

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	
---	--

FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 2												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	CREMA DE ZANAHORIA	Ahuyama, cruda	8006	11,8	10	3,0	0,08	0,0	0,6	2,0	0,1	0,1
		Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	8068	18,8	15	11,1	0,285	0,0	2,3	2,1	0,0	1,7
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	8110	35,3	30	14,1	0,21	0,0	2,9	8,1	0,1	10,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		Cebolla cabezona, cruda	8027	2,1	2	0,8	0,028	0,0	0,2	0,5	0,0	0,1
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Ajo, crudo	8009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Cilantro, crudo	8035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
ALIMENTO PROTEÍCO	RES CON VERDURAS	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,0	21,8	5,7	0,0	6,0	2,7	51,0
		Aceite de soja	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Ajo, crudo	8009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Laurel		1,0	1	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Sal	L015	0,5	0,5	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Aceite de soja	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MADURO FRITO	Aceite, mezcla vegetal	D013	8,0	8	72,0	0	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		plátano hartón, maduro, crudo	8089	97,2	70	92,4	0,77	0,1	21,2	2,1	0,4	2,8
ENSALADA	ZANAHORIA Y ARVEJA CON MAYONESA Y CILANTRO	Zanahoria, sin cáscara, cruda	8110	52,9	45	21,2	0,315	0,0	4,3	12,2	0,2	15,8
		Cilantro, crudo	8035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7
		Arveja verde, cruda	8019	87,5	35	34,7	2,065	0,1	5,4	12,6	0,5	1,8
		Mayonesa, con sal	D020	8,0	8	26,1	0,072	2,7	0,4	1,1	0,0	56,9
FRUTA	JUGO DE MANGO	Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	10,3	9,0	0,3	2,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						842	34	28	110	195	5	509
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						34%	39%	33%	31%	18%	54%	34%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												

FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 3												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE LENTEJAS	Lenteja común, cruda	T026	25,0	25	96,8	5,775	0,2	15,3	12,8	1,8	6,8
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	20,0	20	16,0	0,44	0,0	3,4	2,4	0,2	1,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,1	2	0,8	0,028	0,0	0,2	0,5	0,0	0,1
		Tomate, crudo	B103	6,3	5	1,2	0,045	0,0	0,2	0,5	0,0	0,3
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	1,0	2,7	0,0	3,5
		Sal	L015	0,4	0,4	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	155,1
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	111,1	100	149,0	12,6	10,8	0,3	53,0	1,7	139,0
CEREAL	ARROZ VERDE	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Cilantro, crudo	B035	27,8	25	11,0	0,575	0,2	1,5	20,5	0,5	11,5
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	10,0	10	90,0	0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MONEDITAS DE PLATANO VERDE											
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	125,0	85	141,1	1,02	0,2	33,4	6,8	0,3	22,1
VERDURA FRÍA O CALIENTE	FRESA, PEPINO, ZANAHORIA	Fresa, madura, cruda	C025	26,3	25	11,3	0,2	0,1	2,1	5,3	0,1	0,5
		Pepino Cohombro, crudo	B077	40,0	30	4,2	0,15	0,0	0,7	5,4	0,1	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35,3	30	14,1	0,21	0,0	2,9	8,1	0,1	10,5
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2
FRUTA	JUGO DE GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						870	26	26	126	142	6	477
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						35%	30%	31%	36%	13%	61%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 4												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE VERDURAS	Ahuyama, cocida, sin sal	B005	25,0	25	12,0	0,175	0,2	2,1	3,5	0,1	0,3
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	23,5	20	9,4	0,14	0,0	1,9	5,4	0,1	7,0
		Arveja verde, cruda	B019	37,5	15	14,9	0,885	0,0	2,3	5,4	0,2	0,8
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	35,0	35	28,0	0,77	0,0	5,9	4,2	0,3	2,1
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO EN SALSA BBQ	Cerdo, carne magra, cruda	F011	100,0	100	140,0	21,4	6,0	0,2	17,0	0,8	52,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,2	3	1,2	0,042	0,0	0,2	0,7	0,0	0,1
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Salsa BBQ		10,0	10	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	5,9	5	2,4	0,035	0,0	0,5	1,4	0,0	1,8
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Aceite de soya	D012	5,0	5	45,0	0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA FRITA	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	100,0	80	59,2	1,52	0,1	12,2	11,2	0,2	8,8
		Aceite de soya	D012	9,0	9	81,0	0	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE CON VINAGRETA	Tomate, crudo	B103	106,3	85	19,6	0,765	0,1	3,5	7,7	0,4	5,1
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	0,7	0,8	0,1	0,6
		Cilantro, crudo	B035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7
FRUTA	JUGO DE MANGO CON LECHE	Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	10,3	9,0	0,3	2,4
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,9	3,945	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						792	35	25	103	226	3	454
