FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja real, cruda	T027	8	8	31	2,02	0,09	4,76	4,80	0,55	0,48
			Tomate, crudo	B103	1	1	0	0,01	0,00	0,03	0,07	0,00	0,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	1	1	0	0,01	0,00	0,05	0,06	0,00	0,02
			Cebolla cabezona, cruda	B027	1	1	0	0,01	0,00	0,07	0,23	0,00	0,04
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	2	2	2	0,04	0,00	0,38	0,14	0,01	0,18
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
		HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PAPAS A LA FRANCESA	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	75	60	44	1,14	0,06	9,18	8,40	0,18	6,60
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA TROPICAL	Zanahoria, sin cáscara,	B110	18	15	7	0,11	0,02	1,45	4,13	0,06	5,36
			Tomate, crudo	B103	18	14	3	0,13	0,01	0,59	1,30	0,07	0,86
			Cebolla cabezona, cruda	B027	18	17	7	0,24	0,02	1,32	4,10	0,05	0,68
			Pepino Cohombro, crudo	B077	18	14	2	0,07	0,01	0,31	2,43	0,04	0,27
			Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	B072	12	11	12	0,22	0,04	2,57	0,66	0,04	0,00
			Huevo de gallina, entero, crudo	J004	30	27	40	3,40	2,92	0,08	14,31	0,46	37,53
			Cilantro, crudo	B035	2	2	1	0,04	0,01	0,11	1,48	0,03	0,83
			Limón, crudo	C044	10	5	2	0,02	0,02	0,47	0,95	0,03	0,20
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	PIÑA	Piña uva hartón, cruda	P084	119	65	54	2,36	0,07	10,93	137,45	3,34	4,58
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos												

TOTAL MENÚ		**520**	**18,68**	**17,78**	**68,93**	**217,25**	**6,18**	**711,97**
RECOMENDACIÓN		**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN		**31,9**	**32,78**	**32,74**	**30,22**	**27,16**	**99,74**	**59,33**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [signature] **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	POLLO CON VERDURAS	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	59	55	91	11,36	5,05	0,05	6,04	0,38	34,57
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	5	4	2	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
			Cebolla cabezona, cruda	B027	5	5	2	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
			Tomate, crudo	B103	5	4	1	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
			Pimentón rojo, crudo	B080	5	4	1	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	5	2	1	0,02	0,00	0,14	1,14	0,01	0,30
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARRZ CON HABICHUELA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Habichuela, cruda	B052	10	9	4	0,19	0,00	0,65	3,60	0,09	0,54
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	MADURO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	84	60	80	0,67	0,12	18,33	1,81	0,30	2,42
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	PICO DE GALLO	Tomate, crudo	B103	24	19	4	0,17	0,02	0,79	1,73	0,10	1,15
			Cebolla cabezona, cruda	B027	24	23	9	0,32	0,02	1,76	5,47	0,07	0,91
			Pepino Cohombro, crudo	B077	24	18	3	0,09	0,02	0,41	3,24	0,05	0,36
			Cilantro, crudo	B035	3	3	1	0,06	0,02	0,16	2,21	0,05	1,24
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	87	65	46	0,59	0,20	8,74	8,48	0,20	1,96
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**542**	**19,71**	**17,10**	**73,93**	**169,85**	**1,86**	**679,01**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**33,3**	**34,58**	**31,49**	**32,41**	**21,23**	**29,96**	**56,58**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [signature] **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

