LACTEOS	Jugo de tomate en leche	Tomate de árbol rojo, crudo	70	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupo de edad, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua las guayabas retirar la cascara, cortar en trozos pequeños en la licuadora junto con el agua y licuar colar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frio.
		Azúcar blanco, granulado	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO	TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 16

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Huevo perico	Huevo de gallina	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar . Lávelos y desinféctelos . Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. Batir los huevos vigorosamente junto con la sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate . Aparte, colocar un sartén a precalentar . Agregar los huevos , la cebolla y tomate al sartén , muévalos constantemente hasta que estén cocidos . Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Tomate, pulpa	6	
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite de soya	5	
		sal	1	
	lenteja guisada	Lenteja común, cruda	25	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua, En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego alto. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	yuca cocinada	yuca	125	Limpiar y lavar la yuca con cascara,posteriormente pelarla y cortarle en trozos, despues poner en una olla con suficiente agua que los cubra. Cocinar a fuego medio- alto hasta que las yucas estén blandas. Sacar, retirar el exceso de agua, dejar reposar, trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad, quitar la cascara. Servir.
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de zanahoria con cebolla cabezona y tomate de carne	Cebolla cabezona, cruda	21	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, zanahoria y la cebolla. Pelar los alimentos. Rallar la zanahoria. Picar en cubos pequeños el tomate y la cebolla en tiras delgadas. Lave y escurra el limón sobre la ensalada. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Tomate, crudo	25	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	23	
		Sal	1	
		Limón, crudo	10	
CEREAL	Jugo de mango en leche	Mango	120	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego, dejar enfriar. Mientras se enfría, desinfectar y lavar con abundante agua los mangos retirar la cascara, cortar en trozos y desechar la semilla, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar.
		Leche	13	
AZUCARES		azucar	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA				ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO / TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 17

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Pechuga de pollo sudada	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Puré de papa amarilla	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Pelarlas. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Mientras se cocinan, lavar, desinfectar y enjuagar la cebolla, picar finamente. En un sarte agregue la cebolla junto al aceite y cocine afuego medio-bajo hasta que se haga un sofrito. Escurrir las papas, triturar las papas hasta obtener un puré, agregue sal y el sofrito, mezcle todos los ingredientes. Servir de acuerdo al gramaje establecido para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	2	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE DE CARNE LIMON Y SAL	Pepino cohombro, sin cáscara	39	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y el pepino. Pelar los alimentos. Retirar la cascara. En un recipiente amplio agregar los vegetales. Mezclar los alimentos. Servir según gramaje del grupo etario.
		Tomate, pulpa	38	
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
CEREAL	Jugo de maracuya en agua	Maracuya	188	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, dejar enfriar. Mientras se enfría lavar, desinfectar la maracuya, pelar, porcionar, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar el azúcar, revolver hasta que elendulzante se hata diluido. Servir tio.
LACTEOS		Azúcar, blanco	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA				ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO / TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 18

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res a la sudada	Res, carne magra, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla presión ponga la carne con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, ajo, pimentón, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne de res. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Papa común frita	variedad harinosa, criolla, con cáscara,	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Retire la cascara. En un recipiente con aceite ya precalentado; agregar las papas al sarten y dejarlas en cocción hasta que estén doradas. Escurrir las papas y dejarlas reposar por algunos minutos. Agregar sal. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Aceite de soya	6	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Guiso de zanahoria	Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	Lavar, desinfectar, enjuagar la zanahoria . Pelar y picar en cubos . Colocar en un recipiente hondo la zanahoria con suficiente agua que las cubra a fuego alto medio . Una vez hervan y la zanahoria esta blanda . Retirar el agua y escurrir. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla y tomate picar finamente . En un sartén adicionar la cebolla el tomate finamente picado junto con aceite y hacer un sofrito . Mezclar la zanahoria cocida con el sofrito y una cantidad pequeña de agua. Dejar reservar a fuego lento. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
CEREAL	Limonada	Limón	120	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la panela. Hervir agua en la cantidad necesaria según grupos de edad, dejar enfriar. Mientras se enfrían lavar, desinfectar limones, pelar, porcionar, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar la panela, revolver hasta que el endulzante se haya diluido. Servir tio.
LACTEOS		Panela	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA				ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO / TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 19

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Pechuga de pollo desmechada	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca, ajo, pimentón, cilantroaceite, sal y tomate. En una olla ponga abundante agua y deje conar el pollo, retire del agua y deje enfriar. Haga un buen lavado de sus manos y proceda a desmechar el pollo. Posteriormente ponega a cocinar junto con el sofrito. Retirar de la olla y deshilar o desmechar el pollo. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Ajo, crudo	2	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
	Frijol bola rojo con plátano verde	Frijol bola roja, crudo	25	Poner el frijol en remojo el dia anterior. Lavar y retirar el exceso de agua. Colocar la cantidad de agua requerida para la preparación de las porciones de sopa de frijol en un recipiente hondo a fuego alto. Agregar al frijol y cocinar con la sal hasta que esté al dente. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla y tomate. Picar finamente. Agregar la cebolla y el tomate previamente picados a la cocción. Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar el plátano verde. Picar en cubos pequeños y agregarlos a la cocción. Dejar hervir a fuego medio hasta que todos los ingredientes estén cocidos completamente y la sopa de frijol obtenga una consistencia y apariencia densa esperada. Servir según el gramaje del grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Cilantro, crudo	2	
		Pimentón rojo, crudo	3	
		Sal	1	
		Plátano hartón, verde, crudo	147	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	5	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de repollo con tomate de carne y limon y sal	Repollo blanco, crudo	42	Lavar, desinfectar y enjuagar los tomates. Pelar y picar en cubos pequeños. Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo. Eliminar las hojas que no estén en perfecto estado para su preparación. Picar finamente en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Tomate, crudo	38	
		Sal	1	
		Limón, crudo	10	
CEREAL	Colada de harina de platano en leche	Harina de platano	10	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la harina de plátano, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la harina de plátano y panela. Batir constantemente para evitar que se formen grumos. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar hasta que todos los ingredientes se integren adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo la cantidad establecida para cada grupo de edad.
AZUCARES		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
LACTEOS		Panela	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA				ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO / TP 1233194602
FIRMA				

MENÚ No. 20

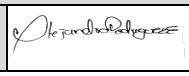
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res frita	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne . Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida para el grupo de edad . Sazonar la carne con sal . Precalentar un sartén con aceite . Cuando este caliente ponga a freir los trozos de carne a fuego medio bajo. Retirar del sartén cuando la carne esta dorada por ambos lados. Servir caliente.
		Ajo, crudo	2	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	6	
		Sal	1	
CEREAL	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	25	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	8	
		Aceite, refinado, de girasol	2	
		Sal	1	
	Espaguetis	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	25	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	2	
		Cilantro	2	
		Ppimenton	3	
		sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DERIVADOS DE CEREAL	Papa común cocinada	Papa común, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Retire la cascara. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Escurrir las papas y dejarlas reposar por algunos minutos. Agregar sal, servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Ensalada de lechuga con tomate	Lechuga común, cruda	54	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Pelar y picar en cubos pequeños el tomate. Lavar, desinfectar y enjuagar la lechuga. Eliminar las hojas que no estén en perfecto estado para su preparación. Picar finamente en tiras delgadas. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Lavar y escurrir el limón en la ensalada. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Tomate, crudo	37	
		Limón, crudo	10	
		Sal	1	
CEREAL	choclate en leche	chocolate en leche	18	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
AZUCARES		Leche de vaca entera, en polvo	13	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA				ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO / TP 1233194602
FIRMA				

F1.6 FORMATO LISTA DE INTERCAMBIO

ALMUERZO RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	**9-13 años 11 meses**		**OPERADOR**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**		**MUNICIPIO**		
GRUPO ETNICO	**INDÍGENA**	**x**	**COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA**		**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**
	RAIZAL		**ROM**		**SIN PERTENENCIA ÉTNICA**

COMPONENTE	LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
ALIMENTO PROTEÍCO	Carne de res
	Carne de pollo
	Carne de cerdo
	Huevo entero de gallina
	Atún en agua y/o aceite
	Fríjol rojo
	Fríjol lima
	Lenteja
CEREAL	Arroz blanco
	Maíz blanco trillado
	Arrocillo
	Cuchuco de maíz
	Avena en hojuelas
	Mote
	Fécula de maíz
	Harina de maíz
	Espaguetis
	Pastas enriquecidas para sopa
	Arveja verde
	Fríjol verde
	Choclo amarillo o blanco
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Arracacha blanca
	Papa criolla
	Papa común
	Plátano hartón verde
	Plátano hartón maduro
	Yuca
	Plátano colí o guineo
VERDURAS	Acelga
	Auyama o zapallo
	Col
	Cebolla cabezona
	Habichuela
	Lechuga
	Pepino cohombro
	Pimentón
	Repollo común o morado
	Tomate chonto
	Zanahoria
FRUTA	Aguacate
	Banano
	Curuba
	Fresa
	Feijoa sin cáscara
	Granadilla
	Guanábana
	Guayaba
	Limón
	Lulo
	Maracuya
	Mandarina
	Mango
	Manzana roja/verde
	Mora
	Naranja
	Papaya
	Pera
	Piña
	Tomate de árbol
	Uvas
AZÚCARES	Azúcar granulada
	Azúcar morena
	Panela
GRASAS	Aceite de girasol
	Aceite de maíz
	Aceite de soya
	Aceite de palma
	Aceite de canola
	Margarinas suaves
	Mayonesa
	Mantequilla
LÁCTEOS	Leche de vaca líquida pasterizada
	Leche de vaca en polvo

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA LISTA DE INTERCAMBIOS	**ALEJANDRA RODRIGUEZ ERAZO**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**TP 1233194602**

Alimentos para Aprender | PAE | Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	NARIÑO			**MUNICIPIO**	
GRUPO ÉTNICO	**RAIZAL**		**ROM**	**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		**INDÍGENA**	X	
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA (LÁCTEOS)	ARROZ BLANCO	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCINADO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES FRITA	HUEVOS REVUELTOS	FRIJOL GUISADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	JUGO DE TOMATE EN LECHE		PORCIÓN DE FRUTA (GRANADILLA)		

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA (LÁCTEOS)	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE CUCHUCO DE MAIZ CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	COLADA DE HARINA PLATANO CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	BLANQUILLO GUISADO Y HUEVO COCINADO	CARNE DE RES SUDADA	HUEVO REVUELTO	PECHUGA DE POLLO DESMECHADA	HUEVO PERICO
CEREAL ACOMPAÑANTE		ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	
	ARROZ BLANCO	MOLO DE PAPA AMARILLA	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS,	ARROZ BLANCO
FRUTA		PORCIÓN DE FRUTA PIÑA		PORCIÓN DE FRUTA BANANO	

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA (LÁCTEOS)	COLADA DE AVENA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJA GUISADA	PECHUGA DE POLLO SUDADO	HUEVO COCINADO	CARNE DE RES GUISADA	LENTEJAS GUISADAS
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS Y PIMENTON)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
	PAPA AMARILLA FRITA			MOLO DE PAPA AMARILLA	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS Y
FRUTA			PORCIÓN DE FRUTA DE MANGO		PORCIÓN DE FRUTA DE PIÑA

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA (LÁCTEOS)	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COLADA DE PLATANO CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOL ROJO	HUEVO REVUELTO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA DE POLLO DESMECHADO GUISADO
CEREAL ACOMPAÑANTE		ARROZ BLANCO	PLÁTANO MADURO		
	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS GUISADOS (ALIÑOS, PIMENTON)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	PORCIÓN DE FRUTA NARANJA/MANDARINA			PORCIÓN DE FRUTA GRANADILLA	

Nota: Frutas jugo con leche: papaya, banano, guayaba, curuba, tomate de arbol, mango. Fruta jugo en agua: naranja, maracuya, guayaba, piña, tomate de arbol, mango.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		**LAURA ROMAN NIEVES**	
FIRMA	Laura Roman	**MATRICULA PROFESIONAL**	**1085342662**

Alimentos para Aprender | PAE | Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ETC DEPARTAMENTO	SECRETARIA DE EDUCACION DEPARTAMENTAL DE NARIÑO					
MINUTA CON ENFOQUE DIFERENCIAL						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	PUEBLO AWA CAMAWARI Y AWA SIN ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	
MODALIDAD DE ATENCION	PREPARADO EN SITIO		TIPO DE COMPLEMENTO ALIMENTARIO		COMPLEMENTO JM /JT Preparada en sitio	
GRUPO DE EDAD	9 A 13 AÑOS 11 MESES					

MENÚ No. 1

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						Porción servida
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO V. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO COCINADO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	plátano hartón, maduro, crudo	B089	111	79,92	105,4944	0,87912	0,15984	24,21576	2,3976	0,3996	80 g
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE TOMATE EN LECHE	Tomate de árbol rojo, crudo	C082	70	60,2	33,11	1,204	0,1204	6,1404	6,02	0,5418	200 ml
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											

	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
TOTAL MENÚ	551,2734	15,50952	18,31144	79,22026	200,5966	2,2229
RECOMENDACIÓN	2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN	25%	20%	24%	25%	18%	26%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 07528

MENÚ No. 2

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA CON LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		425,9505	19,0378	16,86095	49,09935	180,7125	1,4149
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		19%	24%	23%	16%	16%	16%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 3

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
			Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES FRITA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	39 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	POCION DE FRUTA GRANADILLA	Granadilla, cruda	C028	110	33	31,35	0,693	0,528	4,917	3,96	0,297	110g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		493,752	22,794	17,4012	59,547	185,12	3,324
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		22%	29%	23%	19%	17%	38%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 4

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	46,6	0,36	1,66	7,55	3,6	0,35	50 g
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVOS REVUELTOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	113 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	100 g
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	60 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											

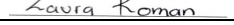
TOTAL MENÚ		410,569	13,7864	18,6912	46,4841	195,539	1,6185
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		18%	18%	25%	15%	18%	19%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 5

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL GUISADO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	20	74,2	4,28	0,24	11,74	25	1,42	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		445,8865	13,3679	12,71165	66,63685	204,2145	2,8696
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		20%	17%	17%	21%	19%	33%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 6

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	46,6	0,36	1,66	7,55	3,6	0,35	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL BLANCO GUISADO	Frijol blanco, crudo	T005	20	20	74,6	4,26	0,22	12,36	26,6	1,24	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		HUEVO COCINADO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
TOTAL MENÚ							489,1415	18,1949	18,93765	59,52535	226,2895	2,9441	
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	
% ADECUACIÓN							22%	23%	25%	19%	21%	34%	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 7

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE CUCHUCO DE MAIZ EN LECHE	Maíz blanco, trillado	A046	10	10	35,7	0,87	0,09	7,79	1	0,2	200 cm3
			Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	38 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		MOLO DE PAPA AMARILLA	Papa, variedad harinosa, criolla, con	B070	80	80	68	1,12	0	14,48	3,2	0,4	80g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA PIÑA	Piña, cruda	C072	182	100,1	56,056	0,6006	0,1001	12,4124	16,016	0,5005	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		627,642	23,1	17,3265	92,14	202,24	4,1865
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	134,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		28%	29%	23%	69%	18%	48%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 8

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVOS REVUELTOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	plátano hartón, maduro, crudo	B089	111	79,92	105,4944	0,87912	0,15984	24,21576	2,3976	0,3996	80g
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		559,8634	14,36552	23,19104	72,16986	198,5366	2,1581
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		25%	18%	31%	23%	18%	25%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 9

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO DESMECHADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ESPAGUETIS GUISADOS	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	25	92,75	3,25	0,375	18,675	6,25	0,975	45 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA BANANO	Banano común, crudo	C010	143	100,1	101,101	1,5015	0,1001	22,3223	8,008	0,9009	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARAC	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		682,874	25,6278	20,1125	97,1879	204,521	3,8264
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		30%	33%	27%	31%	19%	44%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 10

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE HARINA DE PLATANO	Harina de plátano, cruda	B057	10	10	34	0,33	0,03	8,05	1,1	0,12	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO PERICO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		436,657	13,898	17,0792	56,4185	199,495	1,9185
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		19%	18%	23%	18%	18%	22%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 11

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	T026	20	20	77,4	4,62	0,18	12,2	10,2	1,44	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA AMARILLA FRITA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara,	B071	80	80	76,8	1,76	0,08	16,88	8,8	0,8	80g
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
		ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ	579,8865	15,4679	18,73165	83,97685	198,2145	3,6896
RECOMENDACIÓN	2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN	26%	20%	25%	27%	18%	42%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 12

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO SUDADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	4	4	36	0	4	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ	458,0505	20,7278	16,61095	55,50935	186,1125	1,8649
RECOMENDACIÓN	2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN	20%	26%	22%	18%	17%	21%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 13

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO COCINADO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ESPAGUETIS GUISADOS	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	25	92,75	3,25	0,375	18,675	6,25	0,975	57 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA MANGO	Mango común, crudo	C051	200	100	79	0,6	0	17,1	15	0,5	100 g
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		388,7075	14,7665	12,27945	52,15275	215,8755	2,9801
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
%ADECUACIÓN		17%	19%	16%	17%	20%	34%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 14

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES GUISADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	39 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		MOLO DE PAPA AMARILLA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara,	B071	80	80	76,8	1,76	0,08	16,88	8,8	0,8	80g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		535,8065	24,0556	15,98055	72,55115	194,4385	3,9133
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		24%	31%	21%	23%	18%	45%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 15

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	46,6	0,36	1,66	7,55	3,6	0,35	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	T026	20	20	77,4	4,62	0,18	12,2	10,2	1,44	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		ESPAGUETIS GUISADOS	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	20	20	74,2	2,6	0,3	14,94	5	0,78	57g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA DE COSECHA	Piña, cruda	C072	182	100,1	56,056	0,6006	0,1001	12,4124	16,016	0,5005	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

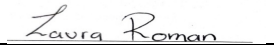
TOTAL MENÚ		570,415	15,667	15,9782	87,2505	208,581	3,6657
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		25%	20%	21%	28%	19%	42%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 16

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	46,6	0,36	1,66	7,55	3,6	0,35	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	20	74,2	4,28	0,24	11,74	25	1,42	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA NARANJA	Mandarina, cruda	C050	143	100,1	54,054	0,9009	0,1001	11,4114	35,035	0,3003	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

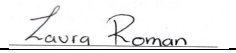
TOTAL MENÚ		469,0405	12,8788	13,71175	70,16825	233,2495	2,5799
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		21%	16%	18%	22%	21%	30%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 17

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		ESPAGUETIS GUISADO	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	20	20	74,2	2,6	0,3	14,94	5	0,78	57g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		537,6415	17,9249	20,11765	69,98535	210,6895	3,0741
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		24%	23%	27%	22%	19%	35%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES
FIRMA	
MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 18

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA CON LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PEGUCHA DE POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
		PLATANO MADURO FRITO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	111	79,92	105,4944	0,87912	0,15984	24,21576	2,3976	0,3996	80g
			Aceite de soya	D012	6	6	54	0	6	0	0	0	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		585,4449	19,91692	23,02079	73,31511	183,1101	1,8145
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		26%	25%	31%	23%	17%	21%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 19

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE PLATANO CON LECHE	Harina de plátano, cruda	B057	10	10	34	0,33	0,03	8,05	1,1	0,12	200cm3
			Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	39 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA GRANADILLA	Granadilla, cruda	C028	110	33	31,35	0,693	0,528	4,917	3,96	0,297	110g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		482,0725	21,5902	15,70535	62,01055	183,2345	3,0613
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		21%	27%	21%	20%	17%	35%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

MENÚ No. 20

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	17	17	84,83	4,471	4,522	6,528	159,8	0,085	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO DESMECHADA GUISADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	48 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	
			Ajo, crudo	B009	2	1,9	2,736	0,0893	0,0057	0,5567	0,76	0,0247	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	
			Pimentón rojo, crudo	B080	3	2,55	0,8925	0,0255	0,00765	0,16065	0,1785	0,0102	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS												
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN											

TOTAL MENÚ		425,9505	19,0378	16,86095	49,09935	180,7125	1,4149
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7
% ADECUACIÓN		19%	24%	23%	16%	16%	16%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