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						32%	40%	30%	30%	21%	35%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 5														
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR								
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)		
SOPAS	SOPA DE FRIJOL	Frijol cargamanto rojo, crudo	T011	30,0	30	115,8	6,84	0,5	18,1	35,7	1,6	3,0		
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	36,8	25	41,5	0,3	0,1	9,8	2,0	0,1	6,5		
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	15,0	15	7,2	0,105	0,1	1,3	2,1	0,0	0,2		
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6		
		Tomate, crudo	B103	25,0	20	4,6	0,18	0,0	0,8	1,8	0,1	1,2		
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3		
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3		
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3		
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO GUISADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0		
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6		
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3		
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3		
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6		
				Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	77,6	
CEREAL	ARROZ AMARILLO	Aceite de soya	D012	6,0	6	54,0	0	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2		
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	29,4	25	11,8	0,175	0,0	2,4	6,8	0,1	8,8		
				plátano hartón, maduro, crudo	B089	97,2	70	92,4	0,77	0,1	21,2	2,1	0,4	2,8
				Panela	K033	18,0	18	65,5	0,108	0,0	16,2	7,6	0,9	7,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MADURO MELADO													
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE, ZANAHORIA Y CILANTRO	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	47,1	40	18,8	0,28	0,0	3,8	10,8	0,2	14,0		
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6		
		Tomate, crudo	B103	43,8	35	8,1	0,315	0,0	1,4	3,2	0,2	2,1		
		Cilantro, crudo	B035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7		
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	0,7	0,8	0,1	0,6		
FRUTA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8		
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,9	3,945	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4		
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0		
TOTAL MENÚ						1020	39	25	152	268	6	536		
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500		
% ADECUACIÓN						41%	45%	30%	44%	24%	58%	36%		
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS														
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983					

MENÚ No. 6													
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR							
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
SOPAS	CREMA DE MAIZ	Maiz tierno, crudo	A053	30,0	30	45,6	1,02	0,4	9,2	1,5	0,2	0,9	
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	25,0	25	20,0	0,55	0,0	4,2	3,0	0,2	1,5	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3	
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0	
		Cilantro, crudo	B035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7	
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6	
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4	
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3	
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO APANADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0	
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3	
		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	5,6	5	7,5	0,63	0,5	0,0	2,7	0,1	7,0	
		Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	A040	10,0	10	36,0	1,25	0,2	7,2	1,5	0,4	0,2	
		Aceite de soya	D012	5,0	5	45,0	0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
CEREAL	ARROZ BLANCO	Aceite, mezcla vegetal	D013	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3	
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PURE DE PAPA CON CILANTRO	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	90,0	80	64,0	1,76	0,1	13,5	9,6	0,6	4,8	
		Cilantro, crudo	B035	5,0	9	4,0	0,207	0,1	0,5	7,4	0,2	4,1	
		Crema de leche	G001	10,0	10	33,0	0,21	3,5	0,2	6,8	0,0	4,6	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	REPOLLO, ZANAHORIA Y MANGO	Repollo blanco, crudo	B099	42,9	30	12,0	0,54	0,1	1,9	13,2	0,2	5,4	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35,3	30	14,1	0,21	0,0	2,9	8,1	0,1	10,5	
		Mango común, crudo	C051	50,0	25	19,8	0,15	0,0	4,3	3,8	0,1	1,0	
		Cilantro, crudo	B035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7	
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	0,7	0,8	0,1	0,6	
		Azúcar blanco, granulado	K003	4,0	4	15,9	0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	
FRUTA	JUGO DE LULO	Lulo, crudo	C045	100,0	60	28,8	0,54	0,1	5,3	6,0	0,4	0,0	
		Azúcar blanco, granulado	K003	9,0	9	35,7	0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0	
TOTAL MENÚ							883	36	27	119	227	4	478
RECOMENDACIÓN							2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN							35%	41%	32%	34%	21%	45%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS													
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 7												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE BLANQUILLOS	Frijol blanco, crudo	T005	20,0	20	74,6	4,26	0,2	12,4	26,6	1,2	3,0
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	25,0	25	20,0	0,55	0,0	4,2	3,0	0,2	1,5
