MINUTA PATRÓN
MODALIDAD INSTITUCIONAL Y COMUNITARIA EN SERVICIOS DE PRIMERA INFANCIA

Servicio **Centros de Desarrollo Infantil, Hogares Infantiles, Jardines Sociales, Hogares Empresariales, Hogares Comunitarios de Bienestar Múltiples/ HCB Familiares y HCB agrupados y Unidades Básicas de Atención, HCB Cualificados o Integrales.**

Grupo de Eda 6-8 meses **3 TIEMPOS**

REFRIGERIO REFORZADO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche de continuación fortificada con hierro	Todos los días	14 g	14 g	100 cc	3,5 onzas de colada
Carnes o Huevos o Queso					
Huevo	Todos los días	27,5 g	25 g	25 g	1/2 unidad
Queso		15 g	15 g	15 g	1 trozo pequeño o 1/2 tajada
Carnes magras		15 g	15 g	9 g	2 cucharadas postreras
Fruta	Todos los días	55-120 g	55 g	55 g	6-7 cucharadas postreras
Grasa					
Aceite de girasol o maíz o soya	Todos los días	3 cc	3 cc	3 cc	1 cucharada postrera

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Verduras	Todos los días	65 - 90 g	60 g	55-60 g	6-7 cucharadas postreras
Cereal	Todos los días	8 g	8 g	16 g	2 cucharadas postreras
Tubérculos o raíces o plátanos	Todos los días	25 - 30 g	25 g	25 g	2 1/2 cucharadas postreras
Carnes					
Carne roja maga	2 dias/semana + Visceras rojas 1 vez/semana	30 g	30 g	19 g	4 cucharadas postreras
Pollo o pescado	2 dias/semana	Pechuga: 47 Pierna: 51 Pernil: 55 Pescado: 50	30 g	21 g sin hueso	5 cucharadas postreras
Leguminosa*	1 día/semana	10 g	10 g	23 g	2 cucharadas postreras
Grasa					
Aceite de girasol o maíz o soya	Todos los días	7 cc	7 cc	7 cc	3/4 de cucharada sopera
Fruta					
Fruta	Todos los días	55-120	55 g	55 g	6-7 cucharadas postreras

REFRIGERIO DE LA TARDE

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche de continuación fortificada con hierro	Todos los días	14 g	14 g	100 cc	3,5 onzas de colada
Fruta	Todos los días	55-120	55 g	55 g	6-7 cucharadas postreras
Derivado de cereal	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cucharada sopera
Otros					
Bienestarina Más ®	15 gramos/día para distribuir en diferentes preparaciones de la derivación de la minuta				

* Cuando se ofrece leguminosa en el menú, se debe entregar la mitad de la porción del grupo de carnes

**Las medidas caseras son una aproximación de acuerdo al grupo de alimentos, estas varían según el alimento, la presentación, el proveedor, entre otros. La UDS debe establecer la medida casera de acuerdo a la estandarización que realice.

Cuando se entregue fruta en bebida, el volumen o unidad casera de servido serás de 100 cc o 3,5 onzas

APORTE NUTRICIONAL DE LA MINUTA PATRÓN

	Kcal	Proteina g	Lípidos g	CHO g	Vitamina A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
APORTE DE LA MINUTA PATRÓN	520	19	20	67	496	422	5	2	45
RIEN para el grupo de edad	661	19,0	28,0	83,5	UL =600 500,0	UL =1500 260,0	UL= 20 11,0	UL= 5 3,0	AI 370,0
% DE CUBRIMIENTO	78,7%	101,4%	69,8%	80,6%	99,3%	162,5%	46,4%	69,7%	12,2%

Servicio **Centros de Desarrollo Infantil, Hogares Infantiles, Jardines Sociales, Hogares Empresariales, Hogares Comunitarios de Bienestar Múltiples/ HCB Familiares y HCB agrupados y Unidades Básicas de Atención, HCB Cualificados o Integrales.**