GUÍA DE PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	**9 A 13 AÑOS 11 MESES**	**OPERADOR**	
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**	**MUNICIPIO**	

GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA**	**COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA**	**PUEBLO AWA CAMAWARI Y AWA SIN ASOCIACIÓN**	**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	RAIZAL	**ROM**		**SIN PERTENENCIA ÉTNICA**	

MENÚ No. 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
LÁCTEOS	**Arroz con blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, ceolla finamnete picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		cebolla juca tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		sal	**1**	
ALIMENTO PROTEICO	**Huevo cocinado**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lavar y desinfectar y enjuagar los huevos. Colocar los huevos en un recipiente hondo con agua suficiente que los cubra. Poner a cocinar durante 12-15 minutos aproximadamente. Retirar del fuego y eliminar el agua restante. Lavar con agua fría, para poder retirar la cascara con mayor facilidad. Pelar los huevos. Servir
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Platano maduro frito en tajadas**	Plátano hartón, maduro, crudo	**111**	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Retirar la cascara. Cortar en tajadas. Calentar el aceite en un sartén. Poner a freír las tajadas. Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, de soya	**6**	
		sal	**1**	
FRUTA	**Jugo de tomate**	tomate de arbol rojo	**70**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y colocarla en la licuadora con los ingredientes, licuar y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
		leche de vaca en polvo	**17**	
		azucar granulado	**10**	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP**	**1085342662**
FIRMA	Laura Roman		

MENÚ No. 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pechuga de pollo sudado**	Pollo, pechuga con piel, cruda	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, el pimentón, el ajo y tomate. Realizar un sofrito. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Cilantro	**2**	
		Aceite, de soya	**5**	
		sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA	**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP**	**1085342662**
FIRMA	Laura Roman		

MENÚ No. 3				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Dejar enfriar. Licuar para evitar que queden grumos. Lleve a cocción nuevamente la preparación resultante con la panela hasta que se diluya por completo, finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad
		Leche de vaca, entera, en polvo	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Carne res frita**	Carne de res, magra	**60**	Lavar y desinfectar los tomates, cebolla y el empaque de la carne. Racionar de acuerdo al gramaje de grupo etario y el número de porciones a servir. Sazonar la carne con sal, tomate y cebolla finamnete picada. Precalentar un sartén con aceite. Cuando este caliente, ponga a freír los trozos de carne a fuego medio-bajo. Retirar del sartén cuando la carne este dorada por ambos lados, escurrir para quitar el exceso de aceite. Servir caliente.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**6**	
		sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, ceolla finamnete picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Fruta de cosecha en porción**	Granadilla	**110**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 4				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Chocolate con leche**	Chocolate, con azúcar	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
		Leche de vaca, entera, en polvo	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevos revueltos**	Huevo de gallina	**55**	En un sarten precalentado poner el aceite , en un plato a prate revuelva el huevo con la sal. Verter el huevo y cocinar hasta que tenga consistencia, Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		bolla junca, tallos, cru	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 5				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente
		Panela	**9**	
		Leche de vaca en polvo	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Frijol guisado**	Fríjol lima	**20**	Dejar en remojo los frijoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, el ajo, el pimentón y cebolla. Realizar un sofrito con los ingredientes. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos, picar el cilantro, Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 6				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Chocolate con leche**	Chocolate, con azúcar	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Blanquillo guisado**	Fríjol blanco	**20**	Dejar en remojo los frijoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, el ajo, el pimentón y cebolla. Realizar un sofrito con los ingredientes. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos, picar el cilantro, Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Tomate,crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		pimenton, rojo	**3**	
		Sal	**1**	
	Hevo cocinado	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Pongalos en una olla con agua hasta puno de ebullicion . Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 7				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de cuchuco de maíz con leche**	Maíz blanco, trillado	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, maiz y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar el maiz. Deje cocinar hasta que este suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue el maiz mezcle la con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Carne de res sudada**	Carne de res, magra	**60**	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En una olla presión ponga la carne con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne de res. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad
		Cebolla junca, hojas	**8**	
		Tomate,crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Molo de papa amarilla	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	**80**	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Pelarlas. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Mientras se cocinan, lavar, desinfectar y enjuagar la cebolla, picar finamente. En un sarte agregue la cebolla junto al aceite y cocine afuego medio-bajo hasta que se haga un seofrito. Escurrir las papas, triturar las papas hasta obtener un puré, agregue sal y el sofrito, mezcle todos los ingredientes. Servir de acuerdo al gramaje establecido para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		sal	**1**	
FRUTA	**Porción de fruta piña**	Piña	182	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 8				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**9**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevo revuelto**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. Batir los huevos junto con la sal. Aparte, colocar un sartén a precalentar. Agregar los huevos al sartén, muévalos constantemente hasta que estén cocidos. Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Platano maduro frito en tajadas	Plátano hartón, maduro, crudo	**111**	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Retirar la cascara. Cortar en tajadas. Calentar el aceite en un sartén. Poner a freír las tajadas. Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, de soya	**6**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 9				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pechuga de pollo desmechada**	Carne de pollo	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar el pollo según grupo etario y número de raciones a servir. En una olla con suficiente agua llevar a cocción el pollo con un poco de sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, tomate, el ajo, el pimentón y el cilantro. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, pimentón, ajo, cilantro, sal y tomate. Retirar de la olla el pollo cuando este cocido, deshilar o desmechar el pollo. Poner a cocinar junto con el sofrito. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, pulpa	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Espaguettis guisados	Pasta alimenticia	**25**	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca, aceite, pimentón, cilantro, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, pulpa	**6**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Fruta de cosecha en porción**	Banano	**143**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 10				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de platano con leche**	Harina de platano	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la harina de plátano, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la harina de plátano y panela. Batir constantemente para evitar que se formen grumos. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar hasta que todos los ingredientes se integren adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo la cantidad establecida para cada grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevo perico**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. Batir los huevos vigorosamente junto con la sal, cebolla y tomate. Aparte, colocar un sartén a precalentar con aceite. Agregar los huevos al sartén, muévalos constantemente hasta que estén cocidos. Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Tomate,crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 11				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Lenteja guisada**	Lenteja	**20**	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, el pimentón, el ajo, el cilantro y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, tomate, pimentón, cilantro y sal. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Aceite, de soya	**3**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		pimenton rojo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**papa amarilla frita**	papa harinosa criolla	**80**	Limpiar y lavar la papa amarilla. Colocar una paila con suficiente aceite y dejar fritar las papas a fuego medio- alto hasta que esten cocidas. Sacar, retirar el exceso de aceite, dejar reposar, trocear teniendo en cuenta los gramajes por cada grupo de edad. Servir.
		Aceite, de soya	**6**	
	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 12				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pollo sudado**	Carne de pollo	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, pimentón, ajo, cilantro, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		Aceite, de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA		Laura Roman		

MENÚ No. 13				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevo cocinado**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lavar y desinfectar y enjuagar los huevos. Colocar los huevos en un recipiente hondo con agua suficiente que los cubra. Poner a cocinar durante 12-15 minutos aproximadamente. Retirar del fuego y eliminar el agua restante. Lavar con agua fría, para poder retirar la cascara con mayor facilidad. Pelar los huevos. Servir.
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Espaguettis guisados**	Pasta alimenticia	**25**	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca, pimentón, ajo, cilantro, y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca, aceite, pimentón, cilantro, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**2**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Porción de fruta mango**	Mango	200	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA		Laura Roman		

MENÚ No. 14				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Colar para retirar el agua y reservela. Por aparte en una olla ponga a hervir agua, cuando este en su punto de ebullición agregue la leche en polvo, mezcle muy bien hasta que se diluya, agregue la avena mezclela con la leche y agregue la panela , deje que se cocine por aproximadamente 15 min y asegurese de que la panela se haya integrado bien a la preparación. Retire del fuego. Sirva caliente.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Carne de res guisada**	Carne de res, magra	**60**	Lavar y desinfectar el empaque de la carne. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga la carne con agua al ras de la misma y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, pimentón, ajo, cilantro, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con la carne. Mezclar muy bien y dejar que la carne se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Molo de papa amarilla	Papa criolla, con cáscara, cruda	**80**	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Pelarlas. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Mientras se cocinan, lavar, desinfectar y enjuagar la cebolla, picar finamente. En un sarte agregue la cebolla junto al aceite y cocine afuego medio-bajo hasta que se haga un seofrito. Escurrir las papas, triturar las papas hasta obtener un puré, agregue sal y el sofrito, mezcle todos los ingredientes. Servir de acuerdo al gramaje establecido para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA		Laura Roman		

MENÚ No. 15				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Chocolate con leche**	Chocolate, con azúcar	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Lentejas guisadas**	Lenteja	**20**	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego medio- alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con aceite, cebolla, pimentón, cilantro, tomate y sal. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, hojas	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
	Espaguettis guisados	Pasta alimenticia	**25**	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, pimentón, cilantro, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**2**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Fruta de cosecha en porción**	piña	**182**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 16				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Chocolate con leche**	Chocolate, con azúcar	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar chocolate, según la cantidad indicada para el grupo de edad. Cuando el chocolate esté disuelto agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida, batir constantemente hasta que se haya mezclado todo. Servir.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Frijol rojo**	Fríjol rojo	**20**	Dejar en remojo los frijoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, pimentón, ajo, cilantro y cebolla. Realizar un sofrito con el tomate, cebolla, pimentón, cilantro y aceite. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Porción de fruta mandarina**	mandarina	**143**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 17				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de avena con leche**	Avena nacional, crudo	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la avena. Deje cocinar hasta que las hojuelas de avena estén suaves. Dejar enfriar. Licuar para evitar que queden grumos. Lleve a cocción nuevamente la preparación resultante con la panela hasta que se diluya por completo, finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Servir de acuerdo al gramaje establecido para cada grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Huevo revuelto**	Huevo de gallina	**55**	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. Batir los huevos vigorosamente junto con la sal. Aparte, colocar un sartén a precalentar con aceite. Agregar los huevos al sartén, muévalos constantemente hasta que estén cocidos. Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
		Aceite, de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Espaguettis guisados**	Pasta alimenticia	**25**	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, pimentón, cilantro, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan a cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		aceite de soya	**2**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 18				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pechuga de pollo sudado**	Carne de pollo	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, pimentón, ajo, cilantro, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Platano maduro frito**	Plátano hartón, maduro, crudo	**111**	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Retirar la cascara. Cortar en tajadas. Calentar el aceite en un sartén. Poner a freír las tajadas. Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Aceite, de soya	**6**	
	Arroz blanco	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, cebolla finamente picada, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 19				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Colada de platano con leche**	Harina de platano	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la harina de plátano, panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la harina de plátano y panela. Batir constantemente para evitar que se formen grumos. Finalmente agregue la leche en polvo una vez ya la haya mezclado en agua previamente hervida. Deje cocinar hasta que todos los ingredientes se integren adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo la cantidad establecida para cada grupo de edad.
		leche de vaca en polvo	**17**	
		Panela	**10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Carne sudada**	Carne de res, magra	**60**	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne. Fraccionar en cubos medianos. Agregar sal. En una olla presión adicionar la carne. Agregar agua suficiente de manera que cubra la carne. Poner a hervir a fuego medio alto. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, pimentón, ajo, cilantro y cebolla junca. Realizar un sofrito en un recipiente. Agregar a la preparación. Una vez hierva, tapar y bajar temperatura a fuego lento. Dejar conservar hasta que la preparación esté bien cocida. Retirar del fuego. Servir según gramaje de grupo etario
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
FRUTA	**Porción de fruta granadilla**	Granadilla	**110**	Asegurarse del buen estado de los alimentos. Lavar y desinfectar la fruta, pelar, porcionar si es necesario y servir según el gramaje establecido para cada grupo de edad.
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

MENÚ No. 20				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO (g)**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
LÁCTEOS	**Agua de panela con leche**	Panela	**10**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. Servir la cantidad indicada según grupo de edad.
		Leche de vaca en polvo entera	**17**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**Pechuga de pollo desmechado**	Carne de pollo	**60**	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar el pollo según grupo etario y número de raciones a servir. En una olla con suficiente agua llevar a cocción el pollo con un poco de sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla, tomate, pimentón, ajo y cilantro. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal, pimentón, ajo, cilantro y tomate. Retirar de la olla el pollo cuando este cocido, deshilar o desmechar el pollo. Poner a cocinar junto con el sofrito. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad.
		Cebolla junca, tallos	**8**	
		tomate,crudo	**6**	
		Ajo, crudo	**2**	
		aceite de soya	**5**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Pimentón rojo, crudo	**3**	
		Sal	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Arroz blanco**	Arroz blanco, crudo	**40**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por grupo de edad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas para el grupo de edad.
		Cebolla junca, tallo	**8**	
		Aceite, de soya	**2**	
		Sal	**1**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA			**LAURA ROMAN NIEVES**	**TP** **1085342662**
FIRMA				

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

F1.6 FORMATO LISTA DE INTERCAMBIO						
MPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE				RACIÓN PREPARADA EN SI		
GRUPO DE EDAD	9-13 años 11 meses		OPERADOR			
DEPARTAMENTO	NARIÑO		MUNICIPIO			
GRUPO ETNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AWA SIN ASOCIACIÓN	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

COMPONENTE	LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
ALIMENTO PROTEÍCO	Carne de res
	Carne de pollo
	Carne de cerdo
	Huevo entero de gallina
	Fríjol rojo
	Fríjol lima
	Lenteja
CEREAL	Arroz blanco
	Maíz blanco trillado
	Arrocillo
	Cuchuco de maíz
	Avena en hojuelas
	Mote
	Fécula de maíz
	Harina de maíz
	Espaguetis
	Pastas enriquecidas para sopa
	Arveja verde
	Fríjol verde
	Choclo amarillo o blanco
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Arracacha blanca
	Papa criolla
	Papa común
	Plátano hartón verde
	Plátano hartón maduro
	Yuca
	Plátano colí o guineo
FRUTA	Aguacate
	Banano
	Curuba
	Fresa
	Feijoa sin cáscara
	Granadilla
	Guanábana
	Guayaba
	Limón
	Lulo
	Maracuya
	Mandarina
	Mango
	Manzana roja/verde
	Mora
	Naranja
	Papaya
	Pera
	Piña
	Tomate de árbol
	Uvas
AZÚCARES	Azúcar granulada
	Azúcar morena
	Panela
GRASAS	Aceite de girasol
	Aceite de maíz
	Aceite de soya
	Aceite de palma
	Aceite de canola
	Margarinas suaves
	Mayonesa
	Mantequilla
LÁCTEOS	Leche de vaca líquida pasterizada
	Leche de vaca en polvo

Nota: *Resolución 16432 de 2015, numeral 5.3 Ciclo de Menús: - Los intercambios no pueden exceder a 6 (seis) en un ciclo de menús, para el caso del alimento proteico se permiten máximo dos intercambios por ciclo.*
- El operador debe solicitar por escrito mínimo con 5 días de anticipación (dependiendo del caso), la

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA LISTA DE INTERCAMBIOS	LAURA ROMAN NIEVES		
FIRMA	Laura Roman	MATRÍCULA PROFESIONAL	1085342662

CICLO DE MENÚ ALMUERZO PREPARADO EN SITIO						
OPERADOR:						
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**			**MUNICIPIO**		
GRUPO ÉTNICO	**RAIZAL**		**ROM**		**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		**INDÍGENA**	**X**		
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		**COMUNIDAD INDÍGENA DEL PUEBLO LOS PASTOS**			
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	**ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS SIATUADOS EN TERRITORIO INDÍGENA DEL PUEBLO LOS PASTOS**					
SEMANA No. 1						
COMPONENTES	**MENÚ No. 1**	**MENÚ No. 2**	**MENÚ No. 3**	**MENÚ No. 4**	**MENÚ No. 5**	
ALIMENTO PROTEICO	**CARNE ROJA A LA PLANCHA** / **LENTEJA GUISADA**	**PECHUGA DE POLLO ASADA**	**HUEVO COCINADO** / **FRIJOL ROJO GUISADOS**	**CARNE DE RES SUDADA**	**TRUCHA A LA PLANCHA**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	**PASTA GUISADA + ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	**PAPA COCIDA**	**MOLO DE PAPA CRIOLLA**	**TAJADA DE PLATANO MADURO FRITO**	**PAPA COCIDA**	**PAPA AL VAPOR**	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	**ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (sal y limón)**	**ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA (sal y limón)**	**TOMATE EN CASCOS CON PEREJIL**	**OLLOCOS GUISADOS CON CEBOLLA Y TOMATE**	**ZANAHORIA GUISADA**	
FRUTA	**JUGO DE GUAYABA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**COLADA DE AVENA EN LECHE**	**JUGO DE MANGO EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	
LÁCTEO	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	
SEMANA No. 2						
COMPONENTES	**MENÚ No. 6**	**MENÚ No. 7**	**MENÚ No. 8**	**MENÚ No. 9**	**MENÚ No. 10**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**PECHUGA DE POLLO SUDADO**	**HUEVO REVUELTO** / **FRIJOL GUISADO**	**CARNE DE CERDO ASADA**	**CARNE DE RES SUDADA**	**POLLO A LA PLANCHA** / **LENTEJAS GUISADAS**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**PASTA GUISADA**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	**PLATANO MADURO COCINADO**	**PAPA AL VAPOR**	**MOLO DE PAPA CRIOLLA**	**PAPA SUDADA CON CEBOLLA Y TOMATE**	**YUCA COCINADA**	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	**ACELGA GUISADA**	**TOMATE EN RODAJAS**	**ENSALADA DE ZANAHORIA CON HABICHUELA**	**ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA**	**GUISO DE CALABAZA CON CHOCLO**	
FRUTA	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	
LÁCTEO	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	
SEMANA No. 3						
COMPONENTES	**MENÚ No. 11**	**MENÚ No. 12**	**MENÚ No. 13**	**MENÚ No. 14**	**MENÚ No. 15**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**PECHUGA DE POLLO SUDADA** / **LENTEJA GUISADA**	**CARNE DE RES DESHILADA SUDADA**	**HUEVOS REVUELTOS** / **LENTEJAS GUISADAS**	**PECHUGA DE POLLO SUDADA**	**CARNE DE RES SUDADA**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	**PASTA GUISADA**	**ARROZ BLANCO**	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	**PAPA COCIDA**	**PAPA CRIOLLA COCIDA**	**PAPA AL PEREJIL**	**PAPA AL VAPOR**	**MOLO DE PAPA CRIOLLA**	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	**ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE**	**ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA**	**ENSALADA DE LECHUGA CON LIMON**	**ENSALDA DE TOMATE EN CASCOS**	**OLLOCOS GUISADOS**	
FRUTA	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	
LÁCTEO	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	
SEMANA No. 4						
COMPONENTES	**MENÚ No. 16**	**MENÚ No. 17**	**MENÚ No. 18**	**MENÚ No. 19**	**MENÚ No. 20**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**CARNE ROJA ASADA**	**PECHUGA DE POLLO SUDADA**	**HUEVO FRITO** / **FRIJOL ROJO GUISADO**	**CARNE DE RES SUDADA**	**PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA** / **ARVEJA GUISADA**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**PASTA GUISADA**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ BLANCO**	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	**PLATANO MADURO FRITO**	**PATACONES**	**MOLO DE PAPA CRIOLLA**	**PAPA AL VAPOR**	**PAPA CRIOLLA FRITA**	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	**CHOCLO COCIDO**	**ENSALADA PEPINO Y ZANAHORIA(LIMON)**	**TOMATE EN CASCOS CON PEREJIL**	**ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE**	**ZANAHORIA GUISADA**	
FRUTA	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	
LÁCTEO	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	**INCLUIDO EN EL JUGO**	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REVISA POR PARTE DE LA ETC LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS			**MANUELLA HURTADO CORAL**			
FIRMA	Manuella Hurtado Coral		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND 0436**		

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
ETC DEPARTAMENTO	SECRETARIA DE EDUCACION DEPARTAMENTAL DE NARIÑO					
MINUTA CON ENFOQUE DIFERENCIAL	SI					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	
MODALIDAD DE ATENCION	PREPARADO EN SITIO		TIPO DE COMPLEMENTO ALIMENTARIO		ALMUERZO	
NIVEL	9 A 13 AÑOS 11 MESES					

Menú 1.