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	15,0	15	7,2	0,105	0,1	1,3	2,1	0,0	0,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Sal	L015	0,4	0,4	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	155,1
		Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	25,0	25	24,0	0,55	0,0	5,3	2,8	0,3	4,5
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
ALIMENTO PROTEÍCO	RES ASADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,0	21,8	5,7	0,0	6,0	2,7	51,0
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Laurel		2,0	2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Sal	L015	0,4	0,4	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	155,1
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MADURO COCIDO CON MANTEQUILLA	Mantequilla	D015	10,0	10	74,3	0,08	8,2	0,0	2,2	0,0	22,3
		plátano hartón, maduro, crudo	B089	104,2	75	99,0	0,825	0,2	22,7	2,3	0,4	3,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	MANGO, FRESA Y TOMATE	Mango común, crudo	C051	60,0	30	23,7	0,18	0,0	5,1	4,5	0,2	1,2
		Fresa, madura, cruda	C025	26,3	25	11,3	0,2	0,1	2,1	5,3	0,1	0,5
		Cilantro, crudo	B035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	0,7	0,8	0,1	0,6
		Tomate, crudo	B103	37,5	30	6,9	0,27	0,0	1,2	2,7	0,2	1,8
		Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,9	0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
		Leche de vaca, entera, en polvo	g008	15,0	15	74,9	3,945	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						943	38	26	133	230	6	470
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						38%	43%	31%	38%	21%	67%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 8												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO EN SALSA DE PIÑA	Cerdo, carne magra, cruda	F011	100,0	100	140,0	21,4	6,0	0,2	17,0	0,8	52,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Piña, cruda	C072	36,4	20	11,2	0,12	0,0	2,5	3,2	0,1	0,6
		Azúcar blanco, granulado	K003	3,0	3	11,9	0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,5	0,5	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		0		0,0		0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ VERDE	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Cilantro, crudo	B035	16,7	15	6,6	0,345	0,1	0,9	12,3	0,3	6,9
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	ENSALADA RUSA	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	65,0	65	52,0	1,43	0,1	11,0	7,8	0,5	3,9
Zanahoria, sin cáscara, cruda		B110	41,2	35	16,5	0,245	0,0	3,3	9,5	0,1	12,3	
Arveja verde, cruda		B019	87,5	35	34,7	2,065	0,1	5,4	12,6	0,5	1,8	
Cilantro, crudo		B035	13,3	12	5,3	0,276	0,1	0,7	9,8	0,2	5,5	
Mayonesa, con sal		D020	10,0	10	32,6	0,09	3,3	0,5	1,4	0,0	71,1	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	AVENA	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	40,0	40	164,4	6,76	3,0	25,6	21,6	1,8	1,2
Leche de vaca, entera, en polvo		G008	15,0	15	74,9	3,945	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4	
Azúcar blanco, granulado		K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0	
TOTAL MENÚ						871	41	25	116	245	5	523
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						35%	47%	30%	33%	22%	53%	35%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 9												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPA	PRINCIPIO DE FRIJOL	Frijol cargamanto rojo, crudo	T011	35,0	35,0	135,1	7,98	0,5	21,1	41,7	1,9	3,5
		plátano hartón, maduro, crudo	B089	20,8	15,0	19,8	0,165	0,0	4,5	0,5	0,1	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15,0	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Tomate, crudo	B103	10,0	8,0	1,8	0,072	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	8,0	8,0	3,8	0,056	0,1	0,7	1,1	0,0	0,1
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10,0	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	111,1	100,0	149,0	12,6	10,8	0,3	53,0	1,7	139,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBERCULOS - RAICES - PLÁTANOS - DERIVADOS	AREPA FRITA	Aceite, mezcla vegetal	D013	10,0	10	90,0	0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Arepa de maíz precocido, sin sal	A005	60,0	60	93,6	2,04	0,3	20,7	11,4	0,3	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	PEPINO CON VINAGRETA	Pepino Cohombro, crudo	B077	100,0	75	10,5	0,375	0,1	1,7	13,5	0,2	1,5
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	0,7	0,8	0,1	0,6
		Cilantro, crudo	B035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7
		Mayonesa, con sal	D020	10,0	10	32,6	0,09	3,3	0,5	1,4	0,0	71,1
FRUTA	JUGO DE MANGO	Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	10,3	9,0	0,3	2,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						881	28	29	120	152	5	462
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						35%	32%	35%	34%	14%	56%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 10														
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR								
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)		
SOPAS	SANCOCHO	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	20,0	20	19,2	0,44	0,0	4,2	2,2	0,2	3,6		
		Sal	L015	0,4	0,4	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	155,1		
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	20,0	20	16,0	0,44	0,0	3,4	2,4	0,2	1,2		
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	29,4	20	33,2	0,24	0,0	7,9	1,6	0,1	5,2		