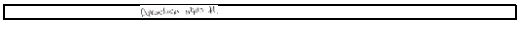
TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	FRIJOL	Frijol sangretoro, crudo	T017	8	8	30	1,88	0,10	4,63	11,20	0,43	0,96
			Plátano hartón, verde, crudo	B092	1	1	1	0,01	0,00	0,27	0,05	0,00	0,18
			Cebolla cabezona, cruda	B027	1	1	0	0,01	0,00	0,07	0,23	0,00	0,04
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	1	0	0	0,00	0,00	0,03	0,23	0,00	0,06
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
		CARNE SALTEADA	Res, carne magra, cruda	F099	55	55	76	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	5	4	1	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	6	2	1	0,03	0,00	0,16	1,37	0,01	0,36
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Aceite de girasol	D004	3	3	27	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PATACONES	Plátano hartón, verde, crudo	B092	88	60	99	0,72	0,12	23,52	4,79	0,24	15,56
			Aceite de girasol	D004	5	5	45	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	CREMA DE AHUYAMA	Ahuyama, cruda	B006	70	60	18	0,48	0,12	3,45	11,90	0,48	0,60
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	3	3	3	0,05	0,01	0,56	0,22	0,02	0,27
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	7	7	35	1,84	1,86	2,69	65,80	0,04	25,83
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	NARANJA	Naranja, cruda	C062	109	65	27	0,46	0,20	5,76	21,58	0,85	1,31
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos												
TOTAL MENÚ							563	20,29	17,74	78,72	133,04	4,08	853,24
RECOMENDACIÓN							1629	57,00	54,30	228,10	800,00	6,20	1200,00
% ADECUACIÓN							34,6	35,59	32,67	34,51	16,63	65,84	71,10

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA 

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	PECHUGA DE POLLO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	59	55	91	11,36	5,05	0,05	6,04	0,38	34,57
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	3	3	27	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PASTAS	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	A074	37	37	137	4,81	0,52	27,68	7,77	0,37	1,85
			Pimentón rojo, crudo	B080	9	8	3	0,08	0,02	0,48	0,54	0,03	0,15
			Cebolla junca, tallos,	B029	9	4	1	0,04	0,00	0,24	2,05	0,02	0,54
			Cebolla cabezona,	B027	9	9	3	0,12	0,01	0,66	2,05	0,03	0,34
			Tomate, crudo	B103	9	7	2	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	YUCA FRITA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	75	60	95	0,54	0,18	22,44	9,60	0,18	8,40
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA RUSA	Zanahoria, sin cáscara,	B110	17	14	7	0,10	0,01	1,37	3,90	0,06	5,06
			Arveja seca, cruda	T003	17	17	64	4,06	0,19	10,23	10,20	0,78	2,55
			Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	17	14	10	0,26	0,01	2,08	1,90	0,04	1,50
			Cebolla cabezona, cruda	B027	17	16	6	0,23	0,02	1,24	3,88	0,05	0,65
			Cilantro, crudo	B035	2	2	1	0,04	0,01	0,11	1,48	0,03	0,83
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	CURUBA	Curuba, cruda	C021	130	65	25	0,39	0,07	5,53	4,55	0,65	55,25
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**639**	**25,68**	**20,58**	**84,48**	**184,45**	**2,90**	**744,93**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**39,2**	**45,05**	**37,89**	**37,04**	**23,06**	**46,77**	**62,08**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	CARNE GULASH	Res, carne magra, cruda	F099	55	55	76	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	5	4	1	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	6	2	1	0,03	0,00	0,16	1,37	0,01	0,36
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	7	6	3	0,04	0,01	0,57	1,61	0,02	2,08
			Habichuela, cruda	B052	15	14	6	0,28	0,00	0,97	5,40	0,14	0,81
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Aceite de girasol	D004	4	4	36	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ HABICHUELA Y ARVEJA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Habichuela, cruda	B052	4	4	2	0,08	0,00	0,26	1,44	0,04	0,22
			Arveja seca, cruda	T003	4	4	15	0,96	0,04	2,41	2,40	0,18	0,60
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	TAJADAS DE MADURO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	84	60	80	0,67	0,12	18,33	1,81	0,30	2,42
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA CRIOLLA	Tomate, crudo	B103	24	19	4	0,17	0,02	0,79	1,73	0,10	1,15
			Cebolla cabezona, cruda	B027	24	23	9	0,32	0,02	1,76	5,47	0,07	0,91
			Pepino Cohombro, crudo	B077	24	18	3	0,09	0,02	0,41	3,24	0,05	0,36
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	BANANO	Banano común, crudo	C010	93	65	66	0,98	0,07	14,52	5,21	0,59	1,95
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							600	21,75	19,08	82,42	166,83	3,55	672,74
RECOMENDACIÓN							1629	57,00	54,30	228,10	800,00	6,20	1200,00
% ADECUACIÓN							36,8	38,16	35,13	36,13	20,85	57,29	56,06