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE ROJA A LA PLANCHA	Res, carne magra, cruda	F099	90	90	125,1	19,62	5,13	0	5,4	2,43	45,9	58 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
		LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	T026	25	25	96,75	5,775	0,225	15,25	12,75	1,8	6,75	75 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I.CEREALES, RACICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES		PAPA COCIDA	Papa, variedad harinosa, pastusa,	B074	100	100	89	2,1	0,1	18,9	12	0,8	6	100 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	Tomate, crudo	B103	38	30,4	6,992	0,2736	0,0304	1,2464	2,736	0,152	1,824	60 g
			Lechuga común, cruda	B059	54	29,7	5,346	0,2376	0,0297	0,7722	6,237	0,2673	1,782	
			Limón, crudo	C044	10	5	2,2	0,015	0,015	0,465	0,95	0,025	0,2	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
LACTEOS			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
AZUCARES			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTAL MENÚ							774,215	35,5675	22,3924	101,1765	183,486	6,2607	2056,077	
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850	
% ADECUACIÓN							34%	45%	30%	32%	17%	72%	111%	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

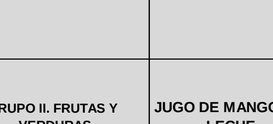
Menú 2.

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO ASADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	90	83,7	138,942	17,3259	7,7004	0,0837	9,207	0,5859	52,731	72 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	MOLO DE PAPA CRIOLLA	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	100	100	96	2,2	0,1	21,1	11	1	18	100 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA	Tomate, crudo	B103	38	30,4	6,992	0,2736	0,0304	1,2464	2,736	0,152	1,824	60 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35	29,75	13,9825	0,20825	0,02975	2,82625	8,0325	0,119	10,4125	
			Limón, crudo	C044	10	5	2,2	0,015	0,015	0,465	0,95	0,025	0,2	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DULCE DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
LACTEOS			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
AZUCARES			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTAL MENÚ							658,4425	27,49015	19,72795	89,58295	173,2895	2,6209	1686,9055	
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850	
% ADECUACIÓN							29%	35%	26%	29%	16%	30%	91%	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

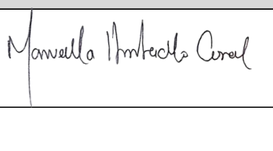
Menú 3.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO COCINADO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	50 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO GUISADO	Frijol cargamanto rojo, crudo	T011	25	25	96,5	5,7	0,375	15,1	29,75	1,325	2,5	75 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	TAJADA DE PLATANO MADURO FRITO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	139	100,08	132,1056	1,10088	0,20016	30,32424	3,0024	0,5004	4,0032	100 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	TOMATE EN CASCOS CON PEREJIL	Tomate, crudo	B103	76	60,8	13,984	0,5472	0,0608	2,4928	5,472	0,304	3,648	60 g
			Perejil, crudo	B079	6	5,4	2,97	0,1566	0,054	0,3726	7,452	0,3564	3,024	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10	41,1	1,69	0,75	6,41	5,4	0,45	0,3	200 cm3
AZÚCARES			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
LACTEOS			Panela	K033	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ		761,0536	22,41638	23,47026	110,02664	214,3884	4,8177	1301,6132
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		34%	29%	31%	35%	19%	55%	70%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 4.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	90	90	125,1	19,62	5,13	0	5,4	2,43	45,9	58 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	22	22	81,62	2,86	0,33	16,434	5,5	0,858	1,32	50g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
		ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	20	20	70,6	1,34	0,08	16,02	1,8	0,16	0,4	45 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA COCIDA	Papa, variedad harinosa, pastusa,	B074	100	100	89	2,1	0,1	18,9	12	0,8	6	100 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	OLLOCOS GUISADOS CON CEBOLLA Y TOMATE	Olloco o chugua, con cáscara, cruda	P077	60	60	30	0,84	0,3	5,82	9	0,42	0	60 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	4	4	36	0	4	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE MANGO EN LECHE	Mango común, crudo	C051	120	60	47,4	0,36	0	10,26	9	0,3	2,4	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	6	6	23,82	0	0	5,958	0	0,006	0	
LACTEOS			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ		749,213	37,0592	29,7712	79,9933	200,927	6,0315	2114,629
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		33%	47%	40%	25%	18%	69%	114%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 5.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	TRUCHA A LA PLANCHA	Trucha, entera, cruda	E047	90	46,8	63,18	9,3132	2,9016	0	15,912	0,1404	24,336	50 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA AL VAPOR	Papa, variedad harinosa, pastusa,	B074	100	100	89	2,1	0,1	18,9	12	0,8	6	100 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ZANAHORIA GUISADA	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35	29,75	13,9825	0,20825	0,02975	2,82625	8,0325	0,119	10,4125	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	4	4	36	0	4	0	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	6	6	23,82	0	0	5,958	0	0,006	0	
LACTEOS			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ		587,4005	19,13025	18,89455	81,72205	178,7845	1,8268	1645,3145
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		26%	24%	25%	26%	16%	21%	89%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 6.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)		GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	90	83,7	138,942		7,7004	0,0837	9,207	0,5859	52,731	72 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	45	45	166,95	5,85	0,675	33,615	11,25	1,755	2,7	100g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	PLÁTANO MADURO COCINADO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	139	100,08	132,1056	1,10088	0,20016	30,32424	3,0024	0,5004	4,0032	100 g
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ACELGA GUISADA	Acelga, hojas, cruda	B003	87	73,95	28,101	1,7748	0,1479	3,91935	36,2355	1,3311	156,774	60g
			Tomate, crudo	B103	8	6,4	1,472	0,0576	0,0064	0,2624	0,576	0,032	0,384	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	4	4	36	0	4	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	

TOTAL MENÚ		729,0846	12,98228	24,39506	92,28909	196,8469	4,6404	1432,0002
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		32%	17%	33%	29%	18%	53%	77%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 7.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL GUISADO	Frijol cargamanto rojo, crudo	T011	25	25	96,5	5,7	0,375	15,1	29,75	1,325	2,5	75 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	PAPA AL VAPOR	Papa, variedad harinosa, pastusa,	B074	100	100	89	2,1	0,1	18,9	12	0,8	6	100 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	TOMATE EN RODAJAS	Tomate, crudo	B103	75	60	13,8	0,54	0,06	2,46	5,4	0,3	3,6	60 g
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSEHCA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	

TOTAL MENÚ		719,886	22,0609	22,7393	100,775	214,062	4,0479	1686,044
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		32%	28%	30%	32%	19%	47%	91%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 8.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE CERDO ASADA	Cerdo, carne magra, cruda	F011	90	90	126	19,26	5,4	0,18	15,3	0,72	46,8	58 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	MOLO DE PAPA CRIOLLA	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	100	100	96	2,2	0,1	21,1	11	1	18	100 g
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE ZANAHORIA CON HABICHUELA	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35	29,75	13,9825	0,20825	0,02975	2,82625	8,0325	0,119	10,4125	60 g
			Habichuela, cruda	B052	33	29,7	12,771	0,6237	0	2,1384	11,88	0,297	1,782	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	

TOTAL MENÚ		649,9555	29,81695	17,39415	90,22025	186,6165	2,986	1293,2105
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		29%	38%	23%	29%	17%	34%	70%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 9.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	90	90	125,1	19,62	5,13	0	5,4	2,43	45,9	58 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	PAPA SUDADA CON CEBOLLA Y TOMATE	Papa, variedad harinosa, pastusa,	B074	100	100	89	2,1	0,1	18,9	12	0,8	6	100 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA (sal y limón)	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35	29,75	13,9825	0,20825	0,02975	2,82625	8,0325	0,119	10,4125	60 g
			Repollo blanco, crudo	B099	42	29,4	11,76	0,5292	0,0882	1,8816	12,936	0,147	5,292	
			Limón, crudo	C044	10	5	2,2	0,015	0,015	0,465	0,95	0,025	0,2	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	

TOTAL MENÚ		662,3485	30,04065	19,23215	88,24525	180,3945	4,398	1672,1185
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		30%	38%	26%	28%	16%	51%	90%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

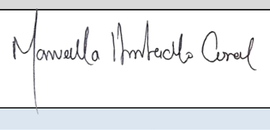
Menú 10.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	90	83,7	138,942	17,3259	7,7004	0,0837	9,207	0,5859	52,731	72 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	T026	25	25	96,75	5,775	0,225	15,25	12,75	1,8	6,75	75 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS - RAÍCES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	YUCA COCINADA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	125	100	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3	14	100 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	GUISADO DE CALABAZA CON CHOCLO	Calabaza, sin cáscara, cruda	B026	67	60,3	18,693	0,4824	0,2412	2,7135	14,472	0,1809	0	60 g
			Maíz tierno, crudo	A053	12	12	18,24	0,408	0,144	3,66	0,6	0,096	0,36	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	

TOTAL MENÚ		901,616	32,5768	27,4929	124,1785	197,978	3,9032	2068,518
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		40%	41%	37%	40%	18%	45%	112%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 11.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO SUDADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	90	83,7	138,942	17,3259	7,7004	0,0837	9,207	0,5859	52,731	72 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
		LENTEJA GUISADA	Lenteja común, cruda	T026	25	25	96,75	5,775	0,225	15,25	12,75	1,8	6,75	75 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA COCIDA	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	100	100	96	2,2	0,1	21,1	11	1	18	100 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE	Repollo blanco, crudo	B099	43	30,1	12,04	0,5418	0,0903	1,9264	13,244	0,1505	5,418	60 g
			Tomate, crudo	B103	37	29,6	6,808	0,2664	0,0296	1,2136	2,664	0,148	1,776	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ		799,367	33,6554	25,0076	104,1166	192,038	4,4678	1690,486
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		36%	43%	33%	33%	17%	51%	91%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 12.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES DESHILADA SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	90	90	125,1	19,62	5,13	0	5,4	2,43	45,9	58 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA CRIOLLA COCIDA	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	100	100	96	2,2	0,1	21,1	11	1	18	100 g
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	Tomate, crudo	B103	37	29,6	6,808	0,2664	0,0296	1,2136	2,664	0,148	1,776	60 g
			Cebolla cabezona, cruda	B027	32	30,4	12,16	0,4256	0,0304	2,3408	7,296	0,0912	1,216	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ		641,607	29,9767	17,1443	88,7829	166,797	4,4066	896,315
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		29%	38%	23%	28%	15%	51%	48%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 13.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVOS REVUELTOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	T026	25	25	96,75	5,775	0,225	15,25	12,75	1,8	6,75	75 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA AL PEREJIL	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	100	100	96	2,2	0,1	21,1	11	1	18	100 g
			Aceite de soya	D012	4	4	36	0	4	0	0	0	0	
			Perejil, crudo	B079	5	4,5	2,475	0,1305	0,045	0,3105	6,21	0,297	2,52	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE LECHUGA CON LIMÓN	Lechuga común, cruda	B059	108	59,4	10,692	0,4752	0,0594	1,5444	12,474	0,5346	3,564	60 g
			Limón, crudo	C044	10	5	2,2	0,015	0,015	0,465	0,95	0,025	0,2	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
LACTEOS			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ		764,411	22,2974	26,6447	102,9469	210,536	5,2415	1704,882
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		34%	28%	36%	33%	19%	60%	92%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL							
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436					

Menú 14.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO SUDADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	90	83,7	138,942	17,3259	7,7004	0,0837	9,207	0,5859	52,731	72 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	45	45	166,95	5,85	0,675	33,615	11,25	1,755	2,7	100g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA AL VAPOR	Papa, variedad harinosa, pastusa,	B074	100	100	89	2,1	0,1	18,9	12	0,8	6	100 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE EN CASCOS	Tomate, crudo	B103	75	60	13,8	0,54	0,06	2,46	5,4	0,3	3,6	60 g
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ		632,438	29,9381	20,1894	78,8495	173,089	3,7849	1279,767
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		28%	38%	27%	25%	16%	44%	69%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL							
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436					

Menú 15.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	90	90	125,1	19,62	5,13	0	5,4	2,43	45,9	58 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	MOLO DE PAPA CRIOLLA	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	100	100	96	2,2	0,1	21,1	11	1	18	100 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	OLLOCO GUISADO	Olloco o chugua, con cáscara, cruda	P077	60	60	30	0,84	0,3	5,82	9	0,42	0	60 g
			Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	4	4	36	0	4	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
LACTEOS			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012		0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ		763,469	36,446	26,7364	91,3445	195,255	5,4705	1737,211
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		34%	46%	36%	29%	18%	63%	94%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 16.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	#¡REF!	CARNE ROJA ASADA	Res, carne magra, cruda	F099	90	90	125,1	19,62	5,13	0	5,4	2,43	45,9	58 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	45	45	166,95	5,85	0,675	33,615	11,25	1,755	2,7	100g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PLATANO MADURO FRITO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	139	100,08	132,1056	1,10088	0,20016	30,32424	3,0024	0,5004	4,0032	100 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	CHOCLO COCIDO	Maíz tierno, crudo	A053	12	12	18,24	0,408	0,144	3,66	0,6	0,096	0,36	60 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
LACTEOS			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012		0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ		711,1416	31,10108	22,80316	91,39004	155,4844	5,1254	1267,6992
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		32%	40%	30%	29%	14%	59%	69%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 17.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO SUDADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	90	83,7	138,942	17,3259	7,7004	0,0837	9,207	0,5859	52,731	72 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PATACONES	Plátano hartón, verde, crudo	B092	147	99,96	165,9336	1,19952	0,19992	39,28428	7,9968	0,39984	25,9896	100 g
			Aceite de soya	D012	8	8	72	0	8	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA (LIMON)	Pepino Cohombro, crudo	B077	39	29,25	4,095	0,14625	0,02925	0,67275	5,265	0,08775	0,585	60 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35	29,75	13,9825	0,20825	0,02975	2,82625	8,0325	0,119	10,4125	
			Limón, crudo	C044	10	5	2,2	0,015	0,015	0,465	0,95	0,025	0,2	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012		0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTAL MENÚ							796,2951	26,32392	27,82352	106,97598	170,7513	1,93749	1305,3661	
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850	
% ADECUACIÓN							35%	33%	37%	34%	16%	22%	71%	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			MANUELLA HURTADO CORAL											
FIRMA	Manuella Hurtado Coral			MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 0436								

Menú 18.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO GUISADO	Frijol bola roja, crudo	T006	25	25	92,75	5,35	0,3	14,675	31,25	1,775	3,75	75 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	MOLO DE PAPA CRIOLLA	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	100	100	96	2,2	0,1	21,1	11	1	18	100 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	TOMATE EN CASCOS CON PEREJIL	Tomate, crudo	B103	75	60	13,8	0,54	0,06	2,46	5,4	0,3	3,6	60 g
			Perejil, crudo	B079	6	5,4	2,97	0,1566	0,054	0,3726	7,452	0,3564	3,024	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012		0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTAL MENÚ							726,998	21,9867	22,7175	103,1022	224,078	5,0323	1702,702	
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850	
% ADECUACIÓN							32%	28%	30%	33%	20%	58%	92%	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			MANUELLA HURTADO CORAL											
FIRMA	Manuella Hurtado Coral			MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 0436								

Menú 19.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	90	90	125,1	19,62	5,13	0	5,4	2,43	45,9	58 g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 gr
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8,0	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA AL VAPOR	Papa, variedad harinosa, pastusa,	B074	100	100	89	2,1	0,1	18,9	12	0,8	6	100 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE	Repollo blanco, crudo	B099	42	29,4	11,76	0,5292	0,0882	1,8816	12,936	0,147	5,292	60 g
			Tomate, crudo	B103	38	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15	1,8	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
LACTEOS			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012		0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ	631,902	29,9482	17,1974	85,6556	172,576	4,25	1662,25
RECOMENDACIÓN	2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN	28%	38%	23%	27%	16%	49%	90%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

Menú 20.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS Y SEMILLAS	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	90	83,7	138,942	17,3259	7,7004	0,0837	9,207	0,5859	52,731	72 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	ARVEJA GUISADA	Arveja verde, cruda	B019	25	10	9,9	0,59	0,03	1,55	3,6	0,15	0,5	75 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	50	50	176,5	3,35	0,2	40,05	4,5	0,4	1	113 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8,0	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA CRIOLLA FRITA	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	100	100	96	2,2	0,1	21,1	11	1	18	100 g
			Aceite de soya	D012	8	8	72	0	8	0	0	0	0	
VERDURA FRIA O CALIENTE	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	ZANAHORIA GUISADA	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35	29,75	13,9825	0,20825	0,02975	2,82625	8,0325	0,119	10,4125	60 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	4	4	36	0	4	0	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	FRUTA DE COSECHA	C031	80	60	42,6	0,54	0,18	8,04	7,8	0,18	1,8	200 cm3
AZÚCARES			Azúcar blanco, granulado	K003	10	10	39,7	0	0	9,93	0	0,01	0	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		Aceite de soya	D012		0	0	0	0	0	0	0	0	

TOTAL MENÚ	818,7315	27,99345	36,74125	90,62345	178,7445	2,7107	1689,0505
RECOMENDACIÓN	2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN	36%	36%	49%	29%	16%	31%	91%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 1				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO 9 a 13 años 11 meses	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE ROJA A LA PLANCHA	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne de res. Porcionar la carne de acuerdo al gramaje. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca y tomate de carne. Realizar un sofrito con cebolla junca, tomate de carne, aceite y sal. Posteriormente adicione la carne, cocinar hasta que este blando y completamente cocido. Servir caliente.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	25	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate, zanahoria y cebolla. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de beneficiarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. Agregar 2 partes de agua por una de arroz. En una olla colocar agua con la sal y calentar a fuego medio-alto. A continuación, añadir el arroz y cocinar a fuego medio sin mover, hasta que se encuentre bien cocido. Posteriormente, lave y desinfecte la cebolla junca, pique finamente y añada con aceite al arroz y terminar de cocinar a fuego muy bajo, durante unos 10-15 minutos. Servir caliente.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA COCIDA	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. Pelar y picar la papa en cuadritos, segun el gramaje indicado. Ponga las papas en un recipiente hondo con agua hirviendo y agregue sal. Retirar del fuego cuando la papa este blanca. Escurrir y servir.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	Tomate, crudo	38	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y la lechuga. Pelar los alimentos. Picar finamente en cubos pequeños el tomate y cortar finamente la lechuga. Servir segun gramaje.
		Lechuga común, cruda	54	
		limón	10	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DULCE DE COSECHA EN LECHE	Guayaba madura, cruda	80	Hervir agua en la cantidad necesaria según gramaje y estando tibia agregarle la cantidad de leche en polvo necesaria y revolver, dejar enfriar. Mientras se enfria lavar, desinfectar la fruta de cosecha, porcionar y colocarla en la licuadora con la leche. Licuar, agregar el azúcar revolver, colar. Servir frio.
		Azúcar	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION						
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO						
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR		
DEPARTAMENTO	Nariño					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
					SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 2				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEÍCO	PECHUGA DE POLLO ASADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, cebolla, y el empaque de la carne de pollo. Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida. Sazonar el pollo con sal, cebolla, tomate finamente picados. Precalentar un sartén con aceite. Cuando este caliente, ponga los trozos de carne a fuego medio-bajo. Retirar del sartén cuando la carne de pollo este dorada por ambos lados. Servir caliente.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de beneficiarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. Agregar 2 partes de agua por una de arroz. En una olla colocar agua con la sal y calentar a fuego medio-alto. A continuación, añadir el arroz y cocinar a fuego medio sin mover, hasta que se encuentre bien cocido. Posteriormente, lave y desinfecte la cebolla junca, pique finamente y añada con aceite al arroz y terminar de cocinar a fuego muy bajo, durante unos 10-15 minutos. Servir caliente.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MOLO DE PAPA CRIOLLA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	Lavar las papas, pelar y retiriar toda la suciedad. Colocar una olla con suficiente agua y añadir las papas. Una vez se encuentren completamente cocidas retire del fuego y aplaste con ayuda de un tenedor. A parte realice un sofrito con cebolla y agregue sal. Finalice agregando el sofrito a las papas y mezcle. Sirva caliente de acuerdo al gramaje establecido.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Sal	1	
VERDURA FRIA O CALIENTE	ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA	Tomate, crudo	38	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y la zanahoria. Pelar los alimentos. Cortar en cubos. En un recipiente amplio agregar los vegetales. Mezclar los alimentos. Servir según gramaje correspondiente.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DULCE DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Hervir agua en la cantidad necesaria según gramaje y estando tibia agregarle la cantidad de leche en polvo necesaria y revolver, dejar enfriar. Mientras se enfria lavar, desinfectar la fruta de cosecha, porcionar y colocarla en la licuadora con la leche. Licuar, agregar el azúcar revolver, colar. Servir frio.
		Azúcar blanco, granulado	10	
AZUCARES		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
GRASAS	INCLUIDO EN PREPARACIONES			Para preparacion

