

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 _____)
Afro _____ Raizal _____ ROM _____

GRUPO ÉTNICO : Sin pertenencia Étnica ____X____

CEREALES						
PREPARACIONES	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	PESO BRUTO POR CANTIDAD			PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
			n 6-11 MESES	1 A 3 AÑOS	1 A 5 AÑOS	TOTAL PESO BRUTO
ARROZ TIGRE	Arroz blanco	Gramos	0	10	15	25
	Cebolla junca	Gramos	0	2	2	4
	Pasta alimenticia enriquecida	Gramos	0	5	5	10
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1
	Aceite	cc	0	3	3	6
ESPAGUETIS GUISADOS	Pasta alimenticia	Gramos	0	15	20	35
	Tomate	Gramos	0	5	5	10
	Cebolla junca	Gramos	0	2	2	4
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1
	Aceite	cc	0	3	3	6
ARROZ CON ARVEJA VERDE Y PIMENTÓN	Arroz blanco, crudo	Gramos	0	15	20	35
	Arveja verde, cruda	Gramos	0	40	50	90
	Cebolla junca, tallos	Gramos	0	2	2	4
	Pimentón rojo	Gramos	0	12	24	36
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1
ARROZ AL PIMENTÓN	Aceite, de soja	cc	0	2	3	5
	Arroz blanco	Gramos	0	15	20	35
	Cebolla junca	Gramos	0	3	3	6
	Aceite	cc	0	3	4	7
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1
ARROZ CON ZANAHORIA Y ARVEJA VERDE	Pimentón rojo	Gramos	0	10	10	20
	Arroz blanco, crudo	Gramos	0	15	20	35
	Cebolla junca, tallos	Gramos	0	2	2	4
	Zanahoria, cruda	Gramos	0	15	24	39
	Arveja verde, cruda	cc	0	13	25	38
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1
	Aceite, de soja	Gramos	0	3	3	6

Fecha de elaboración: 09 de abril 2021

CAROLINA GIRALDO CORREA

Nutricionista Dietista EAS
T.P. MND06255

AMEYE AYALA

Nutricionista Dietista
T.P. MND02129

Nutricionista Dietista ICBF
T.P.

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 _____ (étnia _____)
Afro _____ Raizal _____ ROM _____