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [illegible] **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	LENTEJA GUISADA	Lenteja real, cruda	T027	8	8	31	2,02	0,09	4,76	4,80	0,55	0,48
			Tomate, crudo	B103	1	1	0	0,01	0,00	0,03	0,07	0,00	0,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	1	1	0	0,01	0,00	0,05	0,06	0,00	0,02
			Cebolla cabezona, cruda	B027	1	1	0	0,01	0,00	0,07	0,23	0,00	0,04
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	2	2	2	0,04	0,00	0,38	0,14	0,01	0,18
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
		HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	56	50	75	6,35	5,44	0,15	26,71	0,86	70,06
			Aceite de girasol	D004	4	4	36	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PAPA COCIDA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	60	60	58	1,32	0,06	12,66	6,60	0,60	10,80
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA TROPICAL	Zanahoria, sin cáscara,	B110	18	15	7	0,11	0,02	1,45	4,13	0,06	5,36
			Tomate, crudo	B103	18	14	3	0,13	0,01	0,59	1,30	0,07	0,86
			Cebolla cabezona, cruda	B027	18	17	7	0,24	0,02	1,32	4,10	0,05	0,68
			Pepino Cohombro, crudo	B077	18	14	2	0,07	0,01	0,31	2,43	0,04	0,27
			Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	B072	12	11	12	0,22	0,04	2,57	0,66	0,04	0,00
			Huevo de gallina, entero, crudo	J004	30	27	40	3,40	2,92	0,08	14,31	0,46	37,53
			Cilantro, crudo	B035	2	2	1	0,04	0,01	0,11	1,48	0,03	0,83
			Limón, crudo	C044	10	5	2	0,02	0,02	0,47	0,95	0,03	0,20
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	PIÑA	Piña uva hartón, cruda	P084	119	65	54	2,36	0,07	10,93	137,45	3,34	4,58
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	8	8	31	0,00	0,00	7,80	6,80	0,15	3,12
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos												

TOTAL MENÚ		**533**	**18,98**	**16,87**	**74,37**	**217,74**	**6,66**	**912,11**
RECOMENDACIÓN		**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN		**32,7**	**33,29**	**31,07**	**32,60**	**27,22**	**107,40**	**76,01**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	GARBANZO GUISADO	Garbanzo, crudo	T019	8	8	31	1,59	0,44	4,70	9,60	0,51	2,40
			Tomate, crudo	B103	1	1	0	0,01	0,00	0,03	0,07	0,00	0,05
			Cebolla cabezona, cruda	B027	1	1	0	0,01	0,00	0,07	0,23	0,00	0,04
			Pimentón rojo, crudo	B080	1	1	0	0,01	0,00	0,05	0,06	0,00	0,02
			Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	5	4	3	0,08	0,00	0,61	0,56	0,01	0,44
			Cilantro, crudo	B035	3	3	1	0,06	0,02	0,16	2,21	0,05	1,24
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
		CARNE SALTEADA	Res, carne magra, cruda	F099	55	55	76	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	5	4	1	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	6	2	1	0,03	0,00	0,16	1,37	0,01	0,36
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Aceite de girasol	D004	3	3	27	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ NARANJA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	4	3	2	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	YUCA FRITA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	75	60	95	0,54	0,18	22,44	9,60	0,18	8,40
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	CREMA DE AHUYAMA	Ahuyama, cruda	B006	70	60	18	0,48	0,12	3,45	11,90	0,48	0,60
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	3	3	3	0,05	0,01	0,56	0,22	0,02	0,27
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	7	7	35	1,84	1,86	2,69	65,80	0,04	25,83
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	LIMON	Limón, crudo	C044	130	65	29	0,20	0,20	6,05	12,35	0,33	2,60
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos												
TOTAL MENÚ							584	19,66	20,15	78,50	130,06	3,64	851,30
RECOMENDACIÓN							1629	57,00	54,30	228,10	800,00	6,20	1200,00
% ADECUACIÓN							35,8	34,49	37,11	34,41	16,26	58,63	70,94

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [signature]