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 3				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCINADO	Huevo de gallina, entero, crudo	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Coloque una olla con agua a hervir. Una vez este hirviendo agregue los huevos por aproximadamente 10 minutos. Retire del fuego y enfrie. Posteriormente, retire la cáscara y sirva.
		Sal	1	
	FRÍJOL ROJO GUISADO	Frijol cargamanto rojo, crudo	25	Dejar en remojo el fríjol desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar el fríjol en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate, zanahoria y cebolla. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	TAJADA DE PLATANO MADURO FRITO	plátano hartón, maduro, crudo	139	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Retirar la cascara. Cortar en tajadas. Calentar el aceite en un sartén. Poner a freír las tajadas. Retire del fuego cuando el plátano este dorado por cada lado. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Aceite de soya	5	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE EN CASCOS CON PEREJIL	Tomate, crudo	76	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Cortar en cubos. En un recipiente amplio agregar el tomate. A parte lave y desinfecte el perejil y pique finamente. Mezclar los alimentos. Servir según gramaje establecido.
		Perejil, crudo	6	
BEBIDA	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	10	Hervir agua en la cantidad necesaria según gramaje y estando tibia agregarle la cantidad de leche en polvo necesaria y revolver, dejar enfriar. Mientras se enfria lavar, desinfectar la fruta de cosecha, porcionar y colocarla en la licuadora con la leche. Licuar, agregar el azúcar revolver, colar. Servir.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
		Panela	10	
GRASAS	INCLUIDO EN PREPARACIONES	Aceite		Para preparacion

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**POR DEFINIR**	
DEPARTAMENTO	**Nariño**				
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA**		**PUEBLO LOS PASTOS**	**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 4

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate y la cebolla. Lavar el empaque de la carne de res. Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida. Sazonar la carne con sal. En una sartén con aceite caliente, agregar la cebolla y tomate pelado y cortado en cubos. Cocinar la cebolla y el tomate y agregar la carne de res. Retirar del sartén cuando este cocinado. Servir caliente.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREAL	PASTA GUISADA	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	22	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	20	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA COCIDA	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie, retire la cascara. En un recipiente hondo sumergir las papas en agua hirviendo y dejarlas en cocción hasta que estén blandas. Retirar del fuego. Eliminar el exceso del agua. . Servir según gramaje.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	OLLOCOS GUISADOS CON CEBOLLA Y TOMATE	Olloco o chugua, con cáscara, cruda	60	Lavar y limpiar muy bien los ollocos eliminando toda la suciedad de la superficie. Coloque una olla presión con poca agua a fuego alto y añada los ollocosel agregando la sal. Mientras tanto, lave y desinfecte el tomate de carne y cebolla junca, posteriormente pique finamente la cebolla y el tomate en cubos. Una vez se haya cocinado completamente el olloco retire del fuego. En una paila coloque aceite, junto con la cebolla y tomate, deje que se frite y despúes añada el ulloco y el huevo, mezcle todo. Una vez se haya realizado la cocción de todos los ingredientes, retire del fuego y sirva según gramaje establecido.
		Tomate, crudo	6	
		Huevo de gallina, entero, crudo	55	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	4	
		Sal	1	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Mango	120	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y pelar la fruta de cosecha. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfriar lavar, cortar y colocar la fruta en la licuadora con el agua. Licuar, agregar el azúcar, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frio.
		Azúcar blanco, granulado	6	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN			
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**MANUELLA HURTADO CORAL**		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD- 0436**

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	**9 a 13 años 11 meses**			**POR DEFINIR**	
DEPARTAMENTO	**Nariño**				
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA**		**PUEBLO LOS PASTOS**	**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 5				
COMPONENTE	**PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**PESO BRUTO Preescolar**	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
ALIMENTO PROTEÍCO	**TRUCHA A LA PLANCHA**	Trucha, entera, cruda	**115**	Verifique que la trucha tegna branquias rojas brillantes y húmedas, los ojos sean saltones, húmedos y cristalinos, las escama brillantes, su textura firme y elástica, al oprimir el pescado la marca de los dedos queda en el cuerpo sin presencia de olor fuerte. Lavar con agua segura y retirar escamas de la trucha y aplicar limón y sal para desinfectar. Limpiar y desinfectar la cebolla, ajo y la albahaca con 1 cucharada de bicarbonato de sodio en polvo, o 1 taza de vinagre, o 1 mililitro de hipoclorito de sodio al 5% por cada litro de agua durante 5 a 10 minutos.
		Cebolla junca, tallos, cruda	**8**	
		Aceite de soya	**5**	
		Sal	**1**	
CEREAL	**ARROZ BLANCO**	Arroz blanco, pulido, crudo	**50**	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por nivel de escolaridad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. En un sartén con aceite, sofreir los fideos cabello de ángel y posteriormente adicionar al arroz. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	**8**	
		Aceite de soya	**3**	
		Sal	**1**	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	**PAPA AL VAPOR**	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	**100**	Limpiar y lavar las papas con cáscara. A parte coloque una olla con suficiente agua a fuego alto y agregue las papas junto con la sal, percatandose que el agua las cubra completamente. Una vez estén cocidas, retire del fuego y sirva según el gramaje establecido.
		Sal	**1**	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	**ZANAHORIA GUISADA**	Zanahoria, sin cáscara, cruda	**35**	Lavar, desinfectar, enjuagar la zanahoria. Pelar y picar en cubos. Colocar en un recipiente hondo la zanahoria con suficiente agua que las cubra a fuego alto medio. Una vez hiervan y la zanahoria esta blanda. Retirar el agua y escurrir. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla y tomate picar finamente. En un sartén adicionar la cebolla y el tomate finamente picado junto con aceite y hacer un sofrito. Mezclar la zanahoria cocida con el sofrito y una cantidad pequeña de agua. Dejar reservar a fuego lento.
		Cebolla junca, tallos, cruda	**8**	
		Tomate, crudo	**6**	
		Aceite de soya	**4**	
		Cilantro, crudo	**2**	
		Sal	**1**	Servir según gramaje de grupo etario.
BEBIDA	**JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE**	Frutas	**80**	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y pelar la fruta de cosecha. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfriar lavar, cortar y colocar la fruta en la licuadora con el agua. Licuar, agregar el azúcar, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frio.
		Azúcar blanco, granulado	**6**	
AZUCARES	**INCLUIDO EN PREPARACIONES**	Leche de vaca, entera, en polvo	**13**	Para preparacion
GRASAS	**INCLUIDO EN PREPARACIONES**	Aceite		Para preparacion

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		**MANUELLA HURTADO CORAL**	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**COLNUD- 0436**

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 6				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREAL	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	45	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERCULOS, RAICES, PLÁTANOS O DERIVADOS DE CEREALES	PLÁTANO MADURO COCINADO	plátano hartón, maduro, crudo	139	Limpiar y lavar los plátanos con cascara. Poner en una olla con suficiente agua, que cubra los plátanos. Cocinar a fuego medio- alto hasta que el plátano este blando. Sacar, retirar el exceso de agua, dejar reposar. Retirar la cascara y trocear teniendo en cuenta los gramajes porcada nivel de escolaridad. Servir.
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ACELGA GUISADA	Acelga, hojas	87	Verificar que las verduras acelga, cebolla cabezona y tomate tengan su color caracteristico y olor caracteristico sin ser fétido o desagradable Limpiar y desinfectar con 1 cucharada de bicarbonato de sodio en polvo, o 1 taza de vinagre, o 1 mililitro de hipoclorito de sodio al 5% por cada litro de agua durante 5 a 10 minutos. Corta la acelga. Corta finamente la cebolla cabezona. En un plato/olla juntar todas las verduras y revolver Cortar el limón y exprimir sobre las verduras Aplicar un poco de sal, revolver y servir.
		Tomate, crudo	8	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	2	
		Sal	1	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Varios	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara (cuando aplique), cortar en trozos colocar en la licuadora junto con el agua y licuar, colar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frio.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
AZÚCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		MANUELLA HURTADO CORAL	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION						
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO						
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR		
DEPARTAMENTO	Nariño					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
					SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 7

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina, entero, crudo	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Batir los huevos, añada la sal y coloque una sartén a fuego bajo. Cuando la sartén esté caliente añada el aceite y vierta la mezcla. Continue revolviendo hasta obtener la textura de los huevos revueltos y sirva de acuerdo al gramaje establecido.
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
	FRIJOL GUISADO	Frijol, crudo	25	Dejar en remojo los frijoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, zanahoria y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate, zanahoria y cebolla. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje establecido.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender por nivel de escolaridad. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERCULOS, RAICES, PLÁTANOS O DERIVADOS DE CEREALES	PAPA AL VAPOR	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. A parte coloque una olla con suficiente agua a fuego alto y agregue las papas junto con la sal, percatandose que el agua las cubra completamente. Una vez estén cocidas, retire del fuego y sirva según el gramaje establecido.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE EN RODAJAS	Tomate, crudo	75	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate de carne. Cortar el tomate en rodajas y servir según gramaje establecido.
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Varios	93	Hervir agua en la cantidad necesaria según gramaje y estando tibia agregarle la cantidad de leche en polvo necesaria y revolver, dejar enfriar. Mientras se enfria lavar, desinfectar la fruta de cosecha, porcionar y colocarla en la licuadora con la leche. Licuar, agregar el azúcar revolver, colar. Servir frio.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
AZÚCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION						
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO						
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR		
DEPARTAMENTO	Nariño					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
					SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 8				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES ASADA	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne de res. Porcionar la carne de acuerdo al gramaje. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca y tomate de carne. Realizar un sofrito con cebolla junca, tomate de carne, aceite y sal. Posteriormente adicione la carne, cocinar hasta que este blando y completamente cocido. Servir caliente.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	MOLO DE PAPA CRIOLLA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie y cebolla junca. A parte coloque una olla con suficiente agua a fuego alto y agregue las papas junto con la sal y cebolla. Una vez estén cocidas y se haya consumido el agua proceda a macerar hasta obtener una mezcla homogenea. Retire del fuego y sirva según el gramaje establecido.
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Sal	1	
VERDURA FRIA O CALIENTE	ENSALADA DE ZANAHORIA CON HABICHUELA	Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	Lavar, desinfectar y enjuagar la zanahoria y habichuela. Pelar los alimentos. Coloar en una olla con agua a cocinar la zanahoria y habichuela. En un recipiente amplio agregar los vegetales. Mezclar los alimentos. Servir según gramaje establecido.
		Habichuela, cruda	33	
BEBIDAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Fruta varios	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Colocar una olla con agua a fuego medio. Lave la panela a utilizar y una vez el agua se encuentre en ebullición agregue la panela hasta que se disuelva completamente. Retire del fuego, agregue la leche y sirva.
		Azúcar blanco, granulado	13	
LACTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	10	
AZUCARES		INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN		
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 9				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	ALBONDIGAS DE CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	90	Colocar una olla con agua a fuego alto y agregue el aceite. Una vez el agua este tibia se agrega la carne de res previamente lavada. Posteriormente, se procede a lavar, desinfectar y enjuagar la cebolla larga, plátano, yuca y papa. Una vez el agua se encuentre hirviendo, se añade el plátano picado y dejar cocinar por un tiempo. Por último se agrega la papa y yuca. Deje cocinar completamente todos los ingredientes. Retire y sirva caliente.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERCULOS, RAICES, PLÁTANOS O DERIVADOS DE CCEREALES	PAPA SUDADA CON CEBOLLA Y TOMATE	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	100	Lavar las papas, pelar y retiriar toda la suciedad. Colocar una olla con suficiente agua y añadir las papas. Una vez se encuentren completamente cocidas retire del fuego. A parte realice un sofrito con cebolla, tomate, aceite y agregue sal. Finalice agregando el sofrito a las papas y mezcle. Sirva caliente de acuerdo al gramaje establecido.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	2	
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo y zanahoria. Picar finamente en tiras delgadas el repollo y rayar la zanahoria. En un recipiente amplio agregue las verduras y mezcle hasta qe todos los alimentos se hayan integrado. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Repollo blanco, crudo	42	
BEBIDAS	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Varios	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara (cuando aplique), cortar en trozos, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
AZÚCARES		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
		Azúcar blanco, granulado	10	
GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 10				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, cebolla, y el empaque de la carne de pollo. Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida. Sazonar el pollo con sal, cebolla, tomate finamente picados. Precalentar un sartén con aceite. Cuando este caliente, ponga los trozos de carne a fuego medio-bajo. Retirar del sartén cuando la carne de pollo este dorada por ambos lados. Servir caliente.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	25	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, zanahoria y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate, zanahoria y cebolla. Adicionar al recipiente donde están la lenteja, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERCULOS, RAICES, PLÁTANOS O DERIVADOS DE CEREALES	YUCA COCINADA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	Lavar, desinfectar, enjuagar y pelar la yuca. Fraccionar en bastones acorde a las porciones propuestas. En un recipiente hondo u olla presión, cocinar la yuca con suficiente agua. Retirar del fuego. Eliminar el exceso del agua y dejar reposar por algunos minutos. Servir caliente de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Sal	1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GUISADO DE CALABAZA CON CHOCLO	Calabaza, sin cáscara, cruda	67	Lavar, desinfectar y enjuagar la calabaza, tomate y cebolla. Coloque aceite en una olla a fuego medio. Agregue la cebolla y el tomate picados finamente y deje saltear por aproximadamente 5 minutos. Luego incorporar la calabaza cortada en cubos. Agregar la sal, tapar y dejar cocinar aproximadamente 45 minutos. Una vez este listo, agregar el choclo desgranado y cocinar unos 10 minutos mas. Retire del fuego y sirva según gramaje establecido.
		Maíz tierno, crudo	12	
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, hojas, cruda	8	
		Aceite de soya	2	
		Sal	1	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Varios	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara (cuando aplique), cortar en trozos, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
LÁCTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
AZÚCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
GRASAS	EN LA PREPARACIÓN			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		MANUELLA HURTADO CORAL	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 11				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	PECHUGA DE POLLO SUDADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar y desinfectar el empaque del pollo. Porcionar según el número de raciones a servir. En un recipiente hondo ponga el pollo con agua y sal. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate. Agregar el sofrito junto con el pollo. Mezclar muy bien y dejar que el pollo se cocine adecuadamente. Retirar del fuego. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
	FRIJOL BLANCO GUISADO	Frijol blanco, crudo	25	Dejar en remojo el fríjol blanco desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar el fríjol en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, zanahoria y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate, zanahoria y cebolla. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje establecido.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite, sal y deje hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz a fuego bajo y tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	PAPA COCIDA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	Limpiar y lavar la papa con cascara. Retirar la cascara. Coloque una olla con agua a hervir y añada las papas sin cascara enteras de acuerdo al gramaje establecido. Retire del fuego cuando la papa este completamente cocida. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Sal	1	
VERDURAS FRIAS O CALIENTES	ENSALADA DE REPOLLO CON PEPINO	Repollo blanco, crudo	43	Lavar, desinfectar y enjuagar el repollo y tomate. Picar en cubos pequeños el tomate y picar el repollo finamente. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Tomate, crudo	37	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara (cuando aplique), cortar en trozos, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
AZUCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		MANUELLA HURTADO CORAL	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 12				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES DESHILADA SUDADA	Res, carne magra, cruda	90	1. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne de res. 2. Porcionar la carne de cerdo. 3. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca, tomate y zanahoria. 4. Realizar un sofrito con cilantro, cebolla junca, tomate, zanahoria, aceite y sal. 5. Posteriormente adicione la carne de res, cocinar hasta que este blanda y completamente cocida. 6. Retirar de la olla y deshilar o desmechar. 7. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
CEREALES	PAPA CRIOLLA COCIDA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	Lavar las papas, pelar y retiriar toda la suciedad. Colocar una olla con suficiente agua y añadir las papas. Una vez se encuentren completamente cocidas retire del fuego. Sirva caliente de acuerdo al gramaje establecido.
VERDURA FRIA O CALIENTE	ENSALADA DE CEBOLLA Y TOMATE	Tomate, crudo	37	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate de carne y cebolla cabezona. Pelar la cebolla. picar en cubos el tomate y picar finamente la cebolla. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla cabezona, cruda	32	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara (cuando aplique), cortar en trozos, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
LÁCTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
AZUCARES		Azúcar blanco, granulado	10	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		MANUELLA HURTADO CORAL	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 13				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS REVUELTOS	Huevo de gallina, entero, crudo	55	Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. Batir los huevos, añada la sal y coloque una sartén a fuego bajo. Cuando la sartén esté caliente añada el aceite y vierta la mezcla. Continue revolviendo hasta obtener la textura de los huevos revueltos y sirva de acuerdo al gramaje establecido.
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja común, cruda	25	Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego alto. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandas. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	PAPA AL PEREJIL	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	Lavar las papas, pelar y retiriar toda la suciedad. Colocar una olla con suficiente agua y añadir las papas. Una vez se encuentren cocidas adicione el perejil, aceite, sal y mezcle, retire del fuego. Sirva caliente de acuerdo al gramaje establecido.
		Aceite de soya	4	
		Perejil	5	
		Sal	1	
VERDURA FRIA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA CON LIMON	Lechuga común, cruda	108	Lavar, desinfectar y enjuagar la lehuga y el limón. Picar finamente la lechuga. En un recipiente amplio mezclar las verduras. Escurrir el limón y servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Limón, crudo	10	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria según gramaje, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. A parte tome una porción de leche disuelta y agregue la fécula de maíz hasta que se disuelva completamente. Añada la mezcla en el resto de leche y revuelva hasta que espese. Retire del fuego y sirva caliente.
AZUCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
LACTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		MANUELLA HURTADO CORAL	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 14				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	PECHUGA DE POLLO SUDADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne de pollo. Fraccionar la porción adecuada de acuerdo la cantidad establecida. Sazonar la carne con tomate, cebolla previamente lavados, desinfectados y picados finamente y añada sal. Precalentar un sartén con aceite. Cuando este caliente, ponga a freír a fuego medio-bajo. Una vez el pollo se encuentre cocido completamente retirar del fuego y servir caliente.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREAL	PASTA GUISADA	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	45	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	PAPA AL VAPOR	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. A parte coloque una olla con suficiente agua a fuego alto y agregue las papas junto con la sal, percatandose que el agua las cubra completamente. Una vez estén cocidas, retire del fuego y sirva según el gramaje establecido.
		Sal	1	
VERDURA FRIA O CALIENTE	ENSALADA DE TOMATE EN CASCOS	Tomate, crudo	75	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate. Picar el tomate en cascos. En un recipiente amplio agregar los vegetales. Mezclar los alimentos, mezclar y servir.
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara (cuando aplique), cortar en trozos, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
AZUCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		MANUELLA HURTADO CORAL	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 15				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, cebolla y el empaque de la carne de res. Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida. Sazonar la carne con sal, cebolla y tomate finamente picados. Precalentar un sartén con aceite. Cuando este caliente, ponga a freír los trozos de carne a fuego medio-bajo. Retirar del sartén cuando la carne este dorada por ambos lados. Servir caliente
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal, adicionalmente, una vez cocinada la acelga mezcle y deje hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS, DEREIVADOS DE CEREAL	MOLO DE PAPA CRIOLLA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie y cebolla junca. A parte coloque una olla con suficiente agua a fuego alto y agregue las papas junto con la sal y cebolla. Una vez estén cocidas y se haya consumido el agua proceda a macerar hasta obtener una mezcla homogenea. Retire del fuego y sirva según el gramaje establecido.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Sal	1	
VERDURA FRIA O CALIENTE	OLLOCO GUISADO	Olloco o chugua, con cáscara, cruda	60	Lavar y limpiar muy bien los ollocos eliminando toda la suciedad de la superficie. Coloque una olla presión con poca agua a fuego alto y añada los ollocosel agregando la sal. Mientras tanto, lave y desinfecte el tomate de carne y cebolla junca, posteriormente pique finamente la cebolla y el tomate en cubos. Una vez se haya cocinado completamente el olloco retire del fuego. En una paila coloque aceite, junto con la cebolla y tomate, deje que se frite y despúes añada el ulloco y el huevo, mezcle todo. Una vez se haya realizado la cocción de todos los ingredientes, retire del fuego y sirva según gramaje establecido.
		Huevo de gallina, entero, crudo	55	
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	4	
		Sal	1	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara (cuando aplique), cortar en trozos, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
LACTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	10	
AZUCARES		Azúcar blanco, granulado	13	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		MANUELLA HURTADO CORAL	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 16				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	CARNE ROJA ASADA	Cerdo, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, cebolla y el empaque de la carne. Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida para el nivel de escolaridad. Sazonar la carne con sal, cebolla y tomate finamente picados. Precalentar un sartén con aceite. En un recipiente revuelva la harina de trigo con huevo y unte la carne. Cuando el sartén este caliente, ponga los trozos de carne a fuego medio-bajo. Retirar del sartén cuando la carne este dorada por ambos lados. Servir caliente.
		Tomate, crudo	6	
		cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	PASTA GUISADA	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	45	En una olla ponga a hervir agua. Cuando esté en su punto de ebullición. Verter los espaguetis para que se cocinen. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla y tomate. Realizar un sofrito con cebolla, aceite, sal y tomate, cocinarlo hasta que el tomate tome una consistencia pastosa. Quitar el agua en que se cocinaron los espaguetis y agregarle el sofrito. Mezclar los ingredientes. Servir de acuerdo a los gramajes.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	PLÁTANO MADURO FRITO	plátano hartón, maduro, crudo	139	Lavar, limpiar y retirar la cáscara del plátano.En un recipienteañadir el aceite y llevar a fuego medio. Una vez los plátanos se encuetren dorados por ambas partes, proceda a escurrir y dejar reposar por algunos minutos. Servir de acuerdo a los gramajes que correspondan.
		Aceite de soya	5	
VERDURA FRIA O CALIENTE	CHOCLO COCIDO	Maíz tierno, crudo	12	En una olla con agua hirviendo, agregar los choclos, no agregar sal, ya que hace que se endurezca el grano, una vez vuelva a hervir cocinar por 15 minutos. La sal se debe agregar una vez estén cocinados los choclos. Retire del fuego y sirva según gramaje establecido.
		Sal	1	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
AZÚCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
LACTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
GRASAS				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		MANUELLA HURTADO CORAL	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 17				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	PECHUGA DE POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne de pollo. Fraccionar la porción adecuada de acuerdo la cantidad establecida. Sazonar la carne con tomate, cebolla previamente lavados, desinfectados y picados finamente y añada sal. Precalentar un sartén con aceite. Cuando este caliente, ponga a freír a fuego medio-bajo. Una vez el pollo se encuentre cocido completamente retirar del fuego y servir caliente.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. Lavar, desinfectar, enjuagar y picar finamente la cebolla. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Agregue la cebolla, mezcle con el arroz y tape nuevamente la preparación. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	PATACONES	Plátano hartón, verde, crudo	147	Lavar y pelar los plátanos. A parte en un sarten agregue aceite y coloque al fuego. Corte el plátano en trozos y una vez se encuentre el aceite caliente agregue los plátanos. Cuando esten dorados retire y con ayuda de un plato aplaste hasta obtener la consistencia deseada y añada nuevamente al aceite hasta que se encuentre bien cocido. Finalmente, sirva de acuerdo al gramaje establecido.
		Aceite de soya	8	
		Sal	1	
VERDURA FRIA O CALIENTE	ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA	Pepino Cohombro, crudo	39	Lavar, desinfectar y enjuagar el pepino y zanahoria. Pelar los alimentos. Rallar la zanahoria. En un recipiente amplio mezclar las verduras y adicionar el jugo de limon. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Limón	35	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	10	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
AZÚCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
GRASAS				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION						
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO						
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR		
DEPARTAMENTO	Nariño					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
					SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 18				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	55	Lavar y desinfectar los huevos. Coloque un sartén con aceite a fuego medio. Una vez el huevo se encuentre cocido retire de la paila y agregue sal. Sirva.
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
	FRIJOL ROJO GUISADO	Frijol bola roja, crudo	25	Dejar en remojo los frijoles desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate, zanahoria y cebolla. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	MOLO DE PAPA CRIOLLA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie y cebolla junca. A parte coloque una olla con suficiente agua a fuego alto y agregue las papas junto con la sal y cebolla. Una vez estén cocidas y se haya consumido el agua proceda a macerar hasta obtener una mezcla homogenea. Retire del fuego y sirva según el gramaje establecido.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Sal	1	
VERDURA FRIA O CALIENTE	TOMATE EN CASCOS CON PEREJIL	Tomate, crudo	75	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate de carne y perejil. Picar el tomate de carne en cubos y finamente el perejil. Mezclar todos los ingredientes. Por ultimo deberá servir según gramaje establecido..
		Perejil, crudo	6	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfria, desinfectar y lavar con abundante agua la fruta de cosecha, retirar la cascara, cortar en trozos pequeños, ponerlos en la licuadora junto con el agua y licuar. Adicionar azúcar y mezclar. Servir frío.
AZÚCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
GRASAS				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses			POR DEFINIR	
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 19				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne. Agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente los tomates y cebolla. Realizar un sofrito en un recipiente con cebolla, tomate y aceite. Agregar la carne al sofrito realizado, cocinar a fuego bajo hasta que la preparación esté bien cocida. Retirar del fuego. Servir según gramaje.
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8,0	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	PAPA AL VAPOR	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	100	Lavar y limpiar muy bien las papas eliminando toda la suciedad de la superficie. A parte coloque una olla con suficiente agua a fuego alto y agregue las papas junto con la sal, percatandose que el agua las cubra completamente. Una vez estén cocidas, retire del fuego y sirva según el gramaje establecido.
		Sal	1	
VERDURA FRIA O CALIENTE	ENSALADA DE REPOLLO CON TOMATE	Repollo blanco, crudo	42	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate de carne y repollo. Picar el tomate de carne en cubos y finamente el perejil. Mezclar todos los ingredientes. Por ultimo deberá servir según gramaje establecido y agregue sal.
		Tomate, crudo	38	
		Sal	1	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfriar lavar, desinfectar la fruta de cosecha, retirar las hojas y elemetos extraños que puedan tener, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar el azúcar, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frio.
AZÚCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
LACTEOS		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
GRASAS				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		MANUELLA HURTADO CORAL	
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