		Tomate, crudo	B103	10,0	8	1,8	0,072	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5		
		Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	18,8	15	23,9	0,135	0,0	5,6	2,4	0,0	2,1		
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	1,0	2,7	0,0	3,5		
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	8,0	8	3,8	0,056	0,1	0,7	1,1	0,0	0,1		
		Cebolla cabezona, cruda	B027	8,4	8	3,2	0,112	0,0	0,6	1,9	0,0	0,3		
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO EN SALSA DE NARANJA	Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3		
		Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0		
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4		
		Naranja, cruda	C062	33,3	20	8,2	0,14	0,1	1,8	6,6	0,3	0,4		
		Cilantro, crudo	B035	16,7	15	6,6	0,345	0,1	0,9	12,3	0,3	6,9		
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3		
		Crema de leche	G001	15,0	15	49,5	0,315	5,3	0,3	10,2	0,0	6,9		
		CEREAL	ARROZ CON VERDURAS	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
				Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
				Arveja verde, cruda	B019	37,5	15	14,9	0,885	0,0	2,3	5,4	0,2	0,8
Cebolla cabezona, cruda	B027			8,4	8	3,2	0,112	0,0	0,6	1,9	0,0	0,3		
Sal	L015			0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3		
Aceite de soya	D012			6,0	6	54,0	0	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	INCLUIDA EN LA SOPA	0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0			
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0			
VERDURA FRÍA O CALIENTE	POLLO MORADO, PIÑA, UVAS PASAS	Repollo morado, crudo	B101	58,8	50	19,5	0,7	0,2	3,3	22,5	0,3	13,5		
		Piña, cruda	C072	36,4	20	11,2	0,12	0,0	2,5	3,2	0,1	0,6		
		Uva, deshidratada	C087	15,0	15	49,1	0,375	0,0	11,3	5,7	0,4	3,8		
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	0,7	0,8	0,1	0,6		
		Azúcar blanco, granulado	K003	4,0	4	15,9	0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0		
FRUTA	JUGO DE MARACUYA	Maracuyá, cruda	C056	187,5	60	36,0	0,9	0,3	7,4	5,4	1,0	3,6		
		Azúcar blanco, granulado	K003	10,0	10	39,7	0	0,0	9,9	0,0	0,0	0,0		
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0			
TOTAL MENÚ						843	31	26	119	116	5	514		
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500		
% ADECUACIÓN						34%	35%	31%	34%	11%	49%	34%		
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS														
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983					

MENÚ No. 11													
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR							
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
SOPA	SOPA DE ARVEJA	Arveja seca, cruda	T003	30,0	30	112,2	7,17	0,3	18,1	18,0	1,4	4,5	
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	25,0	25	20,0	0,55	0,0	4,2	3,0	0,2	1,5	
		Tomate, crudo	B103	18,8	15	3,5	0,135	0,0	0,6	1,4	0,1	0,9	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3	
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3	
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2	
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3	
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO AGRIDULCE	Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4	
		Cerdo, carne magra, cruda	F011	100,0	100	140,0	21,4	6,0	0,2	17,0	0,8	52,0	
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	23,5	20	9,4	0,14	0,0	1,9	5,4	0,1	7,0	
		Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,9	0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5	
		Aceite de soya	D012	8,0	8	72,0	0	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Salsa de tomate	B103	12,5	10	2,3	0,09	0,0	0,4	0,9	0,1	0,6	
CEREAL	ARROZ PAJARITO	Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3	
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2	
		plátano hartón, maduro, crudo	B089	51,4	37	48,8	0,407	0,1	11,2	1,1	0,2	1,5	
		Cebolla cabezona, cruda	B027	8,4	8	3,2	0,112	0,0	0,6	1,9	0,0	0,3	
		Sal	L015	0,4	0,4	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	155,1	
		Aceite de soya	D012	7,0	7	63,0	0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	INCLUIDO EN ARROZ	0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0		
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0		
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0		
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0		
VERDURA FRÍA O CALIENTE	REPOLLO MORADO, TOMATE Y PIÑA	Repollo morado, crudo	B101	41,2	35	13,7	0,49	0,1	2,3	15,8	0,2	9,5	
		Tomate, crudo	B103	31,3	25	5,8	0,225	0,0	1,0	2,3	0,1	1,5	
		Piña, cruda	C072	36,4	20	11,2	0,12	0,0	2,5	3,2	0,1	0,6	
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5	
		Azúcar blanco, granulado	K003	7,0	7	27,8	0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	
FRUTA	JUGO DE MANGO	Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	10,3	9,0	0,3	2,4	
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0	
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0		
TOTAL MENÚ						905	36	26	126	100	4	481	
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500	
% ADECUACIÓN						36%	41%	31%	36%	9%	46%	32%	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS													
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 12												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	CREMA DE ZANAHORIA	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	58,8	50	23,5	0,35	0,1	4,8	13,5	0,2	17,5