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	PECHUGA DE POLLO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	59	55	91	11,36	5,05	0,05	6,04	0,38	34,57
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	3	3	27	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	TAJADAS DE MADURO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	84	60	80	0,67	0,12	18,33	1,81	0,30	2,42
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA ROJA	Remolacha, sin	B098	23	18	10	0,26	0,02	1,90	2,94	0,15	13,06
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	23	20	9	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
			Cebolla cabezona, cruda	B027	23	22	9	0,31	0,02	1,68	5,24	0,07	0,87
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	8	7	7	0,14	0,01	1,50	0,58	0,06	0,72
			Huevo de gallina, entero, crudo	J004	10	9	13	1,13	0,97	0,03	4,77	0,15	12,51
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	BANANO	Banano común, crudo	C010	93	65	66	0,98	0,07	14,52	5,21	0,59	1,95
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**610**	**21,07**	**20,91**	**81,73**	**165,63**	**2,32**	**706,67**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**37,4**	**36,97**	**38,52**	**35,83**	**20,70**	**37,49**	**58,89**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [signature] **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	CARNE GUISADA	Res, carne magra, cruda	F099	55	55	76	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Cebolla cabezona, cruda	B027	10	10	4	0,13	0,01	0,73	2,28	0,03	0,38
			Tomate, crudo	B103	10	8	2	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	CASCOS DE PAPA	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	75	60	44	1,14	0,06	9,18	8,40	0,18	6,60
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA RUSA	Zanahoria, sin cáscara,	B110	17	14	7	0,10	0,01	1,37	3,90	0,06	5,06
			Arveja seca, cruda	T003	17	17	64	4,06	0,19	10,23	10,20	0,78	2,55
			Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	17	14	10	0,26	0,01	2,08	1,90	0,04	1,50
			Cebolla cabezona, cruda	B027	17	16	6	0,23	0,02	1,24	3,88	0,05	0,65
			Cilantro, crudo	B035	2	2	1	0,04	0,01	0,11	1,48	0,03	0,83
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	CURUIBA	Curuba, cruda	C021	130	65	25	0,39	0,07	5,53	4,55	0,65	55,25
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**547**	**24,55**	**16,16**	**72,95**	**174,74**	**3,91**	**735,23**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**33,6**	**43,07**	**29,75**	**31,98**	**21,84**	**63,03**	**61,27**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	PECHUGA AL AJILLO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	59	55	91	11,36	5,05	0,05	6,04	0,38	34,57
			Pimentón rojo, crudo	B080	5	4	1	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	6	2	1	0,03	0,00	0,16	1,37	0,01	0,36
			Cilantro, crudo	B035	5	5	2	0,10	0,03	0,27	3,69	0,08	2,07
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Aceite de girasol	D004	4	4	36	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PATACONES	plátano hartón, maduro, crudo	B089	83	60	79	0,66	0,12	18,11	1,79	0,30	2,39
			Aceite de girasol	D004	5	5	45	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALDA CRIOLLA	Tomate, crudo	B103	24	19	4	0,17	0,02	0,79	1,73	0,10	1,15
			Cebolla cabezona, cruda	B027	24	23	9	0,32	0,02	1,76	5,47	0,07	0,91
			Pepino Cohombro, crudo	B077	24	18	3	0,09	0,02	0,41	3,24	0,05	0,36
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	87	65	46	0,59	0,20	8,74	8,48	0,20	1,96
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**562**	**19,47**	**20,10**	**72,55**	**165,67**	**1,76**	**677,60**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**34,5**	**34,16**	**37,01**	**31,80**	**20,71**	**28,37**	**56,47**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [illegible] **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	LENTEJAS GUISADAS	Lenteja real, cruda	T027	8	8	31	2,02	0,09	4,76	4,80	0,55	0,48
			Tomate, crudo	B103	1	1	0	0,01	0,00	0,03	0,07	0,00	0,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	1	1	0	0,01	0,00	0,05	0,06	0,00	0,02
			Cebolla cabezona, cruda	B027	1	1	0	0,01	0,00	0,07	0,23	0,00	0,04
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	2	2	2	0,04	0,00	0,38	0,14	0,01	0,18
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
		HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PAPAS A LA FRANCESA	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	75	60	44	1,14	0,06	9,18	8,40	0,18	6,60
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA TROPICAL	Zanahoria, sin cáscara,	B110	18	15	7	0,11	0,02	1,45	4,13	0,06	5,36
			Tomate, crudo	B103	18	14	3	0,13	0,01	0,59	1,30	0,07	0,86
			Cebolla cabezona, cruda	B027	18	17	7	0,24	0,02	1,32	4,10	0,05	0,68
			Pepino Cohombro, crudo	B077	18	14	2	0,07	0,01	0,31	2,43	0,04	0,27
			Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	B072	12	11	12	0,22	0,04	2,57	0,66	0,04	0,00
			Huevo de gallina, entero, crudo	J004	30	27	40	3,40	2,92	0,08	14,31	0,46	37,53
			Cilantro, crudo	B035	2	2	1	0,04	0,01	0,11	1,48	0,03	0,83
			Limón, crudo	C044	10	5	2	0,02	0,02	0,47	0,95	0,03	0,20
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	PIÑA	Piña uva hartón, cruda	P084	119	65	54	2,36	0,07	10,93	137,45	3,34	4,58
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos												