GUIA DE PREPARACION					
COMPLEMENTO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 a 13 años 11 meses		POR DEFINIR		
DEPARTAMENTO	Nariño				
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
				SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 20				
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO(g) Preescolar	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
ALIMENTO PROTEICO	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	Pollo, pechuga con piel, cruda	90	Lavar, desinfectar y enjuagar el tomate, cebolla, y el empaque de la carne de pollo. Fraccionar en trozos de acuerdo la cantidad establecida. Sazonar el pollo con sal, cebolla, tomate finamente picados. Precalentar un sartén con aceite. Cuando este caliente, ponga los trozos de carne a fuego medio-bajo. Retirar del sartén cuando la carne de pollo este dorada por ambos lados. Servir caliente.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
	ARVEJA CRUDA	Arveja, cruda	25	Dejar en remojo la arveja desde el día anterior a la preparación. Regar el agua. En una olla presión ponga a cocinar la arveja en agua a fuego alto y agregar sal. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate y cebolla. Realizar un sofrito con el aceite, sal, tomate, zanahoria y cebolla. Adicionar al recipiente donde están las arvejas, mezcle todos los ingredientes. Deje cocinar hasta que estén blandos. Porcionar y servir de acuerdo al gramaje.
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	
		Tomate, crudo	6	
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Aceite de soya	5	
		Sal	1	
CEREALES	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	50	Mida la cantidad de ingredientes a utilizar según el número de usuarios a atender. Lave el arroz, revise que se encuentre libre de impurezas y escurra bien. En una olla agregue agua, arroz, aceite y sal. Dejar hervir hasta que el agua este casi evaporada. Siga cocinando el arroz, pero a fuego bajo, tape la olla para asegurar una mejor cocción. Retire del fuego cuando los granos de arroz estén secos, blandos y separados. Servir de acuerdo a las cantidades establecidas.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8,0	
		Aceite de soya	3	
		Sal	1	
TUBERCULOS, RAICES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREALES	PAPA CRIOLLA FRITA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	Limpiar y lavar las papas criollas. Poner en una olla con suficiente aceite, que cubra las papas. Cocinar a fuego medio- alto hasta que las papas esten fritas. Sacar, retirar el exceso de aceite, dejar reposar. Servir caliente de acuerdo al gramaje establecido.
		Aceite de soya	8	
VERDURA FRIA O CALIENTE	ZANAHORIA GUISADA	Zanahoria, sin cáscara, cruda	35	Lavar, desinfectar, enjuagar la zanahoria. Pelar y picar en cubos. Colocar en un recipiente hondo la zanahoria con suficiente agua que las cubra a fuego alto medio. Una vez hiervan y la zanahoria esta blanda. Retirar el agua y escurrir. Lavar, pelar y enjuagar la cebolla y tomate picar finamente. En un sartén adicionar la cebolla y el tomate finamente picado junto con aceite y hacer un sofrito. Mezclar la zanahoria cocida con el sofrito y una cantidad pequeña de agua. Dejar reservar a fuego lento. Servir según gramaje de grupo etario.
		Cebolla junca, tallos, cruda	8	
		Tomate, crudo	6	
		Aceite de soya	4	
		Cilantro, crudo	5	
		Sal	1	
BEBIDA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA EN LECHE	Frutas	93	Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque del azúcar. Hervir agua en la cantidad necesaria para la preparación, agregue la leche en polvo. Mezcle muy bien. Retirar del fuego. dejar enfriar. Mientras se enfriar lavar, desinfectar la fruta de cosecha, retirar las hojas y elemetos extraños que puedan tener, colocarla en la licuadora con el agua. Licuar, agregar el azúcar, revolver hasta que el endulzante se haya diluido, Servir frio.
AZÚCARES		Azúcar blanco, granulado	10	
		Leche de vaca, entera, en polvo	13	
GRASAS				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

LISTA DE INTERCAMBIOS						
COMPLEMENTO ALMUERZO RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	**9 A 13 AÑOS 11 MESES**		**OPERADOR**	**POR DEFINIR**		
DEPARTAMENTO	**NARIÑO**		**MUNICIPIO**			
GRUPO ETNICO	**INDÍGENA**		**COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA**		**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	RAIZAL		**ROM**		**SIN PERTENENCIA ÉTNICA**	**X**
COMPONENTE	**LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO**					
ALIMENTO PROTEÍCO DE ORIGEN ANIMAL	Carne de res					
	Carne de cerdo					
	Huevo de gallina					
	Pechuga de pollo					
ALIMENTO PROTEÍCO DE ORIGEN VEGETAL	Fríjol					
	Lenteja					
	Garbanzo					
	Fríjol blanco - Blanquillo					
CEREAL	Arroz					
	Pasta					
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Papa					
	Yuca					
	Platano verde o maduro					
	Chiro					
VERDURAS	Tomate, cebolla cabezona, cebolla junca, zanahoria, habichuela, arveja, remolacha, perejil, pepino, calabaza, ulloco					
FRUTA	Papaya, piña, tomate de árbol, maracuyá, lulo, guanabana, mango, limón, naranja, arazá, guayaba					
AZÚCARES	Azúcar blanco					
	Panela					
GRASAS	Aceite vegetal					
	Margarina					
LÁCTEOS	Leche entera de vaca					
	Leche de vaca en polvo					
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA LISTA DE INTERCAMBIOS	**MANUELLA HURTADO CORAL**					
FIRMA	Manuella Hurtado Coral		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND 0436**		

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / JORNADA TARDE						
OPERADOR:						
DEPARTAMENTO	NARIÑO			MUNICIPIO		
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X		
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA					
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	APLICA PARA AQUELLOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS EN DONDE SE ECUENTRE UBICADA LA POBLACIÓN INDÍGENA LOS PASTOS					
SEMANA No. 1						
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5	
BEBIDA CON LECHE	Chocolate en leche	Colada de cebada en leche	Agua de panela en leche	Colada de avena en leche	Colada de arrocillo en leche	
ALIMENTO PROTEICO	Pollo guisado	Lenteja guisada	Carne de res sudada	Huevo revuelto	frijol rojo	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Arroz blanco	Papa cocinada	Pasta guisada	Plátano maduro frito en tajadas	arroz blanco	
FRUTA	Porción de fruta de cosecha(aclarando que no seafruta citrica naranja-		Porción de fruta de cosecha(que no sea fruta citrica naranja-mandarina)			
SEMANA No. 2						
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10	
BEBIDA CON LECHE	Colada de quinua en leche	Chocolate en leche	Colada de maíz molido en leche	Agua de panela en leche	Colada de cebada en leche	
ALIMENTO PROTEICO	Huevo frito	Pollo sudado	Frijol rojo guisado	Arveja guisada	Carne de cerdo sudada	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Papa cocinada	Puré de papa amarilla	Arroz blanco	Arroz blanco	Pasta guisada	
FRUTA	Arroz blanco	Porción de fruta de cosecha(que no sea citrica naranja-mandarina)		Porción de fruta de cosechaque no sea citrica naranja-mandarina)		
SEMANA No. 3						
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15	
BEBIDA CON LECHE	Colada de avena en leche	Mazamorra en leche	Chocolate en leche	Colada de quinua en leche	Agua de panela en leche	
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res deshilada sudada	Lenteja guisada	Pollo sudado	Huevo perico (tomate y cebolla)	Frijol rojo guisado	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Papa cocinada	Arroz blanco	Plátano maduro frito en tajadas	Arroz blanco	Arroz blanco	
FRUTA	Arroz blanco		Porción de fruta de cosecha(que no sea fruta citrica naranja-mandarina)		Porción de fruta de cosechaque no sea citrica naranja-mandarina)	
SEMANA No. 4						
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20	
BEBIDA CON LECHE	Colada de arrocillo en leche	Agua de panela en leche	Colada de quinua en leche	Chocolate en leche que sea en polvo	Colada de avena en leche	
ALIMENTO PROTEICO	Garbanzo guisado	Huevo revuelto	Pollo sudado	Fríjol blanco guisado	Carne de cerdo sudada	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Arroz blanco	Pasta guisada	Puré de papa amarilla	Arroz blanco	Papa cocinada	
FRUTA	Porción de fruta de cosechaque no sea citrica naranja-mandarina)			Porción de fruta de cosecha que no sea citrica naranja-mandarina)		
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REVISA POR PARTE DE LA ETC LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS			MANUELLA HURTADO CORAL			
FIRMA	Manuella Hurtado Coral		MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436		

NOTA 1: Ofrecer agua apta para consumo humano. Su inclusión debe realizarse paulatinamente, con la finalidad de fomentar hábitos y estilos de vida saludables en los beneficiarios del Programa de Alimentación Escolar. NOTA 2: Frutas: Frescas y Enteras. No se permite la entrega de naranja y banano más de tres veces en un ciclo.

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
ETC DEPARTAMENTO	SECRETARIA DE EDUCACION DEPARTAMENTAL DE NARIÑO					
MINUTA CON ENFOQUE DIFERENCIAL	SI					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	PUEBLO LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	
MODALIDAD DE ATENCION	PREPARADO EN SITIO		TIPO DE COMPLEMENTO ALIMENTARIO		COMPLEMENTO JM/JT	
NIVEL	9 A 13 AÑOS 11 MESES					

Menú 1.

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	83,88	0,648	2,988	13,59	6,48	0,63	0	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS.	POLLO GUISADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	35,154	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	C031	134	100,5	71,355	0,9045	0,3015	13,467	13,065	0,3015	3,015	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI.AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												
GRASAS	GRUPO V.GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		521,197	19,3635	19,0631	64,883	157,519	1,8015	864,635
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		23%	25%	25%	21%	14%	21%	47%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 2.

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE CEBADA EN LECHE	Cebada, perlada, cruda	A014	14	14	53,9	1,75	0,252	10,094	5,04	0,378	0,98	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja real, cruda	T027	20	20	78,2	5,06	0,22	11,9	12	1,38	1,2	60 g
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA COCINADA	Papa, variedad harinosa, pastusa, con	B074	150	150	133,5	3,15	0,15	28,35	18	1,2	9	150 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		413,707	13,5917	9,1129	64,4591	166,609	3,5628	841,661
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		18%	17%	12%	21%	15%	41%	45%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 3.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	18	18	65,52	0,108	0,018	16,236	7,56	0,882	7,02	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	30,6	39 g
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	25	92,75	3,25	0,375	18,675	6,25	0,975	1,5	57g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	C031	134	100,5	71,355	0,9045	0,3015	13,467	13,065	0,3015	3,015	100 g

TOTAL MENÚ		449,452	21,0432	14,6152	54,8957	161,996	4,0147	870,702
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		20%	27%	20%	17%	15%	46%	47%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 4.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PORCIÓN SERVIDA
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	15	15	61,65	2,535	1,125	9,615	8,1	0,675	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	50 g
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	plátano hartón, maduro, crudo	B089	111	79,92	105,4944	0,87912	0,15984	24,21576	2,3976	0,3996	3,1968	80g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	100 g
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		401,5294	13,12412	17,09784	47,08926	162,9526	2,4251	511,7418
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		18%	17%	23%	15%	15%	28%	28%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 5.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PORCIÓN SERVIDA
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	15	15	52,95	1,005	0,06	12,015	1,35	0,12	0,3	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO GUISADO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	20	74,2	4,28	0,24	11,74	25	1,42	3	60 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		435,641	11,6351	10,9541	70,1277	163,343	2,4808	835,061
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		19%	15%	15%	22%	15%	29%	45%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 6.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	Porción servida
BEBIDA CON LECHE	GRUPOIII. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	COLADA DE QUINUA	Harina de quinua, cruda	A037	15	15	54	1,65	0,615	10,35	6,6	0,735	1,8	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEÍCO	GRUPO V. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS,, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	PAPA COCIDA	Papa, variedad harinosa, pastusa, con	B074	50	50	44,5	1,05	0,05	9,45	6	0,4	3	50 g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	90g
		ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		475,269	15,1284	16,6412	65,3161	170,959	2,8275	1289,795
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		21%	19%	22%	21%	16%	33%	70%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 7.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	Porción servida
BEBIDA CON LECHE	GRUPOIII. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	83,88	0,648	2,988	13,59	6,48	0,63	0	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEÍCO	GRUPO V. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS,, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	35,154	50g
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	PURÉ DE PAPA AMARILLA	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	80	80	76,8	1,76	0,08	16,88	8,8	0,8	14,4	80 g
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	C031	134	100,5	71,355	0,9045	0,3015	13,467	13,065	0,3015	3,015	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		457,381	18,4819	18,9911	49,799	162,239	2,3575	878,427
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		20%	24%	25%	16%	15%	27%	47%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 8.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	Porción servida
BEBIDA CON LECHE	GRUPOIII. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	COLADA DE MAÍZ MOLIDO	Maíz blanco, trillado	A046	15	15	53,55	1,305	0,135	11,685	1,5	0,3	0,9	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEÍCO	GRUPO V. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS,, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO GUISADO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	20	74,2	4,28	0,24	11,74	25	1,42	3	60 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90 g
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		436,533	11,9543	11,0331	69,8357	163,253	2,6988	835,757
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		19%	15%	15%	22%	15%	31%	45%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 9.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							Porción servida
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPOIII. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	18	18	65,52	0,108	0,018	16,236	7,56	0,882	7,02	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEÍCO	GRUPO V. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS,, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	ARVEJA GUISADA	Arveja seca, cruda	T003	20	20	74,8	4,78	0,22	12,04	12	0,92	3	60g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90 g
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO I FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSEHCA	C031	134	100,5	71,355	0,9045	0,3015	13,467	13,065	0,3015	3,015	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		487,99	12,127	11,1926	80,0737	165,358	2,6793	841,478
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		22%	15%	15%	25%	15%	31%	45%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL							
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436					