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	25,0	25	20,0	0,55	0,0	4,2	3,0	0,2	1,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Cebolla cabezona, cruda	B027	5,3	5	2,0	0,07	0,0	0,4	1,2	0,0	0,2
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO EN SALSA DE PIÑA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0
		Piña, cruda	C072	36,4	20	11,2	0,12	0,0	2,5	3,2	0,1	0,6
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Azúcar blanco, granulado	K003	3,0	3	11,9	0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	1,0	2,7	0,0	3,5
		Cebolla cabezona, cruda	B027	7,4	7	2,8	0,098	0,0	0,5	1,7	0,0	0,3
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MONEDAS DE PLATANO VERDE	Plátano hartón, verde, crudo	B092	102,9	70	116,2	0,84	0,1	27,5	5,6
Aceite de soya	D012	10,0		10	90,0	0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
FRUTA	JUGO DE MARACUYA	Maracuyá, cruda	C056	187,5	60	36,0	0,9	0,3	7,4	5,4	1,0	3,6
		Azúcar blanco, granulado	K003	9,0	9	35,7	0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						839	31	28	114	185	3	512
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						34%	36%	33%	33%	17%	35%	34%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												

FIRMA		DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983		
MENÚ No. 13												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	RES SALTEADA CON VERDURAS	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,0	21,8	5,7	0,0	6,0	2,7	51,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Aceite de soya	D012	7,0	7	63,0	0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,4	0,4	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	155,1
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	8,4	8	3,2	0,112	0,0	0,6	1,9	0,0	0,3
		Sal	L015	0,4	0,4	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	155,1
		Aceite de soya	D012	6,0	6	54,0	0	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0		0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA CRIOLLA COCIDA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	90,0	90	86,4	1,98	0,1	19,0	9,9	0,9	16,2
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ZANAHORIA Y ARVEJA	Arveja verde, cruda	B019	87,5	35	34,7	2,065	0,1	5,4	12,6	0,5	1,8
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	44,7	38	17,9	0,266	0,0	3,6	10,3	0,2	13,3
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
FRUTA	AVENA FRIA	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	30,0	30	123,3	5,07	2,3	19,2	16,2	1,4	0,9
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,9	3,945	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						857	40	26	113	219	7	461
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						34%	46%	31%	32%	20%	68%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA		DANIELA ROSERO CEBALLOS				MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 14												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	PRINCIPIO DE LENTEJAS	Lenteja común, cruda	T026	38,0	38	147,1	8,778	0,3	23,2	19,4	2,7	10,3
		Cebolla cabezona, cruda	B027	21,1	20	8,0	0,28	0,0	1,5	4,8	0,1	0,8
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	29,4	25	11,8	0,175	0,0	2,4	6,8	0,1	8,8
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	20,0	20	16,0	0,44	0,0	3,4	2,4	0,2	1,2
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	111,1	100	149,0	12,6	10,8	0,3	53,0	1,7	139,0
		0		0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	9,5	9	3,6	0,126	0,0	0,7	2,2	0,0	0,4
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	AREPA FRITA	Arepa de maíz precocido, sin sal	A005	65,0	65	101,4	2,21	0,3	22,4	12,4	0,3	0,0
		Aceite de soya	D012	10,0	10	90,0	0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE CON VINAGRETA	Tomate, crudo	B103	93,8	75	17,3	0,675	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
		Cilantro, crudo	B035	13,3	12	5,3	0,276	0,1	0,7	9,8	0,2	5,5
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	0,7	0,8	0,1	0,6
		Mayonesa, con sal	D020	8,0	8	26,1	0,072	2,7	0,4	1,1	0,0	56,9
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
FRUTA	JUGO DE LULO	Lulo, crudo	C045	100,0	60	28,8	0,54	0,1	5,3	6,0	0,4	0,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	10,0	10	39,7	0	0,0	9,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						900	30	29	123	140	7	505
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						36%	35%	35%	35%	13%	72%	34%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 15												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE AJIACO	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	35,0	35	33,6	0,77	0,0	7,4	3,9	0,4	6,3
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	35,0	35	28,0	0,77	0,0	5,9	4,2	0,3	2,1
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	23,5	20	9,4	0,14	0,0	1,9	5,4	0,1	7,0
		Crema de leche	G001	10,0	10	33,0	0,21	3,5	0,2	6,8	0,0	4,6
		Maiz tierno, crudo	A053	20,0	20	30,4	0,68	0,2	6,1	1,0	0,2	0,6
		Ajo, crudo	B009	2,1	2	2,9	0,094	0,0	0,6	0,8	0,0	0,4
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Cilantro, crudo	B035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7
		Guascas secas		3,0	3	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO GUISADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	f085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	29,4	25	11,8	0,175	0,0	2,4	6,8	0,1	8,8