TOTAL MENÚ		**520**	**18,68**	**17,78**	**68,93**	**217,25**	**6,18**	**711,97**
RECOMENDACIÓN		**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN		**31,9**	**32,78**	**32,74**	**30,22**	**27,16**	**99,74**	**59,33**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [signature] **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	55	55	76	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Cebolla cabezona, cruda	B027	10	10	4	0,13	0,01	0,73	2,28	0,03	0,38
			Tomate, crudo	B103	10	8	2	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
			Huevo de gallina, entero, crudo	J004	9	8	12	1,02	0,87	0,02	4,29	0,14	11,26
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	8	8	72	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ NARANJA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	4	3	2	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	YUCA COCIDA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	75	60	95	0,54	0,18	22,44	9,60	0,18	8,40
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	PICO DE GALLO	Tomate, crudo	B103	24	19	4	0,17	0,02	0,79	1,73	0,10	1,15
			Cebolla cabezona, cruda	B027	24	23	9	0,32	0,02	1,76	5,47	0,07	0,91
			Pepino Cohombro, crudo	B077	24	18	3	0,09	0,02	0,41	3,24	0,05	0,36
			Cilantro, crudo	B035	3	3	1	0,06	0,02	0,16	2,21	0,05	1,24
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	BANANO	Banano común, crudo	C010	93	65	66	0,98	0,07	14,52	5,21	0,59	1,95
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**590**	**21,49**	**17,99**	**83,35**	**172,85**	**3,29**	**883,00**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**36,2**	**37,71**	**33,12**	**36,54**	**21,61**	**53,06**	**73,58**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [signature]