Menú 10.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							Porción servida
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPOIII. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	COLADA DE CEBADA	Cebada, perlada, cruda	A014	15	15	57,75	1,875	0,27	10,815	5,4	0,405	1,05	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEÍCO	GRUPO V. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS,, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE CERDO SUDADA	Cerdo, carne magra, cruda	F011	60	60	84	12,84	3,6	0,12	10,2	0,48	31,2	39 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	25	92,75	3,25	0,375	18,675	6,25	0,975	1,5	57g
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	3,6	1,476	0,0576	0,0072	0,2556	1,584	0,054	0,576	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		404,271	21,7581	14,7627	44,3217	156,671	2,6132	866,019
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		18%	28%	20%	14%	14%	30%	47%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL							
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436					

Menú 11.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	15	15	61,65	2,535	1,125	9,615	8,1	0,675	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES DESHILADA SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	60	83,4	13,08	3,42	0	3,6	1,62	30,6	39 g
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA AL VAPOR	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin	B076	50	45	43,65	0,9	0,09	9,405	3,6	0,36	4,5	50g
			Sal	L015	50	50	0	0	0	0	12	0,15	19390,5	
		ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		497,191	22,8651	15,2891	65,3927	164,293	3,7458	20257,811
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		22%	29%	20%	21%	15%	43%	1095%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 12.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	MAZAMORRA EN LECHE	Maíz mute, cocido, sin sal	A048	15	15	14,7	0,375	0,075	3,15	1,95	0,09	0	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJA GUISADA	Lenteja común, cruda	T026	20	20	77,4	4,62	0,18	12,2	10,2	1,44	5,4	60 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		400,591	11,3451	10,9091	61,7227	149,143	2,4708	837,161
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		18%	14%	15%	20%	14%	28%	45%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436

Menú 13.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	83,88	0,648	2,988	13,59	6,48	0,63	0	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	35,154	50g
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS	plátano hartón, maduro, crudo	B089	111	79,92	105,4944	0,87912	0,15984	24,21576	2,3976	0,3996	3,1968	80 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	C031	134	100,5	71,355	0,9045	0,3015	13,467	13,065	0,3015	3,015	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		513,7044	17,55992	22,06484	57,32566	155,6296	1,8825	480,5268
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		23%	22%	29%	18%	14%	22%	26%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL							
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436					

Menú 14.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE QUINUA EN LECHE	Quinua, cruda	A079	15	15	56,4	2,19	0,66	9,96	8,25	1,26	0,75	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO PERICO (TOMATE Y CEBOLLA)	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	50 g
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		435,457	14,7	16,6442	55,8905	168,625	2,9895	898,703
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		19%	19%	22%	18%	15%	34%	49%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL							
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436					

Menú 15.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	18	18	65,52	0,108	0,018	16,236	7,56	0,882	7,02	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO GUISADO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	20	74,2	4,28	0,24	11,74	25	1,42	3	60 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA	FRUTA DE COSECHA	C031	134	100,5	71,355	0,9045	0,3015	13,467	13,065	0,3015	3,015	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		486,806	11,5886	11,2046	79,6977	178,838	3,1033	841,286
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		22%	15%	15%	25%	16%	36%	45%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL							
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436					

Menú 16.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	15	15	52,95	1,005	0,06	12,015	1,35	0,12	0,3	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	GARBANZO GUISADO	Garbanzo, crudo	T019	20	20	78,6	3,98	1,1	11,76	24	1,28	6	60 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	C031	134	100,5	71,355	0,9045	0,3015	13,467	13,065	0,3015	3,015	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												
TOTAL MENÚ							511,396	12,2396	12,1156	83,6147	175,408	2,6423	841,076	
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850	
% ADECUACIÓN							23%	16%	16%	27%	16%	30%	45%	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			MANUELLA HURTADO CORAL											
FIRMA		Manuella Hurtado Coral		MATRÍCULA PROFESIONAL			COLNUD- 0436							

Menú 17.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	18	18	65,52	0,108	0,018	16,236	7,56	0,882	7,02	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	49,5	73,755	6,237	5,346	0,1485	26,235	0,8415	68,805	50 g
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	25	92,75	3,25	0,375	18,675	6,25	0,975	1,5	57g
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												
TOTAL MENÚ							335,975	13,137	13,2158	40,5721	166,457	2,8419	902,511	
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850	
% ADECUACIÓN							15%	17%	18%	13%	15%	33%	49%	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			MANUELLA HURTADO CORAL											
FIRMA		Manuella Hurtado Coral		MATRÍCULA PROFESIONAL			COLNUD- 0436							

Menú 18.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE QUINUA EN LECHE	Quinua, cruda	A079	15	15	56,4	2,19	0,66	9,96	8,25	1,26	0,75	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	55,8	92,628	11,5506	5,1336	0,0558	6,138	0,3906	35,154	50g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PURÉ DE PAPA AMARILLA	Papa variedad harinosa, criolla, con	B071	80	80	76,8	1,76	0,08	16,88	8,8	0,8	14,4	80g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												
TOTAL MENÚ							393,119	19,1707	16,3677	41,2285	156,581	3,0714	881,265	
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850	
% ADECUACIÓN							18%	24%	22%	13%	14%	35%	48%	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			MANUELLA HURTADO CORAL											
FIRMA		Manuella Hurtado Coral		MATRÍCULA PROFESIONAL			COLNUD- 0436							

Menú 19.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	83,88	0,648	2,988	13,59	6,48	0,63	0	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL BLANCO GUISADO	Frijol blanco, crudo	T005	20	20	74,6	4,26	0,22	12,36	26,6	1,24	3	60 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	40	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8	90 g
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCION DE FRUTA DE COSECHA	FRUTA DE COSECHA	C031	134	100,5	71,355	0,9045	0,3015	13,467	13,065	0,3015	3,015	100 g
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		505,566	12,1086	14,1546	77,6717	179,358	2,6713	834,266
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		23%	15%	19%	25%	16%	31%	45%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL							
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436					

Menú 20.														
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES							PORCIÓN SERVIDA
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	15	15	61,65	2,535	1,125	9,615	8,1	0,675	0,45	200 cm3
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	64,87	3,419	3,458	4,992	122,2	0,065	47,97	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE CERDO SUDADA	Cerdo, carne magra, cruda	F011	60	60	84	12,84	3,6	0,12	10,2	0,48	31,2	39 g
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	5,1	2,397	0,0357	0,0051	0,4845	1,377	0,0204	1,785	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	3,2	1,184	0,0384	0,0032	0,2176	1,824	0,016	0,48	
			Cilantro, crudo	B035	2	1,8	0,792	0,0414	0,0108	0,1062	1,476	0,0324	0,828	
			Tomate, crudo	B103	6	4,8	1,104	0,0432	0,0048	0,1968	0,432	0,024	0,288	
			Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0	
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA COCINADA	Papa, variedad harinosa, pastusa, con	B074	150	150	133,5	3,15	0,15	28,35	18	1,2	9	150g
			Sal	L015	1	1	0	0	0	0	0,24	0,003	387,81	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	9	32,76	0,054	0,009	8,118	3,78	0,441	3,51	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN												

TOTAL MENÚ		427,257	22,1567	13,3659	52,2001	167,869	2,9598	871,131
RECOMENDACIÓN		2245	78,6	74,8	314,3	1100	8,7	1850
% ADECUACIÓN		19%	28%	18%	17%	15%	34%	47%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	MANUELLA HURTADO CORAL							
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD- 0436					

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

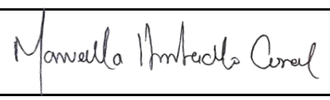
GUÍA DE PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE MODALIDAD PREPARADA EN SITIO

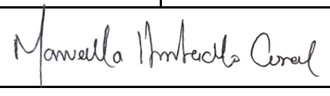
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	**9 A 13 AÑOS 11 MESES**		**OPERADOR**		
DEPARTAMENTO	**Nariño**		**MUNICIPIO**		
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA**	**X**		**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	RAIZAL			**SIN PERTENENCIA ÉTNICA**	**PUEBLO DE LOS PASTOS**

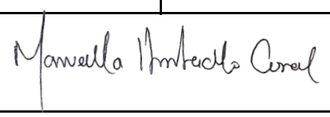
MENÚ No 1

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. 2. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar el chocolate en pastillas. 3. Batir con molinillo constantemente 4. Cuando el chocolate esté disuelto agregar la leche en polvo según gramaje para la edad, 4. Mezclar todo, batir y servir. 5. Servir a una temperatura mayor a 80° C.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	POLLO GUISADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	1. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne de pollo. 2. Porcionar la carne de pollo. 3. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca y el tomate. 4. Realizar un sofrito con cebolla junca, tomate,cilantro, aceite y sal. 5. Posteriormente picar la pechuga de pollo en cubitos, adicionar al guiso, cocinar hasta que este blando y completamente cocido. 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Aceite de soya	D012	5	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entonces agregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir. Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Probamos pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C.
			Cebolla junca, tallo, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	Varios	promedio frutas	134	N
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		

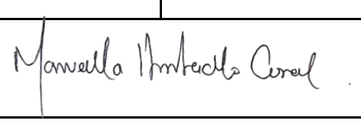
FIRMA	

MENÚ No. 2						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE CEBADA EN LECHE	Cebada, perlada, cruda	A010	14	1. Verificar fecha de vencimiento vigente y condiciones óptimas de calidad de la leche en polvo. 2. Limpiar y desinfectar la bolsa de leche. 3. Aparte lavar la cebada en un colador y adicionar a la leche caliente cuando este llegue al hervor. 5. Cocinar la cebada hasta que esté bien blandito, durante 15 minutos aproximadamente a fuego alto. 6. Luego adicionar leche y la panela, mezclar durante 10 minutos. 7. Sacar del fuego y servir caliente 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS,FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja real, cruda	T005	20	1. Dejar en remojo las lentejas desde el día anterior a la preparación. 2. Regar el agua. 3. En una olla presión ponga a cocinar las lentejas en agua a fuego alto. 4. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate,cilantro, cebolla y zanahoria. 5. Realizar un sofrito con los ingredientes. 6. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. 7. Deje cocinar hasta que estén blandos 8. Porcionar y servir a más de 80º C de acuerdo al gramaje establecido.
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA COCINADA	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	A010	188	1. Lavar y retirar toda la suciedad visible. 2. En una olla con suficiente agua, adicionar sal y las papas. 3. Colocar la olla a fuego alto y dejar cocinar hasta que las papas se encuentren blandas. 4. Retirar del fuego, escurrir el agua y servir de acuerdo al gramaje establecido.
			Sal	L015	1,0	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS					
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	PANELA PARA COLADA	Panela	K033	9	
GRASAS	GRUPO V. GRASAS					
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA			Manuella Hurtado Coral			

MENÚ No. 3						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	18	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. 2. Hervir el agua en un recipiente hondo. 3. Cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. 4. Mezcle muy bien. 5. Retirar del fuego. 6.. Servir a un atemperatura mayor a 80° C de acuerdo al gramaje establecido.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	1. Lavar y desinfectar el empaque de la carne. 2. Porcionar la carne según grupo etareo y número de raciones a servir. 3. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca, cilantro, aceite, sal y tomate. 4. Poner a cocinar junto con el sofrito. 5. Retirar de la olla. 6. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad a una temperatura no menor de 80ºC
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	1. Retirar la pasta del empaque, lavar y desinfectar el mismo. 2. En una olla coloque suficiente agua y lleve a fuego medio. 3. Una vez hierva el agua adicione la pasta hasta que ablande. 4. Lave y desinfecte la cebolla larga, cilantro y pique finamente. 5. Realizar un sofrito con la cebolla, aceite y sal. 6. Retire del fuego la pasta y escurra el agua. 7. Adicione la pasta al sofrito y mezcle bien. 8. Sirva de acuerdo a los gramajes establecidos.
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Aceite de soya	D012	2	
FRUTAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS		Sal	L015	1	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	Varios	promedio frutas cosecha	134	1. Lavar y desinfectar con una solución de hipoclorito (5,25%) con agua según programa de limpieza y desinfección 2. Pelar y porcionar la fruta según grupo de edad. 3. Servir inmediatamente.
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA						

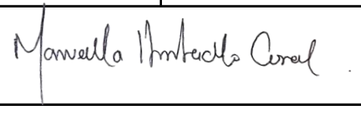
MENÚ No. 4						
COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**9 A 13 AÑOS 11 MESES** PESO BRUTO (g)	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
BEBIDA CON LECHE	**GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS**	**COLADA DE AVENA EN LECHE**	**Avena en Hojuelas, Precocida**	**A012**	**15**	1. Verificar fecha de vencimiento vigente y condiciones óptimas de calidad de la leche en polvo. 2. Limpiar y desinfectar la bolsa de leche. 3. Aparte lavar la avena en un colador y adicionar la leche caliente cuando este llegue al hervor. 5. Cocinar la avena hasta que esté bien blandito, durante 15 minutos aproximadamente a fuego alto. 6. Luego adicionar leche y la panela, mezclar durante 10 minutos. 7. Sacar del fuego y servir caliente 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	**G008**	**13**	
ALIMENTO PROTEICO	**GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS**	**HUEVO REVUELTO**	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**J004**	**55**	1.Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. 2.Lávelos y desinféctelos. Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. 3.Batir los huevos vigorosamente junto con la sal. Aparte, 4.colocar un sartén a precalentar con aceite. Agregar los huevos al sartén, revolver constantemente hasta que estén cocidos. 5.Retirar del fuego. Servir en porciones iguales a todos los grupos etarios.
			Aceite de soya	**D012**	**2**	
			Sal	**L015**	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS**	**PLATANO MADURO FRITO EN TAJADAS**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**B089**	**111**	1. Lavar y desinfectas los plátanos amarillos. 2 Pelar los plátanos y porcionar de acuerdo al gramaje establecido. 3. En un sartén coloque aceite y ponga a fuego medio. 4. Cuando el aceite se encuentre bien caliente adicione los plátanos en tajadas. 5. Una vez los plátanos se encuentren dorados, retire el exceso de aceite y sirva de acuerdo a los gramajes establecidos.
			Aceite de soya	**D012**	**5**	
FRUTA	**GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS**					
AZÚCARES	**GRUPO VI. AZUCARES**	**INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN**	**Panela**	**K033**	**9**	En la preparación.
GRASAS	**GRUPO V. GRASAS**					
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				**MANUELLA HURTADO CORAL**		
FIRMA						

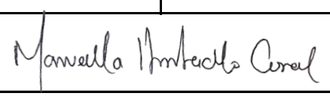
Menu No. 5						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE ARROCILLO EN LECHE	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	15	1. Verificar fecha de vencimiento vigente y condiciones óptimas de calidad de la leche en polvo. 2. Limpiar y desinfectar la bolsa de leche. 3. Calentar agua (2 vaso de agua por cada vasos de arroz a utilizar) durante 5 minutos. 4. Aparte lavar el arroz en un colador y adicionar al agua caliente cuando este llegue al hervor. 5. Cocinar el arroz hasta que esté bien blandito, durante 15 minutos aproximadamente a fuego alto. 6. Luego adicionar leche y la panela, mezclar durante 10 minutos. 7. Sacar del fuego y servir caliente 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO GUISADO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	1. Se remojan el frijol desde el día anterior. 2. Se llevan a la olla pitadora el frijol hasta la primera pitada se adiciona la cebolla, zanahoria, tomate, cilantro y sal, se dejan cocinar por 20 minutos sin tapa y se sirven.3. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad a una temperatyra no menor de 80ºC. Servir de acuerdo al gramaje establecido.
			zanahoria	B110	6	
			tomate, crudo	B103	6	
			cilantro, crudo	B035	2	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entonces agregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir. Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Probamos pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C.
			Cebolla junca, tallo, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				Para preparaciones
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN		K033	9	Para preparaciones
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA			Manuella Hurtado Coral			

MENÚ No. 6						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE QUINUA EN LECHE	Harina de quinua, cruda	A037	15	1. Verificar fecha de vencimiento vigente y condiciones óptimas de calidad de la leche en polvo. 2. Limpiar y desinfectar la bolsa de leche. 3. Aparte lavar la quinua en un colador y adicionar al agua caliente cuando este llegue al hervor. 5. Cocinar la quinua hasta que esté bien blandito, durante 15 minutos aproximadamente a fuego alto. 6. Luego adicionar leche y la panela, mezclar durante 10 minutos. 7. Sacar del fuego y servir caliente 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEÍCO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	1. Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. 2. Coloque un sarten con aceite a fuego medio. 3. Cuando el aceite este caliente rompa el huevo y espere hasta que se cocine completamente. 4. Sirva.
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA COCIDA	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	B074	50	1. Lavar y retirar toda la suciedad visible. 2. En una olla con suficiente agua, adicionar sal y las papas. 3. Colocar la olla a fuego alto y dejar cocinar hasta que las papas se encuentren blandas. 4. Retirar del fuego, escurrir el agua y servir de acuerdo al gramaje establecido.
			sal	L015	1	
		ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entonces agregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir. Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Probamos pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C
			Cebolla junca, tallo, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS					
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	Incluida en la preparación
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA						

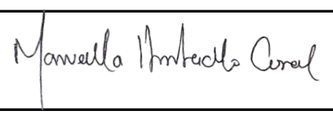
MENÚ No. 7						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. 2. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar el chocolate en pastillas. 3. Batir con molinillo constantemente 4. Cuando el chocolate esté disuelto agregar la leche en polvo según gramaje para la edad, 4. Mezclar todo, batir y servir. 5. Servir a una temperatura mayor a 80° C
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	1. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne de pollo. 2. Porcionar la carne de pollo. 3. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca, cilantro y el tomate. 4. Realizar un sofrito con cebolla junca, tomate, aceite, cilantro y sal. 5. Posteriormente picar la pechuga de pollo en cubitos, adicionar al guiso, cocinar hasta que este blando y completamente cocido. 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Cebolla junca,	B028	8	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PURE DE PAPA AMARILLA	Papa variedad harinosa, criolla,	B071	80	1. Laver y pelar las papas. 2. En una olla con suficiente agua, colocar a fuego alto y adicionar las papas. 3. Una vez las papas se encuentren blandas, retire del fuego y escurrir el agua. 4. Lavar y desinfectar la cebolla larga y picar finamente. 5. En un sarten adicionar acite y poner a fuego medio. 6. Una vez el aceite este caliente adicionar la cebolla con la sal, 7. En unrecipiente y con ayuda de un tenedor, triture la papa hasta obtener la consistencia deseada. 6. Agregar la cebolla, sal y mezclar. Servir de acuerdo al gramaje establecido.
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	Varios	promedio frutas cosecha	134	1. Lavar y desinfectar con una solución de hipoclorito (5,25%) con agua según programa de limpieza y desinfección 2. Pelar y porcionar la fruta según grupo de edad. 3. Servir inmediatamente.
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
GRASAS	GRUPO VI. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA			Manuella Hurtado Coral			