Grupos de edad: 9 - 11 meses **3 TIEMPOS**

REFRIGERIO REFORZADO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche de continuación fortificada con hierro	Todos los días	14 g	14 g	100 cc	3,5 onzas de colada
Carnes o Huevos o Queso					
Huevo	Todos los días	27,5 g	25 g	25 g	1/2 unidad
Queso		15 g	15 g	15 g	1 trozo pequeño o 1/2 tajada
Carnes magras		15 g	15 g	9 g	2 cucharadas postreras
Fruta	Todos los días	55-120 g	55 g	55 g	6-7 cucharadas postreras
Grasa					
Aceite de Girasol o maíz o soya	Todos los días	5 cc	5 cc	5 cc	1/2 cucharada sopera

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Verduras	Todos los días	65 - 90 g	60 g	55-60 g	6-7 cucharadas postreras
Cereal		8g	8 g	16 g	2 cucharadas postreras
Tubérculos o raíces o plátanos		25 - 30 g	25 g	25 g	2 1/2 cucharadas postreras
Carnes					
Carne roja maga	2 dias/semana + Visceras rojas 1 vez/semana	35 g	35 g	21 g	5 cucharadas postreras
Pollo o pescado	2 dias/semana	Pechuga: 52 Pierna: 56 Pernil: 60 Pescado: 55	35 g	29 g sin hueso	6 cucharadas postreras
Leguminosas*	1 día/semana	10 g	10 g	23 g	2 cucharadas postreras
Grasa					
Aceite de girasol o maíz o soya	Todos los días	7 cc	7 cc	7 cc	3/4 de cucharada sopera
Fruta	Todos los días	55-120 g	55 g	55 g	6-7 cucharadas postreras

REFRIGERIO DE LA TARDE

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche de continuación	Todos los días	14 g	14 g	100 cc	3,5 onzas de colada
Fruta	Todos los días	55-120	55 g	55 g	6-7 cucharadas postreras
Derivado de cereal	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cucharada sopera
Otros					
Bienestarina Más ®	15 gramos/día para distribuir en diferentes preparaciones de la derivación de la minuta				

* Cuando se ofrece leguminosa en el menú, se debe entregar la mitad de la porción del grupo de carnes

**Las medidas caseras son una aproximación de acuerdo al grupo de alimentos, estas varían según el alimento, la presentación, el proveedor, entre otros. La UDS Cuando se entregue fruta en bebida, el volumen o unidad casera de servido será de 100 cc o 3,5 onzas

APORTE NUTRICIONAL DE LA MINUTA PATRÓN

	Kcal	Proteina g	Lípidos g	CHO g	Vitamina A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
APORTE DE LA MINUTA PATRÓN	567	21	22	71	512	433	6	2	46
RIEN para el grupo de edad	731	20,0	30,0	95,0	UL= 600	UL= 1800	UL= 20	UL= 5	AI
					500,0	260,0	11,0	3,0	370,0
% DE CUBRIMIENTO	77,6%	105,5%	74,7%	74,5%	102,4%	166,4%	50,0%	69,7%	12,5%

RIEN para el grupo de edad	661	19,0	28,0	83,5	UL =600	UL =1500	UL= 20	UL= 5	AI
					500,0	260,0	11,0	3,0	370,0
% DE CUBRIMIENTO	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%

Servicio Centros de Desarrollo Infantil, Hogares Infantiles, Jardines Sociales, Hogares Empresariales, Hogares Comunitarios de Bienestar Múltiples/ HCB Familiares y HCB agrupados y Unidades Básicas de Atención, HCB Cualificados o Integrales.