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	GARBANZO GUISADO	Garbanzo, crudo	T019	8	8	31	1,59	0,44	4,70	9,60	0,51	2,40
			Tomate, crudo	B103	1	1	0	0,01	0,00	0,03	0,07	0,00	0,05
			Cebolla cabezona, cruda	B027	1	1	0	0,01	0,00	0,07	0,23	0,00	0,04
			Pimentón rojo, crudo	B080	1	1	0	0,01	0,00	0,05	0,06	0,00	0,02
			Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	5	4	3	0,08	0,00	0,61	0,56	0,01	0,44
			Cilantro, crudo	B035	3	3	1	0,06	0,02	0,16	2,21	0,05	1,24
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
		PECHUGA DE POLLO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	59	55	91	11,36	5,05	0,05	6,04	0,38	34,57
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	3	3	27	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos,	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PATACON	Plátano hartón, verde, crudo	B092	88	60	99	0,72	0,12	23,52	4,79	0,24	15,56
			Aceite de girasol	D004	5	5	45	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	CREMA DE AHUYAMA	Ahuyama, cruda	B006	70	60	18	0,48	0,12	3,45	11,90	0,48	0,60
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	3	3	3	0,05	0,01	0,56	0,22	0,02	0,27
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	8	8	40	2,10	2,13	3,07	75,20	0,04	29,52
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	TOMATE DE ARBOL	Tomate de árbol rojo, crudo	C082	75	65	35	1,29	0,13	6,58	6,45	0,58	0,00
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos												
TOTAL MENÚ							**601**	**20,45**	**21,19**	**79,68**	**129,10**	**2,81**	**864,40**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**36,9**	**35,88**	**39,02**	**34,93**	**16,14**	**45,32**	**72,03**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [signature] **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	CARNE GUISADA	Res, carne magra, cruda	F099	55	55	76	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	10	9	4	0,06	0,01	0,81	2,30	0,03	2,98
			Habichuela, cruda	B052	10	9	4	0,19	0,00	0,65	3,60	0,09	0,54
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PASTAS	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	A074	37	37	137	4,81	0,52	27,68	7,77	0,37	1,85
			Pimentón rojo, crudo	B080	9	8	3	0,08	0,02	0,48	0,54	0,03	0,15
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	9	4	1	0,04	0,00	0,24	2,05	0,02	0,54
			Cebolla cabezona, cruda	B027	9	9	3	0,12	0,01	0,66	2,05	0,03	0,34
			Tomate, crudo	B103	9	7	2	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	TAJADAS DE MADURO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	84	60	80	0,67	0,12	18,33	1,81	0,30	2,42
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA RUSA	Zanahoria, sin cáscara,	B110	17	14	7	0,10	0,01	1,37	3,90	0,06	5,06
			Arveja seca, cruda	T003	17	17	64	4,06	0,19	10,23	10,20	0,78	2,55
			Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	17	14	10	0,26	0,01	2,08	1,90	0,04	1,50
			Cebolla cabezona, cruda	B027	17	16	6	0,23	0,02	1,24	3,88	0,05	0,65
			Cilantro, crudo	B035	2	2	1	0,04	0,01	0,11	1,48	0,03	0,83
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	87	65	46	0,59	0,20	8,74	8,48	0,20	1,96
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**620**	**26,88**	**16,74**	**84,99**	**183,76**	**3,79**	**682,66**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**38,1**	**47,16**	**30,83**	**37,26**	**22,97**	**61,17**	**56,89**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA (Nutricionista - Dietista)

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	POLLO CON VERDURAS	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	59	55	91	11,36	5,05	0,05	6,04	0,38	34,57
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	5	4	2	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
			Cebolla cabezona, cruda	B027	5	5	2	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
			Tomate, crudo	B103	5	4	1	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
			Pimentón rojo, crudo	B080	5	4	1	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	5	2	1	0,02	0,00	0,14	1,14	0,01	0,30
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	4	3	2	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PATACON	Plátano hartón, verde, crudo	B092	88	60	99	0,72	0,12	23,52	4,79	0,24	15,56
			Aceite de girasol	D004	1	1	5	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA CRIOLLA	Tomate, crudo	B103	24	19	4	0,17	0,02	0,79	1,73	0,10	1,15
			Cebolla cabezona, cruda	B027	24	23	9	0,32	0,02	1,76	5,47	0,07	0,91
			Pepino Cohombro, crudo	B077	24	18	3	0,09	0,02	0,41	3,24	0,05	0,36
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	CURUBA	Curuba, cruda	C021	130	65	25	0,39	0,07	5,53	4,55	0,65	55,25
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							541	19,34	17,45	75,42	164,00	2,12	744,85
RECOMENDACIÓN							1629	57,00	54,30	228,10	800,00	6,20	1200,00
% ADECUACIÓN							33,2	33,92	32,14	33,07	20,50	34,25	62,07

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA (signature) **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

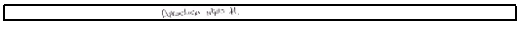
TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	LENTEJA GUISADA	Lenteja real, cruda	T027	8	8	31	2,02	0,09	4,76	4,80	0,55	0,48
			Tomate, crudo	B103	1	1	0	0,01	0,00	0,03	0,07	0,00	0,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	1	1	0	0,01	0,00	0,05	0,06	0,00	0,02
			Cebolla cabezona, cruda	B027	1	1	0	0,01	0,00	0,07	0,23	0,00	0,04
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	2	2	2	0,04	0,00	0,38	0,14	0,01	0,18
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
		HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	56	50	75	6,35	5,44	0,15	26,71	0,86	70,06
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	PAPA A LA FRANCESA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	60	60	58	1,32	0,06	12,66	6,60	0,60	10,80
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALDA TRICOLOR	Tomate, crudo	B103	18	14	3	0,13	0,01	0,59	1,30	0,07	0,86
			Cebolla cabezona, cruda	B027	18	17	7	0,24	0,02	1,32	4,10	0,05	0,68
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	18	15	7	0,11	0,02	1,45	4,13	0,06	5,36
			Pepino Cohombro, crudo	B077	18	14	2	0,07	0,01	0,31	2,43	0,04	0,27
			Limón, crudo	C044	8	4	2	0,01	0,01	0,37	0,76	0,02	0,16
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	BANANO	Banano común, crudo	C010	93	65	66	0,98	0,07	14,52	5,21	0,59	1,95
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**558**	**17,35**	**18,36**	**78,14**	**189,37**	**3,39**	**918,27**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**34,3**	**30,44**	**33,81**	**34,26**	**23,67**	**54,73**	**76,52**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA 