GRUPO ÉTNICO :		Raizal		ROM		Sin pertenencia Étnica		x	
		CEREALES							
PREPARACIONES	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	PESO BRUTO POR CANTIDAD			TOTAL PESO BRUTO	PROCEDIMIENTO PREPARACION		
			n 6-11 MESES	1 A 3 AÑOS	1 A 5 AÑOS				
ARROZ CON ARVEJA VERDE	Arroz blanco, crudo	Gramos	0	15	20	35	1. Lavar, desinfectar y cortar finamente la cebolla.		
	Arveja verde, cruda	Gramos	0	25	30	55	2. En un sartén, colocar el aceite a fuego medio y sofreír la cebolla.		
	Aceite	cc	0	3	4	7	3. Agregar el agua estandarizada para preparar el arroz., junto con la arveja verde .		
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1	4. Cuando el agua empiece a hervir agregar el arroz y la sal.		
	Cebolla junca, tallos	Gramos	0	2	2	4	5. Una vez se evapore el agua bajar el fuego, tapar y esperar a que el grano abra y ablande totalmente.		
ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	Gramos	0	15	20	35	6. Apagar el fuego y servir."		
	Aceite	cc	0	2	7	9	1. Lavar, desinfectar y cortar finamente la cebolla.		
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1	2. En un sartén, colocar el aceite a fuego medio y sofreír la cebolla.		
	Cebolla junca, tallos	Gramos	0	3	3	6	3. Agregar el agua estandarizada para preparar el arroz.		
							4. Cuando el agua empiece a hervir agregar el arroz y la sal.		
ARROZ CON ZANAHORIA	Arroz blanco, crudo	Gramos	0	15	20	35	5. Una vez se evapore el agua bajar el fuego, tapar y esperar a que el grano abra y ablande totalmente.		
	Zanahoria	Gramos	0	15	24	39	6. Apagar el fuego y servir."		
	Aceite	cc	0	2	3	5	1. Lavar, desinfectar y cortar finamente la cebolla y la zanahoria.		
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1	2. En un sartén, colocar el aceite a fuego medio y sofreír la cebolla.		
	Cebolla junca, tallos	Gramos	0	2	2	4	3. Agregar el agua estandarizada para preparar el arroz.		
TORNILLOS GUIADOS CON VERDURA	Pasta alimenticia	Gramos	0	15	20	35	4. Cuando el agua empiece a hervir agregar el arroz, la zanahoria y la sal.		
	Zanahoria, cruda	Gramos	0	12	12	24	5. Una vez se evapore el agua bajar el fuego, tapar y esperar a que el grano abra y ablande totalmente.		
	Arveja verde, cruda	Gramos	0	15	31	46	6. Apagar el fuego y servir."		
	Tomate, pulpa	Gramos	0	4	5	9	1. Lavar, desinfectar , pelar y picar finamente la cebolla ,el tomate y la zanahoria		
	Cebolla junca, tallos	Gramos	0	2	2	4	2. En un sartén sofreír en el aceite a fuego medio, la cebolla, el tomate.		
TORNILLOS EN SALSA DE TOMATE NATURAL	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1	3. Agregar el agua estandarizada cocinado a fuego bajo para formar la salsa, agregando la mitad de la sal.		
	Aceite, de soja	cc	0	3	3	6	4. Mientras se prepara a salsa colocar al fuego suficiente agua con un poco de sal, la zanahoria y la arveja y cuando hierva agregar los tornillos.		
	Pasta alimenticia	Gramos	0	15	20	35	5. Cocinar los tornillos hasta que estén firmes, pero no duros (al dente)		
	Tomate, pulpa	Gramos	0	7	7	14	6. Retirar del fuego, escurrir y adicionarlos a la salsa		
	Cebolla junca, tallos	Gramos	0	2	2	4	7. Agregar la sal restante, revolver, dejar conservar por 5 minutos.		
ARROZ VERDE	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1	8. Retirar del fuego y servir."		
	Aceite, de soja	Gramos	0	3	4	7	1. Lavar y desinfectar la cebolla y la espinaca.		
	Espinaca, cruda	cc	0	5	5	10	2. Cortar finamente la cebolla.		
	Cebolla cabezona	Gramos	0	3	4	7	3. Colocar en un sartén el aceite a fuego medio y sofreír la cebolla.		
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1	4. Aparte en 1/4 de la cantidad de agua estandarizada licuar la espinaca. Reservar.		
MACARRONES A LA NAPOLITANA	Aceite	cc	0	3	4	7	5. Adicionar la espinaca licuada y el resto de la cantidad de agua estandarizada.		
	Pasta alimenticia	Gramos	0	15	20	35	6. Cuando el agua empiece a hervir agregar el arroz y la sal.		
	Tomate, pulpa	Gramos	0	5	7	12	7. Una vez se evapore el agua bajar el fuego, tapar y esperar a que el grano abra y ablande totalmente.		
	Cebolla junca,	Gramos	0	4	4	8	8. Apagar el fuego y servir."		
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1	1. Lavar, desinfectar , pelar y picar finamente la cebolla y el tomate.		
MACARRONES A LA NAPOLITANA	Aceite	cc	0	3	4	7	2. En un sartén sofreír en aceite a fuego medio, la cebolla y el tomate.		
	Pasta alimenticia	Gramos	0	15	20	35	3. Agregar el agua estandarizada cocinado a fuego bajo para formar la salsa, agregar la mitad de la sal.		
	Tomate, pulpa	Gramos	0	5	7	12	4. Mientras se prepara la salsa colocar al fuego suficiente agua con un poco de sal y cuando hierva agregar los macarrones.		
	Cebolla junca,	Gramos	0	4	4	8	5. Cocinar los macarrones hasta que estén firmes, pero no duros (al dente).		
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1	6. Retirar del fuego, escurrir y adicionarlos a la salsa.		
MACARRONES A LA NAPOLITANA	Aceite	cc	0	3	4	7	7. Agregar la sal restante, revolver, dejar conservar por 5 minutos.		
	Pasta alimenticia	Gramos	0	15	20	35	8. Retirar del fuego y servir."		
	Tomate, pulpa	Gramos	0	5	7	12	1. Lavar y desinfectar la cebolla y la espinaca.		
	Cebolla junca,	Gramos	0	4	4	8	2. Cortar finamente la cebolla.		
	Sal	Gramos	0	0,3	0,3	1	3. Colocar en un sartén el aceite a fuego medio y sofreír la cebolla.		

Fecha de elaboración: 09 de abril 2021

CAROLINA GIRALDO CORREA

Nutricionista Dietista EAS
T.P. MND06255

AMEYE AYALA

Nutricionista Dietista MEDINA
T.P. MND02129

Nutricionista Dietista ICBF
T.P.