Grupos de edad 1 - 3 años 11 meses — 3 TIEMPOS

REFRIGERIO REFORZADO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche entera pasteurizada	Todos los días	100 cc	100 cc	150 cc	(3,3 onzas de leche + 1,7 onzas de agua)
Carnes o Huevos o Queso					
Huevo	Todos los días	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Queso		20 g	20 g	20 g	1 trozo pequeño
Carnes magras		20 g	20 g	12 g	1 trozo pequeño
Fruta	Todos los días	70 - 155 g	70 g	70 g	1 unidad o porción mediana
Grasa					
Aceite de girasol o maíz o soya	Todos los días	5 cc	5 cc	5 cc	1/2 cucharada sopera

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Verduras	Todos los días	73-155 g	70 g	65 - 70 g	4 cucharadas soperas
Cereal	Todos los días	15 g	15 g	30 g	2 cucharadas soperas
Tubérculos o raíces o plátanos	Todos los días	35-42 g	35 g	35 g	1/2 unidad mediana
Carnes					
Carne roja magra	2 dias/semana + Visceras rojas 1	40 g	40 g	24 g	1 porción pequeña
Pollo o pescado	2 dias/semana	Pechuga: 54 g Pierna: 57 g	40 g	32 g sin hueso Atún: 40 g	1 porción pequeña
Leguminosas*	1 vez /semana	15 g	15 g	35 g	2 cucharadas soperas
Grasa					
Aceite de girasol o maíz o soya	Todos los días	5 cc	5 cc	5 cc	1/2 cucharada sopera
Fruta	Todos los días	70-155 g	70 g	70 g	1 unidad o porción mediana

REFRIGERIO DE LA TARDE

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche entera pasteurizada	Todos los días	100 cc	100 cc	3,5 onzas	3,5 onzas
Yogurt o kumis		100 cc	100 cc	3,5 onzas	3,5 onzas
o queso		30 g	30 g	30 g	1 trozo mediano
Fruta	Todos los días	70-155 g	70 g	70 g	1 unidad o porción mediana
Cereal/Acompañante	Todos los días	30 g	30 g	30 g	1 unidad pequeña

Otros	
Bienestarina Más ®	15 gramos/día Para distribuir en diferentes preparaciones de la derivación de la minuta
Azúcares	Con el objetivo de realizar una transición progresiva en la reducción del consumo de azúcares, se permitirá la adición de máximo 10 g en el menú del día. La cantidad a adicionar dependerá de las preparaciones programadas en el ciclo menús (Ejemplo: bebidas con frutas ácidas), teniendo en cuenta que el aporte total de calorías diarias no debe superar el 5% de las calorías establecidas en la minuta patrón para el grupo de edad.

* Cuando se ofrece leguminosa en el menú, se debe entregar la mitad de la porción del grupo de carnes.

**Las medidas caseras son una aproximación de acuerdo al grupo de alimentos, estas varían según el alimento, la presentación, el proveedor,entre otros. La UDS debe establecer la medida casera de acuerdo a la estandarización que realice.

Cuando se entregue fruta en bebida, el volumen o unidad casera de servido será de 150 cc o 5 onzas

APORTE NUTRICIONAL DE LA MINUTA PATRÓN

	Kcal	Proteina g		Lípidos g		CHO g		Vitamina A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
APORTE DE LA MINUTA PATRON	745	28		26		99		649	487	6	3	188
		18,6	37,2	24,8	33,1	93,1	121,0					
RIEN para el grupo de edad (1-3 AÑOS)	1063	26,6	53,2	35,4	47,2	132,9	172,7	UL= 600	UL= 2500	UL= 40	UL= 7	UL= 1500
								300,0	700,0	11,0	3,0	1000,0
% DE CUBRIMIENTO	70,1%	105,7%	52,9%	74,2%	55,7%	74,6%	57,4%	216,4%	69,5%	52,7%	93,3%	18,8%

Servicio **Centros de Desarrollo Infantil, Hogares Infantiles, Jardines Sociales, Hogares Empresariales, Hogares Comunitarios de Bienestar Múltiples/ HCB Familiares y HCB agrupados y Unidades Básicas de Atención, HCB Cualificados o Integrales.**