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

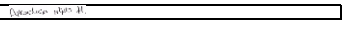
TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	ARVEJA GUISADA	Arveja seca, cruda	T003	8	8	30	1,91	0,09	4,82	4,80	0,37	1,20
			Plátano hartón, verde, crudo	B092	1	1	1	0,01	0,00	0,27	0,05	0,00	0,18
			Cebolla cabezona, cruda	B027	1	1	0	0,01	0,00	0,07	0,23	0,00	0,04
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	1	0	0	0,00	0,00	0,03	0,23	0,00	0,06
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
		PECHUGA DE POLLO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	59	55	91	11,36	5,05	0,05	6,04	0,38	34,57
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	3	3	27	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	TAJADAS DE MADURO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	83	60	79	0,66	0,12	18,11	1,79	0,30	2,39
			Aceite de girasol	D004	5	5	45	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA TRICOLOR	Tomate, crudo	B103	18	14	3	0,13	0,01	0,59	1,30	0,07	0,86
			Cebolla cabezona, cruda	B027	18	17	7	0,24	0,02	1,32	4,10	0,05	0,68
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	18	15	7	0,11	0,02	1,45	4,13	0,06	5,36
			Pepino Cohombro, crudo	B077	18	14	2	0,07	0,01	0,31	2,43	0,04	0,27
			Limón, crudo	C044	8	4	2	0,01	0,01	0,37	0,76	0,02	0,16
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	PIÑA	Piña uva hartón, cruda	P084	119	65	54	2,36	0,07	10,93	137,45	3,34	4,58
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos												
TOTAL MENÚ							537	19,59	16,57	75,35	175,00	5,14	830,11
RECOMENDACIÓN							1629	57,00	54,30	228,10	800,00	6,20	1200,00
% ADECUACIÓN							33,0	34,37	30,52	33,03	21,88	82,83	69,18

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA 

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	POLLO CON VERDURAS	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	59	55	91	11,36	5,05	0,05	6,04	0,38	34,57
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	5	4	2	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
			Cebolla cabezona, cruda	B027	5	5	2	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
			Tomate, crudo	B103	5	4	1	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
			Pimentón rojo, crudo	B080	5	4	1	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	5	2	1	0,02	0,00	0,14	1,14	0,01	0,30
			Aceite de girasol	D004	6	6	54	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	MDURO COCIDO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	84	60	80	0,67	0,12	18,33	1,81	0,30	2,42
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	PICO DE GALLO	Tomate, crudo	B103	24	19	4	0,17	0,02	0,79	1,73	0,10	1,15
			Cebolla cabezona, cruda	B027	24	23	9	0,32	0,02	1,76	5,47	0,07	0,91
			Pepino Cohombro, crudo	B077	24	18	3	0,09	0,02	0,41	3,24	0,05	0,36
			Cilantro, crudo	B035	3	3	1	0,06	0,02	0,16	2,21	0,05	1,24
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	87	65	46	0,59	0,20	8,74	8,48	0,20	1,96
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**539**	**19,52**	**17,10**	**73,29**	**166,25**	**1,77**	**678,47**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**33,1**	**34,24**	**31,49**	**32,13**	**20,78**	**28,51**	**56,54**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [signature] **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	CAREN GUISADA	Res, carne magra, cruda	F099	55	55	76	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	5	4	1	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	6	2	1	0,03	0,00	0,16	1,37	0,01	0,36
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	7	6	3	0,04	0,01	0,57	1,61	0,02	2,08
			Habichuela, cruda	B052	15	14	6	0,28	0,00	0,97	5,40	0,14	0,81
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Aceite de girasol	D004	4	4	36	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ NARANJA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	4	3	2	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	CHIPS DE PLATANO	Plátano hartón, verde, crudo	B092	88	60	99	0,72	0,12	23,52	4,79	0,24	15,56
			Aceite de girasol	D004	7	7	63	0,00	7,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	CREMA DE AHUYAMA	Ahuyama, cruda	B006	70	60	18	0,48	0,12	3,45	11,90	0,48	0,60
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	3	3	3	0,05	0,01	0,56	0,22	0,02	0,27
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	7	7	35	1,84	1,86	2,69	65,80	0,04	25,83
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	1	1	9	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	NARANJA	Naranja, cruda	C062	109	65	27	0,46	0,20	5,76	21,58	0,85	1,31
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos												
TOTAL MENÚ							558	18,67	19,63	75,19	128,64	3,79	661,96
RECOMENDACIÓN							1629	57,00	54,30	228,10	800,00	6,20	1200,00
% ADECUACIÓN							34,2	32,75	36,16	32,96	16,08	61,19	55,16