		Cebolla cabezona, cruda	B027	26,3	25	10,0	0,35	0,0	1,9	6,0	0,1	1,0
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	5,0	5	45,0	0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE	BANANO	Banano común, crudo	C010	85,7	60	60,6	0,9	0,1	13,4	4,8	0,5	1,8
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ZANAHORI, PEPINO Y FRESA	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	41,2	35	16,5	0,245	0,0	3,3	9,5	0,1	12,3
		Pepino Cohombro, crudo	B077	33,3	25	3,5	0,125	0,0	0,6	4,5	0,1	0,5
		Fresa, madura, cruda	C025	21,1	20	9,0	0,16	0,1	1,7	4,2	0,1	0,4
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	0,7	0,8	0,1	0,6
		Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,9	0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,9	3,945	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						888	35	26	124	245	4	526
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						36%	40%	31%	36%	22%	40%	35%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 16												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE FRIJOL	Frijol cargamanto rojo, crudo	T011	35,0	35	135,1	7,98	0,5	21,1	41,7	1,9	3,5
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	44,1	30	49,8	0,36	0,1	11,8	2,4	0,1	7,8
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	20,0	20	9,6	0,14	0,1	1,7	2,8	0,1	0,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Ajo, crudo	B009	2,1	2	2,9	0,094	0,0	0,6	0,8	0,0	0,4
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	111,1	100	149,0	12,6	10,8	0,3	53,0	1,7	139,0
CEREAL	ARROZ AMARILLO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	8,4	8	3,2	0,112	0,0	0,6	1,9	0,0	0,3
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA FRITA	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	85,0	85	68,0	1,87	0,1	14,4	10,2	0,7	5,1
		Aceite de soya	D012	7,0	7	63,0	0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ARVEJA, MAIZ, ZANAHORIA, CILANTRO Y MAYONESA	Arveja verde, cruda	B019	62,5	25	24,8	1,475	0,1	3,9	9,0	0,4	1,3
		Maíz tierno, crudo	A053	25,0	25	38,0	0,85	0,3	7,6	1,3	0,2	0,8
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	29,4	25	11,8	0,175	0,0	2,4	6,8	0,1	8,8
		Mayonesa, con sal	D020	12,0	12	39,1	0,108	4,0	0,6	1,7	0,0	85,3
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
				0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,9	3,945	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						1013	35	32	139	310	6	520
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						41%	40%	38%	40%	28%	67%	35%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 17												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE ARROZ	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,0	45	158,9	3,015	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	30,0	30	24,0	0,66	0,0	5,1	3,6	0,2	1,8
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Ajo, crudo	B009	2,1	2	2,9	0,094	0,0	0,6	0,8	0,0	0,4
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO CON MAIZ Y CREMA DE LECHE	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0
		Maíz tierno, crudo	A053	30,0	30	45,6	1,02	0,4	9,2	1,5	0,2	0,9
		Crema de leche	G001	15,0	15	49,5	0,315	5,3	0,3	10,2	0,0	6,9
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	AREPA FRITA	Arepa de maíz precocido, sin sal	A005	75,0	75	117,0	2,55	0,4	25,9	14,3	0,4	0,0
		Aceite de soya	D012	10,0	10	90,0	0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE CON VINAGRETA	Tomate, crudo	B103	93,8	75	17,3	0,675	0,1	3,1	6,8	0,4	4,5
		Mayonesa, con sal	D020	20,0	20	65,2	0,18	6,7	1,1	2,8	0,0	142,2
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
FRUTA	JUGO DE MARACUYA	Maracuyá, cruda	C056	187,5	60	36,0	0,9	0,3	7,4	5,4	1,0	3,6
		Azúcar blanco, granulado	K003	10,0	10	39,7	0	0,0	9,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						840	31	33	104	90	4	474
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						34%	36%	39%	30%	8%	42%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 18												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	PRINCIPI DE GARBANZOS	Garbanzo, crudo	T019	40,0	40	157,2	7,96	2,2	23,5	48,0	2,6	12,0
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	30,0	30	24,0	0,66	0,0	5,1	3,6	0,2	1,8
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	23,5	20	9,4	0,14	0,0	1,9	5,4	0,1	7,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Cilantro, crudo	B035	13,3	12	5,3	0,276	0,1	0,7	9,8	0,2	5,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO SALTEADO	Cerdo, carne magra, cruda	F011	100,0	100	140,0	21,4	6,0	0,2	17,0	0,8	52,0
		Aceite de soya	D012	8,0	8	72,0	0	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Finas hierbas		5,0	5	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Sal	L015	0,4	0,4	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	155,1
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBERCULOS - RAICES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREALES	MADURO FRITO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	104,2	75	99,0	0,825	0,2	22,7	2,3	0,4	3,0
		Aceite de soya	D012	8,0	8	72,0	0	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ZANAHORIA, TOMATE Y UVAS PASAS	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35,3	30	14,1	0,21	0,0	2,9	8,1	0,1	10,5
		Tomate, crudo	B103	37,5	30	6,9	0,27	0,0	1,2	2,7	0,2	1,8
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	0,7	0,8	0,1	0,6
