

Programa o Proyecto: MODALIDAD INSTITUCIONAL PARA LA ATENCIÓN A LA PRIMERA INFANCIA

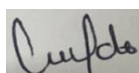
Sub-Proyecto: Hogares Infantiles-Centros de Desarrollo Infantil

Nombre EAS: FUNDACION ARCOIRIS DE AMOR - CORPORACIÓN EDUCACIÓN ALTERNATIVA (EDAL)

Indígena _____ (étnica _____)

GRUPO ÉTNICO: Afro _____ Raizal _____ ROM _____ Sin pertenencia Étnica _____x_____

TUBERCULOS							
PREPARACIONES	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	PESO BRUTO POR CANTIDAD BENEFICIARIOS			TOTAL PESO BRUTO	PROCEDIMIENTO PREPARACION
			n	1	1		
			6-11 MESES	1 A 3 AÑOS	4 A 5 AÑOS		
PAPAS A LA FRANCESA	Papa común,	Gramos	0	44	50	94	1. lavar, desinfectar y pelar la papa 2. Cortar la papa en bastones. 3.Colocar el aceite en un sartén y calentar a fuego medio, agrega los bastones. Dejar freír por lado y lado hasta que estén dorados. 4.Retirar del aceite y colocar sobre papel absorbente . 5. Rociar con una pizca de sal y Servir.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	
	aceite	cc	0	4	4	8	
PLATANO EN MONEDITA	Plátano hartón, verde, crudo	Gramos	0	55	61	116	1. Lavar, desinfectar y pelar el plátano. 2. Tajarlo en moneditas. 3. Colocar el aceite en un sartén y calentar a fuego medio. 4.Freír las moneditas hasta que doren. 5.Retirar del aceite, escurrir 6. Rociar con una pizca de sal. 7. Servir.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	
	aceite	cc	0	3	3	6	
TAJADAS DE PLATANO MADURO	Plátano hartón	Gramos	0	59	68	127	1. Lavar, desinfectar y pelar el plátano. 2. Cortarlo en tajadas de tamaño uniforme 3.Colocar el aceite en un sartén y calentar a fuego medio. 4.Agregar las tajadas al aceite y freír hasta que doren por ambos lados. 5.Sacar del aceite, escurrir. 6. Servir.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	
	aceite	cc	0	3	4	7	
YUCA EN SALSA	Yuca, cruda	Gramos	0	44	50	94	1. Lavar, desinfectar y picar finamente la cebolla y el tomate. 2. En un sartén, sofreír en aceite la cebolla y el tomate hasta formar un guiso. Reservar. 3. Lavar, desinfectar y Pelar la yuca. Cortarla en trozos. 4. Cocinar la yuca en agua con sal hasta que este blanda. 5. Retirar la yuca del agua de cocción y reservar 1/4 del agua. 6. Adicionar el agua reservada al guiso y cocinar por 5 minutos para formar una salsa 7. Retirar del fuego. 8. Servir la yuca y adicionar una porción de salsa.
	Tomate	Gramos	0	5	5	10	
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	
	Cebolla junca,	Gramos	0	4	2	6	
PAPA EN CASQUITOS	Papa común,	Gramos	0	35	40	75	1. Lavar, desinfectar y pelar las papas. 2. Cocinar las papas en agua con sal, hasta que estén blandas. 3. Cortar en cascos 4. sofreír en aceite hasta que queden doradas 5.Retirar las papas del aceite. 6. servir
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	
	Aceite, de soya	cc	0	2	2	4	
PLATANO COCINADO	Plátano hartón, maduro, crudo	Gramos	0	59	68	127	1. Lavar, desinfectar y Pelar el plátano. Cortarlo en trozos. 2. Cocinar el plátano en agua hasta que este blando. 3. Retirar el plátano del agua de cocción . 4.servir.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	



CAROLINA GIRALDO CORREA

Nutricionista Dietista EAS
T.P. MND06255



AMEVE AYALA MEDINA
Nutricionista Dietista
T.P. MND02129

Fecha de elaboración: 09 de abril 2021

Nutricionista Dietista ICBF
T.P.