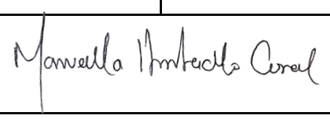
MENÚ No. 8						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE MAÍZ MOLIDO	Maíz blanco, trillado	A046	15	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, maíz y la leche en polvo. 2. Ponemos durante unos 10-12 minutos a remojar el maíz en un poco de agua. 3. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición 4. A continuación agregamos el maíz removiendo constantemente con una cuchara para que no se pegue, durante 15 minutos. 5. Después agregamos poco a poco la leche sin dejar de remover. Dejamos hervir todo durante otros 10 minutos. Pasado ese tiempo añadimos la panela. 6. Para terminar colamos todo, para que quede la colada más ligera y sin grumos. 7. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEÍCO ADICIONAL	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO GUISADO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	1. Dejar en remojo los frijoles desde el día anterior a la preparación. 2. Regar el agua. 3. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto. 4. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, cilantro, zanahoria, cebolla y sal.. 5. Realizar un sofrito con el tomate. 6. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. 7. Deje cocinar hasta que estén blandos 8. Porcionar y servir a más de 80º C de acuerdo a cada grupo de edad.
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entonces agregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir. Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Adicionalmente se elimina impurezas, se lava y desinfecta la cebolla. 6. Se procede a pelar y picar finamente. 7. Adicionamos la cebolla en una olla con agua hirviendo durante 5 minutos. 6. Una vez cocida se mezclan con el arroz 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C.
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS					
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	Para preparaciones
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA			Manuella Hurtado Coral			

MENÚ No. 9						
COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**9 A 13 AÑOS 11 MESES** PESO BRUTO (g)	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
BEBIDA CON LECHE	**GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS**	**AGUA DE PANELA EN LECHE**	**Panela**	**K033**	**18**	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. 2. Hervir el agua en un recipiente hondo. 3. Cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. 4. Mezcle muy bien. 5. Retirar del fuego. 6.. Servir a un atemperatura mayor a 80° C de acuerdo al gramaje establecido.
			Leche de vaca, entera, en polvo	**G008**	**13**	
ALIMENTO PROTEICO	**GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS**	**ARVEJA GUISADOA**	**Arveja seca, cruda**	**T003**	**20**	1. Dejar en remojo las arvejas desde el día anterior a la preparación. 2. Regar el agua. 3. En una olla presión ponga a cocinar los frijoles en agua a fuego alto. 4. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate,cilantro, zanahoria, cebolla y sal. 5. Realizar un sofrito con el tomate. 6. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. 7. Deje cocinar hasta que estén blandos 8. Porcionar y servir a más de 80º C de acuerdo a cada grupo de edad.
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	**B110**	**6**	
			Tomate, crudo	**B103**	**6**	
			Cebolla junca, hojas, cruda	**B028**	**8**	
			Cilantro, crudo	**B035**	**2**	
			Aceite de soya	**D012**	**5**	
			Sal	**L015**	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS**	**ARROZ BLANCO**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**A010**	**40**	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entoncesagregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir; Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Probamos pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C
			Cebolla junca, hojas, cruda	**B028**	**8**	
			Aceite de soya	**D012**	**2**	
			Sal	**L015**	**1**	
FRUTA	**GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS**	**PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA**	**Varios**	**promedio frutas cosecha**	**134**	1. Lavar y desinfectar con una solución de hipoclorito (5,25%) con agua según programa de limpieza y desinfección 2. Pelar y porcionar la fruta según grupo de edad. 3. Servir inmediatamente.
AZÚCARES	**GRUPO VI. AZÚCARES**	**INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN**				
GRASAS	**GRUPO V. GRASAS**	**INCLUIDO EN LA PREPARACIÓN**				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			**MANUELLA HURTADO CORAL**			
FIRMA						

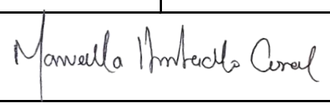
MENÚ No. 10						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE CEBADA EN LECHE	Cebada, perlada, cruda	A014	15	1. Verificar fecha de vencimiento vigente y condiciones óptimas de calidad de la leche entera UHT. 2. Limpiar y desinfectar la bolsa de leche. 3. Calentar agua (2 vaso de agua por cada vasos de arroz a utilizar) durante 5 minutos. 4. Aparte lavar el arroz en un colador y adicionar al agua caliente cuando este llegue al hervor. 5. Cocinar el arroz hasta que esté bien blandito, durante 15 minutos aproximadamente a fuego alto. 6. Luego adicionar leche y la panela, mezclar durante 10 minutos. 7. Sacar del fuego y servir caliente 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE CERDO SUDADA	Cerdo, carne magra, cruda	F011	60	1. Lavar y desinfectar el empaque de la carne. 2. Porcionar la carne según grupo etareo y número de raciones a servir. 3. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca,cilantro, zanahoria y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca, aceite, sal, y tomate. 4. Poner a cocinar junto con el sofrito. 5. Retirar de la olla. 6. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad a una temperatura no menor de 80ºC
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	1. Retirar la pasta del empaque, lavar y desinfectar el mismo. 2. En una olla coloque suficiente agua y lleve a fuego medio. 3. Una vez hierva el agua adicione la pasta hasta que ablande. 4. Lave y desinfecte la cebolla larga y el tomate, pique finamente. 5. Realizar un sofrito con la cebolla, cilantro, tomate, aceite y sal. 6. Retire del fuego la pasta y escurra el agua. 7. Adicione la pasta al sofrito y mezcle bien. 8. Sirva de acuerdo a los gramajes establecidos.
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cebolla junca, hojas, cruda	B028	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS					
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	PANELA INCLUIDA EN LA COLADA	Panela	K033	9	Para preparaciones
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA						

MENÚ No. 11						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	15	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, avena y la leche en polvo. 2. Ponemos durante unos 10-12 minutos a remojar la avena en un poco de agua. 3. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición 4. A continuación agregamos la avena removiendo constantemente con una cuchara para que no se pegue, durante 15 minutos. 5. Después agregamos poco a poco la leche sin dejar de remover. Dejamos hervir todo durante otros 10 minutos. Pasado ese tiempo añadimos la panela. 6. Para terminar colamos todo, para que quede la colada más ligera y sin grumos. 7. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES DESHILADA SUDADA	Res, carne magra, cruda	F099	60	1. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne de res. 2. Porcionar la carne de cerdo. 3. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca,cilantro, tomate y zanahoria. 4. Realizar un sofrito con cilantro, cebolla junca, tomate, zanahoria, aceite y sal. 5. Posteriormente adicione la carne de res, cocinar hasta que este blanda y completamente cocida. 6. Retirar de la olla y deshilar o desmechar. 7. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA AL VAPOR	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	50	1. Lavar y retirar toda la suciedad visible. 2. En una olla con suficiente agua, adicionar sal y las papas. 3. Colocar la olla a fuego alto y dejar cocinar hasta que las papas se encuentren blandas. 4. Retirar del fuego, escurrir el agua y servir de acuerdo al gramaje establecido.
			Sal	L015	1	
		ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entoncesagregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir; Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Probamos pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS					
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	PANELA INCLUIDA EN LA COLADA	Panela	K033	9	Para preparaciones
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		

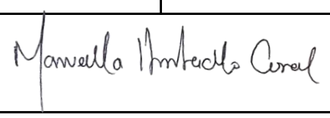
FIRMA	

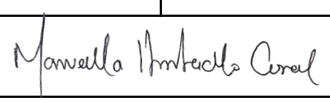
MENÚ No. 12						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	MAZAMORRA EN LECHE	Maíz mute, cocido, sin sal	A048	15	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela, maíz y la leche en polvo. 2. Ponemos el día anterior a remojar la mazamorra. 3. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición 4. A continuación agregamos el maíz removiendo constantemente con una cuchara para que no se pegue, hasta que se ablande el maíz. 5. Después agregamos poco a poco la leche sin dejar de remover. Dejamos hervir todo durante otros 10 minutos. Pasado ese tiempo añadimos la panela. 6. Para terminar colamos todo, para que quede la colada más ligera y sin grumos. 7. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	LENTEJA GUISADA	Lenteja común, cruda	T026	20	1. Dejar en remojo la lenteja desde el día anterior a la preparación. 2. Regar el agua. 3. En una olla presión ponga a cocinar la lenteja en agua a fuego alto. 4. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, zanahoria y cebolla. 5. Realizar un sofrito con el tomate, zanahoria, cebolla, cilantro, aceite y sal. 6. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. 7. Deje cocinar hasta que estén blandos 8. Porcionar y servir a más de 80º C de acuerdo a cada grupo de edad.
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	1. Lavar bien el arroz y escurrirlo. 2. Lavar y desinfectar la acelga, ponerlas en la licuadora con el agua y licuar durante uno 20 segundos. 3. Poner al fuego fuerte una olla mediana con el aceite, la sal, el agua y la acelga licuada. 4. Una vez comience a hervir, adicionar el arroz. Una vez hierva nuevamente el líquido, poner el fuego en medio hasta que seque. 5. Tapar la olla y poner el fuego en bajo y deje cocer unos 5 minutos más. 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS					
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN	Panela	K033	9	Para preparaciones
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA						

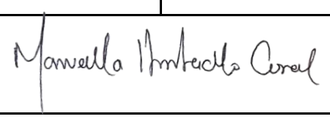
MENÚ No. 13						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. 2. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar el chocolate en pastillas. 3. Batir con molinillo constantemente 4. Cuando el chocolate esté disuelto agregar la leche en polvo según gramaje para la edad, 4. Mezclar todo, batir y servir. 5. Servir a una temperatura mayor a 80° C
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	POLLO SUDADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	60	1. Lavar y desinfectar el empaque del pollo. 2. Porcionar el pollo según grupo etario y número de raciones a servir. 3. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca, zanahoria y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca,cilantro, zanahoria, aceite, sal y tomate. 4. Poner a cocinar junto con el sofrito. 5. Retirar de la olla el pollo. 6. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad a una temperatura no menor de 80ºC
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PLÁTANO MADURO FRITO EN TAJADAS	plátano hartón, maduro, crudo	B089	111	1. Lavar y desinfectas los plátanos amarillos. 2 Pelar los plátanos y porcionar de acuerdo al gramaje establecido. 3. En un sartén coloque aceite y ponga a fuego medio. 4. Cuando el aceite se encuentre bien caliente adicione los plátanos en tajadas. 5. Una vez los plátanos se encuentren dorados, retire el exceso de aceite y sirva de acuerdo a los gramajes establecidos.
			Aceite de soya	D012	5	
FRUTAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	Varios	Promedio de frutas	134	1. Lavar y desinfectar con una solución de hipoclorito (5,25%) con agua según programa de limpieza y desinfección 2. Pelar y porcionar la fruta según grupo de edad. 3. Servir inmediatamente.
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA			Manuella Hurtado Coral			

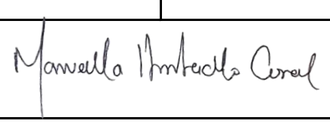
MENÚ No. 14						
COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**9 A 13 AÑOS 11 MESES** PESO BRUTO (g)	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
BEBIDA CON LECHE	**GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS**	**COLADA DE QUINUA EN LECHE**	**Quinua, cruda**	**A079**	**15**	1. Verificar fecha de vencimiento vigente y condiciones óptimas de calidad de la leche en polvo. 2. Limpiar y desinfectar la bolsa de leche. 3. Aparte lavar la quinua en un colador y adicionar al agua caliente cuando este llegue al hervor. 5. Cocinar la quinua hasta que esté bien blandito, durante 15 minutos aproximadamente a fuego alto. 6. Luego adicionar leche y la panela, mezclar durante 10 minutos. 7. Sacar del fuego y servir caliente 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	**G008**	**13**	
ALIMENTO PROTEICO	**GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS**	**HUEVO PERICO (TOMATE Y CEBOLLA)**	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**J004**	**55**	1. Lavar y retirar impurezas de los huevos. 2. Lavar y desinfectar el tomate y cebolla. 3. En un sartén adicionar el aceite y colocar a fuego medio. Picar finamente la cebolla y tomate y adicionar sal. 4. Cuando el aceite se encuentre caliente, agregue la mezcla y realice un sofrito. 5. En un recipiente mezclar los huevos. 6. Adicione los huevos al sofrito, revolver hasta que se vuelva consistente. 6. Servir de acuerdo al grameje establecido.
			Aceite de soya	**D012**	**5**	
			Tomate, crudo	**B103**	**6**	
			Cebolla junca, tallos, cruda	**B029**	**8**	
			Sal	**L015**	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS**	**ARROZ BLANCO**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**A010**	**40**	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entoncesagregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir. Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Probamos pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C
			Cebolla junca, tallos, cruda	**B029**	**8**	
			Aceite de soya	**D012**	**2**	
			Sal	**L015**	**1**	
FRUTA	**GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS**					
AZÚCARES	**GRUPO VI. AZUCARES**	**PANELA EN LA COLADA**	**Panela**	**K033**	**9**	Para preparaciones
GRASAS	**GRUPO V. GRASAS**	**INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN**				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				**MANUELLA HURTADO CORAL**		
FIRMA						

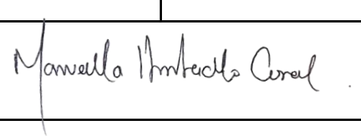
MENÚ No. 15						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	18	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. 2. Hervir el agua en un recipiente hondo. 3. Cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. 4. Mezcle muy bien. 5. Retirar del fuego. 6.. Servir a un atemperatura mayor a 80° C según el grupo de edad
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEÍCO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL ROJO GUISADO	Frijol bola roja, crudo	T006	20	1. Dejar en remojo el fríjol desde el día anterior a la preparación. 2. Regar el agua. 3. En una olla presión ponga a cocinar el fríjol en agua a fuego alto. 4. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, zanahoria, cebolla y cilantro. 5. Realizar un sofrito con el tomate, zanahoria, cebolla, aceite y sal. 6. Adicionar al recipiente donde están las lentejas, mezcle todos los ingredientes. 7. Deje cocinar hasta que estén blandos 8. Porcionar y servir a más de 80º C de acuerdo a cada grupo de edad.
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entoncesagregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir. Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Probamos pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	Varios	Promedio de frutas	134	1. Lavar y desinfectar con una solución de hipoclorito (5,25%) con agua según programa de limpieza y desinfección 2. Pelar y porcionar la fruta según grupo de edad. 3. Servir inmediatamente.
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA			Manuella Hurtado Coral			

MENÚ No. 16						
COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**9 A 13 AÑOS 11 MESES** PESO BRUTO (g)	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
BEBIDA CON LECHE	**GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS**	**COLADA DE ARROCILLO EN LECHE**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**A010**	**15**	1. Verificar fecha de vencimiento vigente y condiciones óptimas de calidad de la leche en polvo. 2. Limpiar y desinfectar la bolsa de leche. 3. Calentar agua (2 vaso de agua por cada vasos de arroz a utilizar) durante 5 minutos. 4. Aparte lavar el arroz en un colador y adicionar al agua caliente cuando este llegue al hervor. 5. Cocinar el arroz hasta que esté bien blandito, durante 15 minutos aproximadamente a fuego alto. 6. Luego adicionar leche y la panela, mezclar durante 10 minutos. 7. Sacar del fuego y servir caliente 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	**G008**	**13**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS**	**GARBANZO GUISADO**	**Garbanzo, crudo**	**T019**	**20**	1. Se remojan el garbanzo desde el día anterior. 2. Se llevan a la olla pitadora el garbanzo hasta la primera pitada se adiciona la cebolla, zanahoria, cilantro, tomate y sal, se dejan cocinar por 20 minutos sin tapa y se sirven.3. Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad a una temperatyra no menor de 80ºC. Servir de acuerdo al gramaje establecido.
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	**B110**	**6**	
			Cilantro, crudo	**B035**	**2**	
			Tomate, crudo	**B103**	**6**	
			Cebolla junca, tallos, cruda	**B029**	**8**	
			Aceite de soya	**D012**	**5**	
			Sal	**L015**	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS**	**ARROZ BLANCO**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**A010**	**40**	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entoncesagregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir. Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Probamos pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C
			Cebolla junca, tallos, cruda	**B029**	**8**	
			Aceite de soya	**D012**	**2**	
			Sal	**L015**	**1**	
FRUTAS	**GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS**	**PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA**	**Varios**	**Promedio de frutas**	**134**	1. Lavar y desinfectar con una solución de hipoclorito (5,25%) con agua según programa de limpieza y desinfección 2. Pelar y porcionar la fruta según grupo de edad. 3. Servir inmediatamente.
AZÚCARES	**GRUPO VI. AZÚCARES**	**INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN**	**Panela**	**K033**	**9**	En preparación.
GRASAS	**GRUPO V. GRASAS**	**INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN**				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				**MANUELLA HURTADO CORAL**		
FIRMA						

MENÚ No. 17						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Panela	K033	18	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques de la panela y la leche en polvo. 2. Hervir el agua en un recipiente hondo. 3. Cuando esté en su punto de ebullición agregar la panela y espere a que se diluya y agregue la leche en polvo. 4. Mezcle muy bien. 5. Retirar del fuego. 6.. Servir a un atemperatura mayor a 80° C según el grupo de edad
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVOS REVUELTOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	1. Tomar la cantidad de huevos requeridos de acuerdo al número de raciones que vaya a preparar. Lávelos y desinféctelos. 2. Romper y verter en un recipiente auxiliar hondo. Batir los huevos vigorosamente junto con la sal. 3. Aparte, colocar un sartén a precalentar. 4. Agregar los huevos al sartén y revolver hasta obtener la consitencia adecuada, tenga cuidado que no se pegue la preparación al sartén, puede tapar la preparación para que haya una mejor cocción. 5. Retire del fuego y fraccione el huevo de acuerdo al gramaje para cada edad.
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PASTA GUISADA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	25	1. Retirar la pasta del empaque, lavar y desinfectar el mismo. 2. En una olla coloque suficiente agua y lleve a fuego medio. 3. Una vez hierva el agua adicione la pasta hasta que ablande. 4. Lave y desinfecte la cebolla larga y pique finamente. 5. Realizar un sofrito con la cebolla, cilantro, aceite y sal. 6. Retire del fuego la pasta y escurra el agua. 7. Adicione la pasta al sofrito y mezcle bien. 8. Sirva de acuerdo a los gramajes establecidos.
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS					
AZÚCARES	GRUPO VI. AZUCARES	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA						

MENÚ No. 18						
COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**9 A 13 AÑOS 11 MESES** PESO BRUTO (g)	**PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN**
BEBIDA CON LECHE	**GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS**	**COLADA DE QUINUA EN LECHE**	**Quinua, cruda**	**A079**	**15**	1. Verificar fecha de vencimiento vigente y condiciones óptimas de calidad de la leche en polvo. 2. Limpiar y desinfectar la bolsa de leche. 3. Aparte lavar la quinua en un colador y adicionar al agua caliente cuando este llegue al hervor. 5. Cocinar la quinua hasta que esté bien blandito, durante 15 minutos aproximadamente a fuego alto. 6. Luego adicionar leche y la panela, mezclar durante 10 minutos. 7. Sacar del fuego y servir caliente 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	**G008**	**13**	
ALIMENTO PROTEÍCO	**GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS**	**POLLO SUDADO**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**F085**	**60**	1. Lavar, desinfectar y enjuagar el empaque de la carne de pollo. 2. Porcionar la carne de pollo. 3. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca, cilantro y el tomate. 4. Realizar un sofrito con cebolla junca, tomate, aceite, cilantro y sal. 5. Posteriormente picar la pechuga de pollo en cubitos, adicionar al guiso, cocinar hasta que este blando y completamente cocido. 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	**B110**	**6**	
			Cilantro, crudo	**B035**	**2**	
			Cebolla junca, tallos, cruda	**B029**	**8**	
			Tomate, crudo	**B103**	**6**	
			Aceite de soya	**D012**	**5**	
			Sal	**L015**	**1**	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS**	**PURÉ DE PAPA AMARILLA**	**Papa variedad harinosa, criolla,**	**B071**	**80**	1. Laver y pelar las papas. 2. En una olla con suficiente agua, colocar a fuego alto y adicionar las papas. 3. Una vez las papas se encuentren blandas, retire del fuego y escurrir el agua. 4. Lavar y desinfectar la cebolla larga y picar finamente. 5. En un sarten adicionar acite y poner a fuego medio. 6. Una vez el aceite este caliente adicionar la cebolla con la sal, 7. En unrecipiente y con ayuda de un tenedor, triture la papa hasta obtener la consistencia deseada. 6. Agregar la cebolla, sal y mezclar. Servir de acuerdo al gramaje establecido.
			Cebolla junca, tallos, cruda	**B029**	**8**	
			Aceite de soya	**D012**	**2**	
			Sal	**L015**	**1**	
FRUTAS	**GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS**					
AZÚCARES	**GRUPO VI. AZUCARES**	**INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN**	**Panela**	**K033**	**9**	Para preparaciones
GRASAS	**GRUPO V. GRASAS**	**INCLUIDA EN LA PREPARACIÓN**				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			**MANUELLA HURTADO CORAL**			
FIRMA						