		Uva, deshidratada	C087	15,0	15	49,1	0,375	0,0	11,3	5,7	0,4	3,8
		Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,9	0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE LULO	Lulo, crudo	C045	100,0	60	28,8	0,54	0,1	5,3	6,0	0,4	0,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	10,0	10	39,7	0	0,0	9,9	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
}								140				
TOTAL MENÚ						998	37	29	281	121	6	449
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						40%	42%	35%	81%	11%	62%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 19												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	RES SALTEADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,0	21,8	5,7	0,0	6,0	2,7	51,0
		Aceite de soya	D012	9,0	9	81,0	0	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Finas hierbas		0,0	5	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	44,8	0,0	0,0	0,0
CEREAL	TORNILLOS A LA CARBONARA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	60,0	60	222,6	7,8	0,9	0,0	15,0	2,3	3,6
		Crema de leche	G001	35,0	35	115,5	0,735	12,3	0,0	23,8	0,0	16,1
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,9	0,1	0,0	116,3
		Cebolla cabezona, cruda	B027	12,6	12	4,8	0,168	0,0	13,5	2,9	0,0	0,5
		Ajo, crudo	B009	3,2	3	4,3	0,141	0,0	13,5	1,2	0,0	0,6
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA CON CILANTRO	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	80,0	80	64,0	1,76	0,1	0,9	9,6	0,6	4,8
		Cilantro, crudo	B035	16,7	15	6,6	0,345	0,1	0,0	12,3	0,3	6,9
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,7	0,0	0,0	0,0
		Pepino Cohombro, crudo	B077	40,0	30	4,2	0,15	0,0	0,7	5,4	0,1	0,6
VERDURA FRÍA O CALIENTE	PEPINO, TOMATE Y FRESA	Tomate, crudo	B103	37,5	30	6,9	0,27	0,0	5,0	2,7	0,2	1,8
		Fresa, madura, cruda	C025	15,8	15	6,8	0,12	0,1	8,0	3,2	0,1	0,3
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	5,0	0,8	0,1	0,6
		Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,9	0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,7	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	5,8	7,8	0,2	1,8
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,9	3,945	4,0	7,9	141,0	0,1	55,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						828	38	32	115	232	7	454
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						33%	43%	39%	33%	21%	70%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 20												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	hierro (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SANCOCHO	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	20,0	20	19,2	0,44	0,0	0,0	2,2	0,2	3,6
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	3,4	0,1	0,0	116,3
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	20,0	20	16,0	0,44	0,0	7,9	2,4	0,2	1,2
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	29,4	20	33,2	0,24	0,0	0,8	1,6	0,1	5,2
		Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	25,0	20	31,8	0,18	0,1	0,0	3,2	0,1	2,8
		Tomate, crudo	B103	12,5	10	2,3	0,09	0,0	0,0	0,9	0,1	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	0,5	4,1	0,1	5,3
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	48,1	5,7	0,1	3,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,0	2,4	0,0	0,4
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	10,0	10	4,8	0,07	0,1	0,0	1,4	0,0	0,1
	0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO EN SALSA BBQ	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,0	11,0	0,7	63,0
		Salsa BBQ		0,0	10	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	I015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,5	0,0	0,0	77,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	48,1	2,7	0,0	3,5
		Aceite de soya	D012	2,0	2	18,0	0	2,0	48,1	0,0	0,0	0,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	7,4	7	2,8	0,098	0,0	48,1	1,7	0,0	0,3
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	60,0	60	211,8	4,02	0,2	0,0	5,4	0,5	1,2
		Aceite de soya	D012	5,0	5	45,0	0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,0	2,4	0,0	0,4
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	1,7	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	PEPINO CON VINAGRETA	Pepino Cohombro, crudo	B077	100,0	75	10,5	0,375	0,1	0,9	13,5	0,2	1,5
		Mayonesa, con sal	D020	12,0	12	39,1	0,108	4,0	0,7	1,7	0,0	85,3
		Cilantro, crudo	B035	16,7	15	6,6	0,345	0,1	0,7	12,3	0,3	6,9
		Vinagre	L018	12,0	12	2,9	0	0,0	10,3	0,8	0,1	0,6
FRUTA	JUGO DE MANGO CON LECHE	Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	5,8	9,0	0,3	2,4
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,9	3,945	4,0	8,9	141,0	0,1	55,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	9,0	9	35,7	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						791	32	25	234	226	3	514
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						32%	37%	30%	67%	21%	32%	34%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 1												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO FRITO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0
		Aceite de soya	D012	7,0	7	63,0	0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ CON VERDURAS	Ajo, crudo	B009	0,5	0,5	0,7	0,0235	0,0	0,1	0,2	0,0	0,1
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	38,0	38	134,1	2,546	0,2	30,4	3,4	0,3	0,8
		Arveja verde, cruda	B019	37,5	15	14,9	0,885	0,0	2,3	5,4	0,2	0,8
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,7	0,7	0,0	0	0,0	0,0	0,2	0,0	271,5