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA [signature] **MATRÍCULA PROFESIONAL** 5638

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ETC NORTE DE SANTANDER

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Almuerzo

NIVEL Primaria:Primero, Segundo y Tercero

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						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos,leguminosas secas, frutos secos y semillas,	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	55	55	76	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Cebolla cabezona, cruda	B027	10	10	4	0,13	0,01	0,73	2,28	0,03	0,38
			Tomate, crudo	B103	10	8	2	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
			Huevo de gallina, entero, crudo	J004	9	8	12	1,02	0,87	0,02	4,29	0,14	11,26
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Aceite de girasol	D004	4	4	36	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	37	37	131	2,48	0,15	29,64	3,33	0,30	0,74
			Pimentón rojo, crudo	B080	2	2	1	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2	1	0	0,01	0,00	0,05	0,46	0,00	0,12
			Aceite de girasol	D004	2	2	18	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			Ajo, crudo	B009	2	2	3	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tuberculos y platanos	CASCOS DE PAPA	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	67	60	58	1,21	0,12	12,60	4,82	0,48	6,03
			Aceite de girasol	D004	5	5	45	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Grups II. Frutas y verduras	ENSALADA RUSA	Zanahoria, sin cáscara,	B110	17	14	7	0,10	0,01	1,37	3,90	0,06	5,06
			Arveja seca, cruda	T003	17	17	64	4,06	0,19	10,23	10,20	0,78	2,55
			Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	17	14	10	0,26	0,01	2,08	1,90	0,04	1,50
			Cebolla cabezona, cruda	B027	17	16	6	0,23	0,02	1,24	3,88	0,05	0,65
			Cilantro, crudo	B035	2	2	1	0,04	0,01	0,11	1,48	0,03	0,83
			Limón, crudo	C044	5	3	1	0,01	0,01	0,23	0,48	0,01	0,10
			Ajo, crudo	B009	1	1	1	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
			Sal	L015	1	1	0	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	193,91
BEBIDA	Grups II. Frutas y verduras	CURUBA	Curuba, cruda	C021	130	65	25	0,39	0,07	5,53	4,55	0,65	55,25
AZUCARES	Grupo VI. Azucares	AZUCAR	Azúcar morena,	K004	6	6	23	0,00	0,00	5,85	5,10	0,11	2,34
LÁCTEOS	Grupo II. Leche y productos lacteos	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
TOTAL MENÚ							**591**	**25,64**	**19,09**	**76,40**	**175,46**	**4,35**	**745,92**
RECOMENDACIÓN							**1629**	**57,00**	**54,30**	**228,10**	**800,00**	**6,20**	**1200,00**
% ADECUACIÓN							**36,3**	**44,98**	**35,16**	**33,49**	**21,93**	**70,13**	**62,16**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LISBETH ANGELICA NIÑO HERNANDEZ

FIRMA (signature)

MATRÍCULA PROFESIONAL 5638