MENÚ No. 19						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	1. Asegurarse del buen estado de los alimentos antes de iniciar su preparación. Lavar, desinfectar y enjuagar los empaques del chocolate y la leche en polvo. 2. Hervir el agua en un recipiente hondo, cuando esté en su punto de ebullición agregar el chocolate en pastillas. 3. Batir con molinillo constantemente 4. Cuando el chocolate esté disuelto agregar la leche en polvo según gramaje para la edad, 4. Mezclar todo, batir y servir. 5. Servir a una temperatura mayor a 80° C
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	FRIJOL BLANCO GUISADO	Frijol blanco, crudo	T005	20	1. Dejar en remojo el fríjol con sal desde el día anterior a la preparación. 2. Regar el agua. 3. En una olla presión ponga a cocinar el fríjol en agua a fuego alto. 4. Lavar, enjuagar y picar finamente el tomate, la zanahoria,cilantro y la cebolla. 5. Realizar un sofrito con los ingredientes. Adicionar al recipiente donde están los frijoles, mezcle todos los ingredientes. 6. Deje cocinar hasta que estén blandos Porcionar y servir de acuerdo a cada grupo de edad.
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40	1. En una cacerola ponemos el aceite con la cebolla larga. 2. Agregamos el arroz en la cacerola y una cucharadita de sal, y removemos bien hasta que el arroz se empape con el aceite. 3.Entoncesagregamos el agua en una relación 2:1 sí el arroz es parvorizado la relación de agua y arroz es 3:1 y ponemos el fuego vivo para que empiece a hervir. Una vez hierva bajamos a fuego lento y dejamos que hierva durante 20 minutos. 4. Probamos pasado el tiempo (se debería haber consumido el agua ya) y comprobamos si el arroz está en su punto o necesita unos minutos más. 5. Se sirve a una temperatura mínima de 80°C
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Aceite de soya	D012	2	
			Sal	L015	1	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PORCIÓN DE FRUTA DE COSECHA	Varios	Promedio de frutas	134	1. Lavar y desinfectar con una solución de hipoclorito (5,25%) con agua según programa de limpieza y desinfección 2. Pelar y porcionar la fruta según grupo de edad. 3. Servir inmediatamente
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACION				
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACION				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA						

MENÚ No. 20						
COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	9 A 13 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO (g)	PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	COLADA DE AVENA EN LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	15	1. Verificar fecha de vencimiento vigente y condiciones óptimas de calidad de la leche en polvo. 2. Limpiar y desinfectar la bolsa de leche. 3. Aparte lavar la avena en un colador y adicionar la leche caliente cuando este llegue al hervor. 5. Cocinar la avena hasta que esté bien blandito, durante 15 minutos aproximadamente a fuego alto. 6. Luego adicionar leche y la panela, mezclar durante 10 minutos. 7. Sacar del fuego y servir caliente 6. Servir a 80ºC de acuerdo al grupo de edad.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES SUDADA	Carne de cerdo, magra, cruda	F011	60	1. Lavar y desinfectar el empaque de la carne. 2. Porcionar la carne según grupo etareo y número de raciones a servir. 3. Lavar, enjuagar y picar finamente la cebolla junca, zanahoria y tomate. Realizar un sofrito con cebolla junca,cilantro, aceite, sal, zanahoria y tomate. 4. Poner a cocinar junto con el sofrito. 5. Retirar de la olla. 6. Servir de acuerdo a los gramajes establecidos para cada grupo de edad a una temperatura no menor de 80ºC
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	8	
			Cilantro, crudo	B035	2	
			Tomate, crudo	B103	6	
			Aceite de soya	D012	5	
			Sal	L015	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLATANOS	PAPA COCINADA	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	150	1. Lavar y retirar toda la suciedad visible. 2. En una olla con suficiente agua, adicionar sal y las papas. 3. Colocar la olla a fuego alto y dejar cocinar hasta que las papas se encuentren blandas. 4. Retirar del fuego, escurrir el agua y servir de acuerdo al gramaje establecido.
			Sal	L015	1	
FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS					
AZÚCARES	GRUPO VI. AZÚCARES	INCLUIDO EN LA PREPARACION				
GRASAS	GRUPO V. GRASAS	INCLUIDO EN LA PREPARACION				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA						

PAE

Gobernación de NARIÑO | Secretaría de Educación

LISTA DE INTERCAMBIOS							
COMPLEMENTO ALMUERZO RACIÓN PREPARADA EN SITIO							
GRADO Y NIVEL DE ESCOLARIDAD	9 A 13 AÑOS 11 MESES		OPERADOR				
DEPARTAMENTO	Nariño		MUNICIPIO				
GRUPO ETNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	LOS PASTOS	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

COMPONENTE	LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
LÁCTEOS	Leche entera de vaca
	Leche de vaca en polvo de vaca
PARA PREPARACIÓN DE LAS BEBIDAS	Quinua, avena, maíz molido, cebada, arrocillo
	Mazamorra
	Chcolate
ALIMENTO PROTEÍCO DE ORIGEN ANIMAL	Carne de res
	Carne de cerdo
	Huevo de gallina
	Pechuga de pollo
ALIMENTO PROTEÍCO DE ORIGEN VEGETAL	Fríjol
	Lenteja
	Garbanzo
	Fríjol blanco - blanquillo
CEREAL	Arroz
	Pasta
	Papa
	Plátano maduro o verde
FRUTA	Papaya, pera, mandarina, manzana, naranja, banano, mango
AZÚCARES	Azucar blanco
	Panela
GRASAS	Aceite vegetal
	Margarina

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA LISTA	MANUELLA HURTADO CORAL		
FIRMA	Manuella Hurtado Coral	MATRÍCULA PROFESIONAL	COLNUD-0436

INTERESADO:		ASOCIACION DE CABILOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDIGENAS INTY-QUILLA			
No.	Item	CUMPLE	NO CUMPLE	FOLIO	OBSERVACIONES
1.	Carta de intención de operar el PAE, determinando la población a la cual se pretende	X		583	
2.	Copia de cédula de ciudadanía del representante legal de la persona jurídica	X		584	
3.	Autorización o aval junto con el acta de la Asamblea General conforme a la ley de origen, derecho propio o derecho mayor, de la respectiva comunidad indígena donde conste haber sido autorizado para la ejecución del PAE.	X			Aporta avales suscritos en debida forma para la operación en los Municipios de Aldana, Barbacoas, Contadero, Cumbal, Guachucal, Puerres, Santacruz, Tuquerres y Sapuyes.
4.	Certificación de ser autoridad indígena o asociación de autoridades indígenas que	X		604	
5.	Declaración de no estar incurso en inhabilidades e incompatibilidades firmada por	X		694	
6.	Certificación de pago de aportes: Las personas jurídicas deberán presentar una certificación que acredite el pago de aportes de sus empleados, expedida por el revisor fiscal o el representante legal. En caso de ser expedida por el revisor fiscal, deberá adjuntarse copia de su cédula, tarjeta profesional y certificado de antecedentes expedido por la Junta Central de Contadores, con una vigencia no mayor a tres (3) meses a la fecha de cierre de la manifestación de interés. (Artículo 50 de la Ley 789 de 2002).	X		696	
7.	Antecedentes Fiscales del Representante Legal y de la Persona Jurídica.	X		700	
8.	Certificado de Antecedentes Disciplinarios del Representante Legal	X		703	
9.	Certificado de Antecedentes judiciales del Representante legal	X		704	
10.	Sistema de Registro Nacional de Medida Correctivas	X		706	
11.	Certificado de inhabilidades por comisión de delitos sexuales contra menores de	X		707	
12.	Certificado de Registro de Deudores Alimentarios Morosos REDAM del Representante Legal	X		708	
13.	Registro Único Tributario	X		709	
14.	Definición de situación militar.	X		714	
15.	Compromiso anticorrupción	X		717	

Vo. Bo. : ADRIAN ALEXANDER ZEBALLOSF CUATHIN
Secretario de Educación Departamental de Nariño

Aprobó. BERBY SANCHEZ MONTAÑO
Subsecretario de Planeación Educativa y Cobertura

Revisó: Carolina Mallama Martinez
Abogada contratista Equipo PAE

Revisó: Sebastian Camilo Rosales Roman
Abogado contratista Equipo PAE

Revisó: KEVIN DAVID ORTEGA ORTIZ
Ingeniero de Sistemas contratista Equipo PAE SED

EXPERIENCIA ESPECIFICA REQUERIDA	
FECHA	27 DE NOVIEMBRE DE 2024
REPRESENTANTE LEGAL	SEGUNDO MARCIAL NOGUERA GOMEZ
DIRECCION	CR 24 22-53 ED BRISAS DEL RIO OF 101
TELEFONO	3214254066
CORREO	intyquilla2016@gmail.com

No CONTRATO	ENTIDAD CONTRATANTE	CONTRATISTA	OBJETO	FECHA INICIO	FECHA TERMINACION	PLAZO DE EJECUCION	VALOR CONTRATO	SOPORTES	OBSERVACION
2020-05	FUNDACION REDEZ	ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDIGENAS INTY QUILLA	Suministro de complementos alimentarios, raciones para preparar en casa y refrigerios para los beneficiarios del programa Hogares Comunitarios con Bienestar-HCB del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF correspondiente a la comunidad INGA del cabildo de Aponte - Municipio de Tablon de Gómez	1/4/2020	30/11/2020	8 meses	$33,000,000	Copia del contrato y certificacion expedida por la entidad contratante	
5001832021	ICBF	ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDIGENAS INTY QUILLA	Fortalecer las capacidades de las familia y comunidades etnicas, a traves de metodologias participativas para la promoción del desarrollo integral de sus niñas, ninos, adolescentes y jovenes. teniendo en cuenta Su construccion y comprensión del mundo	3/8/2021	31/12/2021	4 meses y 28 dias	116,600,000	Copia del contrato y acta de liquidacion del contrato	
52003662021	ICBF	ASOCIACIÓN DE CABILDOS Y/O AUTORIDADES TRADICIONALES INDIGENAS INTY QUILLA	Promover la proteccion integral y proyecios de vida da las niñias y los niños que pertenezcan o se autorreconozcan como parte de una comunidad étnica, a partir de su empoderamiento como sujetos de derechos y del fortalecimiento de la corresponsabilidad de la familia, la sociedad y el estado, propiciando la consolidacion de entornos protectores para las ninas y los niños, el fortalecimiento de la cultura, la participacion y el gobieno propio	16/9/2021	30/12/2021	3 meses y 17 dias	$ 46.554.975	Copia del contrato y acta de liquidacion del contrato	
CUMPLE									

Nota: El interesado debio acreditar experiencia mínima de un año (1), en la ejecución de contratos de: suministro, preparación, elaboración, procesamiento y distribución de alimentos para programas de alimentación escolar o en operación de programas de suministro de alimentos o complementos alimentarios a grupos poblacionales, que incluyan preparación en sitio, de conformidad con el Numeral 5.3 literal b de la Resolución 018858 del 2018 expedida por el MEN.

Vo. Bo. : ADRIAN ALEXANDER ZEBALLOSF CUATHIN
Secretario de Educación Departamental de Nariño

Vo. Bo. BERBY SANCHEZ MONTAÑO
Subsecretario de Planeación Educativa y Cobertura

Revisó: CAROLINA MALLAMA MARTINEZ
Abogado contratista Equipo PAE SED

Revisó: SEBASTIAN CAMILO ROSALES ROMAN
Abogado contratista Equipo PAE SED

CAPACIDAD ADMINISTRATIVA																			
NOMBRE INTERESADO	ASOCIACION DE CABILOS YO AUTORIDADES TRADICIONALES INDIGENAS INTY-QUILLA																		
Requisito	**SI**	**NO**		**Propia**			**Arrendada**				**Ubicación**				**SOPORTES**	**CUMPLE**	**NO CUMPLE**	**OBSERVACIONES**	
SEDE ADMINISTRATIVA	X						Arriendo				CR 26 No. 22-53 Local 101				Contrato de arrendamiento, Certificado de Libertad de tradición	Cumple			
	Perfil Requerido	**HOJA DE VIDA FUNCIÓN PÚBLICA**		**Cantidad**	**Nombres y Apellidos completos**	**No. Cedula y fotocopia**	**Profesión**	**Tarjeta Profesional o Matricula (si aplica)**	**Fecha de expedición Tarjeta Profesional (si aplica)**	**BPM (si aplica) no mayor a un año**	**Experiencia General (años, meses)**	**Experiencia Específica (años, meses) - con certificación**	**Antecedentes (6 certificados) no mayor a 30 dias**		**SOPORTES**	**CUMPLE**	**NO CUMPLE**	**OBSERVACIONES**	
		SI	**NO**										**Si**	**No**					
	Coordinador operativo	X		1	Yalile Mayerlin Cordoba Eraso	25277688	Licenciada en Etnoeducacion	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA	14 años	1 año, 9 meses y 10 dias	x		Hoja de vida funcion publica, cedula, certificados de estudio, certificados laborales de experiencia laboral y experiencia especifica, 6 certificados de antecedentes	Cumple		Para la experiencia especifica se tomo en cuenta unicamente la experiencia que consta en el certificado de la DIOCESIS DE PASTO de fecha 18 de junio de 2021 emitida por EDUARDO ALEXANDER BENAVIDES (Folio 62)	
	Nutricionista Dietista	X		1	Diana Catalina Chavez Guerrero	1086329565	Nutricionista Dietista	COLNUD 1086329565	9/9/2019	No aplica	2 años,11 meses	1 año, 7 meses	X		Hoja de vida, cedula, tarjeta profesional, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple			
	Ingeniero de Alimentos	X		1	Luis Hernando caicedo Davila	13065879	Ingeniero de Alimentos	52254242310	20/12/2012	Cumple	4 años,3 meses	3 años, 6 meses	X		Hoja de vida, cedula, tarjeta profesional, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple		Se solicita subsanar el certificado de inhabilidades por delitos sexuales, ya que el presentado no especifica el nombre de la entidad o empresa que presenta los documentos para esta manifestación de interés **(SUBSANADO)**	
	Profesional en el área de las Ciencias Sociales o Humanas	X		1	Esmeralda Marizol Alvarez Morales	59795204	Psicóloga	180433	5/4/2018	No aplica	6 años,3 meses,	1 año, 7 meses, 5 dias	X		hoja de vida, cédula, tarjeta profesional, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple		Se observa que la última hoja de la hoja de vida de la Función Pública se encuentra ilegible. Se solicita adjuntar nuevamente este documento en su totalidad, asegurando su legibilidad. Asimismo, se requiere subsanar la cédula, ya que el rostro aparece borroso **(SUBSANADO)**	
PERSONAL DE APOYO	Profesional en Derecho	X		1	Jonathan Dario Caicedo Burgos	1.085.305.973	Abogado	376475	1/2/2022	NO APLICA	4 años	un 1 año, 5 menes y 11 dias	X		Hoja de vida funcion publica, cedula, tarjeta profesional, certificados de estudio, certificados laborales de experiencia laboral y experiencia especifica, 6 certificados de antecedentes	Cumple			
	Profesional en Ciencias Económicas o Afines	X		1	Angela Maria Nuñez	1.085.275.430	Contadora	183801-T	20/11/2013	NO APLICA	3 AÑOS 4 MESES	2 años, 7 meses	X		Hoja de vida, cedula, tarjeta profesional, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes disciplinarios, antecedentes JCC	Cumple			
	Coordinador municipal Puerres	X		1	Elizabeth Lucia Lorena Alomia Benavides	37.084.567	Abogada	200178	16/2/2011	Cumple	11años y 5 dias	11años y 5 dias	X		Hoja de vida, cedula, tarjeta profesional, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple		Se requiere adjuntar una nuevamente copia de la cedula, asegurando su legibilidad, ya que la actual se encuentra borrosa. **(SUBSANADO)**	
	Coordinador municipal Contadero	X		1	Ayda Milena Romero Gomez	1.084.847.617	Bachiller	N/A	N/A	Cumple	1 año y 3 meses	1 año y 3 meses	X		Hoja de vida, cedulal, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple		El certificado de REDAM se encuentra mal escaneado, es necesario subsanar este documento. **(SUBSANADO)**	
	Coordinador municipal Guachucal	X		1	Urcelly Daniela Cuatin Quenan	1.088.598.315	Tecnico Agropecuario	N/A	N/A	Cumple	1 año y 6 meses	1 año y 6 meses	X		Hoja de vida, cedulal, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple			
	Coordinador municipal SantacruzGuachavez	X		1	Veronica Yenely Getial Benavides	1.086.981.186	Tecnico laboral	N/A	N/A	Cumple	6 años, 7 meses	5 años, 5 meses	X		Hoja de vida, cedulal, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple			
	Coordinador municipal Barbacoas	X		1	Diana Aleida Garcia Vargas	1.089.288.477	Tecnico Laboral	N/A	N/A	Cumple	1 año	1 año	X		Hoja de vida, cedulal, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple			
	Coordinador municipal Cumbal	X		1	Vanesa Katerine Valencia Trapeues	1.089.176.011	Tecnico Laboral	N/A	N/A	Cumple	1 año	1 año y 1 mes	X		Hoja de vida, cedulal, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple			
	Coordinador municipal Aldana	X		1	Martha Isabel Quitiaquez Mueses	1.082.104.935	Bachiller	N/A	N/A	Cumple	3 años y 3 meses	3 años y 3 meses	x		Hoja de vida, cedulal, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple			
	Coordinador municipal Tuquerres	X		1	Javier Alejandro Jurado Caguasango	1.087.418.441	Abogado	354926	18/2/2021	Cumple	3 años y 7 meses	3 años y 7 meses	X		Hoja de vida, cedulal, certificados laborales, certificados académicos, antecedentes	Cumple			
	SI	**NO**		**Estados financieros dictaminados**							**CERTIFICACION CONTADOR PUBLICO**								
MANEJO CONTABLE Estados financieros suscritos por el representante legal y el revisor fiscal vigencia 2023; dictamen revisor fiscal, Declaración de Renta 2023.	X			Vigencia 2023 SI _X___ NO ____							SI _X__ NO _				Presenta estado de situación financiera vigencia 2023, estado de resultados vigencia 2023, cedula de ciudadanía del contador publico, tarjeta profesional del contador publico, certificado de antecedentes del contador publico, certificación de estados financieros, presenta certificación de exclusión de renta.	Cumple		No presenta situacion financiera ni dictamen expedido por el revisor fiscal vigencia 2023 **(SUBSANADO)**	
	SI	**NO**																	
INVENTARIO DE EQUIPOS (OFICINA)	X			Presenta formato de inventario con logos de la asociación											Formato inventario propio	Cumple			

Vo. Bo. : ADRIAN ALEXANDER ZEBALLOSF CUATHIN
Secretario de Educación Departamental de Nariño

Vo. Bo. BERBY SANCHEZ MONTANO
Subsecretario de Planeación Educativa y Cobertura

Revisó: JAVIER CERON HERNANDEZ
Contador contratista Equipo PAE SED

Revisó: MABEL YURANI RODRIGUEZ TORO
Ingeniera de Alimentos contratista Equipo PAE SED

Revisó: KEVIN DAVID ORTEGA ORTIZ
Ingeniero de Sistemas contratista Equipo PAE SED

Revisó: ANYELA YULIETH COSTAIN YAMÁ
Nutricionista contratista Equipo PAE SED

Revisó: SEBASTIAN CAMILO ROSALES ROMAN
Abogado contratista Equipo PAE SED

Revisó: CAROLINA MALLAMA MARTINEZ
Abogada Contratista Equipo PAE SED