Grupos de edad **4-5 años 11 meses** **3 TIEMPOS**

REFRIGERIO REFORZADO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche entera pasteurizada	Todos los días	150 cc	150 cc	200 cc	(5 onzas de leche + 1,5 onzas de
Carnes o Huevos o Queso					
Huevo	Todos los días	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Queso		20	20	20 g	1 trozo pequeño
Carnes magras		20	20	12 g	1 trozo pequeño
Cereal/Acompañante	Todos los días	30 g	30 g	30 g	1 unidad pequeña
Fruta	Todos los días	80-180 g	80 g	80 g	1 unidad o porción mediana
Grasa					
Aceite de girasol o maíz o soya	Todos los días	6 cc	6 cc	6 cc	1/2 cucharada sopera

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Verduras	Todos los días	80-165 g	80 g	80 g	4,5 cucharadas soperas
Cereal	Todos los días	20 g	20 g	40 g	3 cucharadas soperas
Tubérculos o raíces o plátanos	Todos los días	40-50 g	40 g	40 g	1/2 unidad mediana
Carnes					
Carne roja maga	2 días/semana + Vísceras rojas 1 vez/semana	50 g	50 g	30 g	1 porción mediana
Pollo o pescado	2 dias/semana	Pechuga: 64 g Pierna:67 g Pernil: 70 g Pescado: 70 g	50 g	42 g sin hueso Atún: 50 g	1 porción mediana
Leguminosas*	1 vez/semana	15 g	15 g	35 g	2 cucharadas soperas
Grasa					
Aceite de girasol o maíz o soya	Todos los días	7 cc	7 cc	7 cc	3/4 de cucharada sopera
Fruta	Todos los días	80-180 g	80 g	80 g	1 porción o unidad mediana

REFRIGERIO DE LA TARDE

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos			Unidad Casera de Servido**
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche entera pasteurizada	Todos los días	150 cc	150 cc	150 cc	5 onzas de bebida
o yogur o kumins		150 cc	150 cc	150 cc	5 onzas de bebida
o queso		30 g	30 g	30 g	1 trozo mediano
Fruta	Todos los días	80-180 g	80 g	80 g	1 unidad o porción mediana
Cereal/Acompañante	Todos los días	30 g	30 g	30 g	1 unidad pequeña

Otros	
Bienestarina Más ®	15 gramos/día Para distribuir en diferentes preparaciones de la derivación de la minuta
Azúcares	Con el objetivo de realizar una transición progresiva en la reducción del consumo de azúcares, se permitirá la adición de máximo 10 g en el menú del día. La cantidad a adicionar dependerá de las preparaciones programadas en el ciclo menús (Ejemplo: bebidas con frutas ácidas), teniendo en cuenta que el aporte total de calorías diarias no debe superar el 5% de las calorías establecidas en la minuta patrón para el grupo de edad.

* Cuando se ofrece leguminosa en el menú, se debe entregar la mitad de la porción del grupo de carnes

**Las medidas caseras son una aproximación de acuerdo al grupo de alimentos, estás varian según el alimento, la presentación, el proveedor entre otros. La UDS debe establecer la medida casera de acuerdo a la estandarización que realice.

Cuando se entregue fruta en bebida, el volumen o unidad casera de servido será de 200 cc o 7 onzas

APORTE NUTRICIONAL DE LA MINUTA PATRÓN

	Kcal	Proteina g		Lípidos g		CHO g		Vitamina A ER	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg	Sodio mg
APORTE DE LA MINUTA PATRON	**943**	**34**		**33**		**128**		**790**	**610**	**7**	**3**	**235**
AMDR para macronutrientes (LI/		**23,6**	**47,2**	**31,4**	**41,9**	**117,9**	**153,2**					
RIEN para el grupo de edad (4-5 AÑOS)	**1350**	**33,8**	**67,5**	**37,5**	**52,5**	**168,8**	**219,4**	**UL= 900**	**UL= 2500**	**UL= 40**	**UL= 12**	**UL= 1900**
								400,0	**1000,0**	**15,0**	**4,0**	**1200,0**
% DE CUBRIMIENTO	**69,8%**	**101,9%**	**51,0%**	**87,7%**	**62,7%**	**75,6%**	**58,1%**	**197,6%**	**61,0%**	**44,7%**	**75,0%**	**19,6%**