Programa o Proyecto: MODALIDAD INSTITUCIONAL PARA LA ATENCIÓN A LAPRIMERA INFANCIA

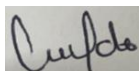
Sub-Proyecto: Hogares Infantiles-Centros de Desarrollo Infantil

Nombre EAS: FUNDACION ARCOIRIS DE AMOR - CORPORACIÓN EDUCACIÓN ALTERNATIVA (EDAL)

Indígena _____ (étnica _____)

GRUPO ÉTNICO : Afro _____ Raizal _____ ROM _____ Sin pertenencia Étnica _____ x _____

TUBERCULOS							
PREPARACIONES	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	PESO BRUTO POR CANTIDAD BENEFICIARIOS			TOTAL PESO BRUTO	PROCEDIMIENTO PREPARACION
			n	1	1		
			6-11 MESES	1 A 3 AÑOS	4 A 5 AÑOS		
PAPA SALADA	Papa común, con cáscara	Gramos	0	35	50	85	1.Lavar y desinfectar la papa cuidando que la cascara quede perfectamente limpia. 2.Colocar al fuego una olla con suficiente agua. 3. Cuando este caliente adicionar las papas y la mitad de la sal. 4. Cocinar hasta que las papas estén blandas. 5. Escurrir el agua, rociar el resto de la sal sobre las papas. 6. Servir. "
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	
PAPA CHALECA	Papa común, sin cáscara, cruda	Gramos	0	44	50	94	1. Lavar, limpiar, desinfectar y chalequear las papas (pelar parcialmente).
	Tomate, pulpa	Gramos	0	5	5	10	2. Poner en una olla mediana con agua, 2 tallos de cebolla y sal.
	Cebolla junca, tallos	Gramos	0	2	2	4	3. Dejar hervir por unos 25 minutos o hasta que al introducir un cuchillo, las papas estén cocidas pero firmes.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	4. en una taza aparte lavar, desinfectar y picar finamente cebolla y tomate.
	Aceite, de soja	cc	0	2	3	5	5. en un poco de aceite sofreír la cebolla y el tomate. 6.Retirar del agua las papas. 7. servir inmediatamente las papas regando un poco de guiso a estas.
PAPA CRIOLLA AL VAPOR	Papa criolla, con cáscara, cruda	Gramos	0	35	40	75	1.Lavar y desinfectar la papa cuidando que la cascara quede perfectamente limpia.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	2. cocinar la papa en agua unos 15 minutos. 3.Retirar cuando se encuentre blanda. 4. Servir
PAPA CRIOLLA FRITA	Papa criolla, con cáscara, cruda	Gramos	0	35	40	75	1.Lavar y desinfectar la papa cuidando que la cascara quede perfectamente limpia.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	2. cocinar la papa en agua unos 15 minutos.
	Aceite, de soja	cc	0	4	4	8	3.Colocar el aceite en un sartén y calentar a fuego medio, agregar la papa previamente escurrida, dejar freír por lado y lado hasta que estén doradas. 4.Retirar del aceite y colocar sobre papel absorbente . 5. Servir.
YUCA FRITA	Yuca, cruda	Gramos	0	44	50	94	1. lavar y desinfectar la yuca.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	2.Pelar y cortar la yuca en pedazos , poner a hervir en abundante agua con sal a gusto. Cocer de 20 a 30 minutos.
	Aceite, de soja	Gramos	0	3	3	6	3. Una vez suave pero aún firme, escurrir y quitarle la hebra central. Partir en deditos. 4. Calentar el aceite y freír la yuca hasta que adquiera un color doradito. Escurrir sobre papel absorbente. 5.servir
CHIPS DE ARRACACHA	Arracacha	Gramos	0	44	52	96	1. lavar, desinfectar y Cortar la arracacha en rodajas finas.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	2. freír las chips de arracachas, hasta que estén crujientes.
	Aceite, de soja	Gramos	0	2	2	4	3 Retire y agregue la sal. 4. servir.
PAPA AL VAPOR	Papa común, sin cáscara, cruda	Gramos	0	35	40	75	1.Lavar y desinfectar la papa cuidando que la cascara quede perfectamente limpia.
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	2. cocinar la papa en agua unos 15 minutos. 3.Retirar cuando se encuentre blanda. 4. Servir
CHIPS DE PAPA	Papa común,	Gramos	0	35	40	75	1. lavar, desinfectar y pelar la papa
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	0,6	2. Cortar la papa en tajadas.
	aceite	cc	0	2	2	4	3.Colocar el aceite en un sartén y calentar a fuego medio, agregar las tajadas. Dejar freír por lado y lado hasta que estén dorados. 4.Retirar del aceite y colocar sobre papel absorbente . 5. Rociar con una pizca de sal y Servir.



CAROLINA GIRALDO CORREA

Nutricionista Dietista EAS
T.P. MND06255



AMEYE AYALA MEDINA
Nutricionista Dietista
T.P. MND02129

Fecha de elaboración: 09 de abril 2021

Nutricionista Dietista ICBF
T.P.