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA CRIOLLA COCIDA CON MANTEQUILLA				68							
		Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	75,0		65,3	1,496	0,1	14,3	7,5	0,7	12,2
		Mantequilla	D015	7,0	7	52,0	0,056	5,8	0,0	1,5	0,0	15,6
VERDURA FRÍA O CALIENTE	PEPINO CON VINAGRETA	Pepino Cohombro, crudo	B077	100,0	75	10,5	0,375	0,1	1,7	13,5	0,2	1,5
		Mayonesa, con sal	D020	10,0	10	32,6	0,09	3,3	0,5	1,4	0,0	71,1
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
FRUTA	JUGO DE MARACUYA	Maracuyá, cruda	C056	187,5	60	36,0	0,9	0,3	7,4	5,4	1,0	3,6
				0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						655	27	30	67	58	3	448
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						40%	48%	55%	30%	7%	55%	37%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS				MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 2												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	CREMA DE ZANAHORIA	Ahuyama, cruda	B006	11,8	10	3,0	0,08	0,0	0,6	2,0	0,1	0,1
		Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	18,8	15	11,1	0,285	0,0	2,3	2,1	0,0	1,7
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35,3	30	14,1	0,21	0,0	2,9	8,1	0,1	10,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,1	2	0,8	0,028	0,0	0,2	0,5	0,0	0,1
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
ALIMENTO PROTEÍCO	RES CON VERDURAS	Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,0	21,8	5,7	0,0	6,0	2,7	51,0
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Laurel		1,0	1	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Aceite de soya	D012	2,0	2	18,0	0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MADURO FRITO	Aceite, mezcla vegetal	D013	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		plátano hartón, maduro, crudo	B089	69,4	50	66,0	0,55	0,1	15,2	1,5	0,3	2,0
ENSALADA	ZANAHORIA Y ARVEJA CON MAYONESA Y CILANTRO	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	41,2	35	16,5	0,245	0,0	3,3	9,5	0,1	12,3
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Arveja verde, cruda	B019	87,5	35	34,7	2,065	0,1	5,4	12,6	0,5	1,8
		Mayonesa, con sal	D020	2,0	2	6,5	0,018	0,7	0,1	0,3	0,0	14,2
		Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	10,3	9,0	0,3	2,4
FRUTA	JUGO DE MANGO	Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						631	32	18	80	186	5	382
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						39%	56%	34%	35%	23%	76%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 3												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE LENTEJAS	Lenteja común, cruda	T026	25,0	25	96,8	5,775	0,2	15,3	12,8	1,8	6,8
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	20,0	20	16,0	0,44	0,0	3,4	2,4	0,2	1,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,1	2	0,8	0,028	0,0	0,2	0,5	0,0	0,1
		Tomate, crudo	B103	6,3	5	1,2	0,045	0,0	0,2	0,5	0,0	0,3
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	1,0	2,7	0,0	3,5
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,6	50	74,5	6,3	5,4	0,2	26,5	0,9	69,5
CEREAL	ARROZ VERDE	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Cilantro, crudo	B035	16,7	15	6,6	0,345	0,1	0,9	12,3	0,3	6,9
		Aceite de soya	D012	2,0	2	18,0	0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,5	0,5	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		Aceite de soya	D012	8,0	8	72,0	0	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MONEDITAS DE PLATANO VERDE											
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	73,5	50	83,0	0,6	0,1	19,7	4,0	0,2	13,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	FRESA, PEPINO, ZANAHORIA	Fresa, madura, cruda	C025	26,3	25	11,3	0,2	0,1	2,1	5,3	0,1	0,5
		Pepino Cohombro, crudo	B077	33,3	25	3,5	0,125	0,0	0,6	4,5	0,1	0,5
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	29,4	25	11,8	0,175	0,0	2,4	6,8	0,1	8,8
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
FRUTA	JUGO DE GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
		Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						597	17	16	89	98	4	429
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						37%	30%	30%	39%	12%	70%	36%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 4												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE VERDURAS	Ahuyama, cocida, sin sal	B005	25,0	25	12,0	0,175	0,2	2,1	3,5	0,1	0,3
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	23,5	20	9,4	0,14	0,0	1,9	5,4	0,1	7,0
		Arveja verde, cruda	B019	37,5	15	14,9	0,885	0,0	2,3	5,4	0,2	0,8
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	30,0	30	24,0	0,66	0,0	5,1	3,6	0,2	1,8
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO EN SALSA BBQ	Cerdo, carne magra, cruda	F011	100,0	100	140,0	21,4	6,0	0,2	17,0	0,8	52,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,2	3	1,2	0,042	0,0	0,2	0,7	0,0	0,1
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Salsa BBQ		10,0	10	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	5,9	5	2,4	0,035	0,0	0,5	1,4	0,0	1,8
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
CEREAL	ARROZ BLANCO	Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA FRITA	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	68,8	55	40,7	1,045	0,1	8,4	7,7
Aceite de soya	D012			7,0	7	63,0	0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Tomate, crudo	B103			81,3	65	15,0	0,585	0,1	2,7	5,9	0,3	3,9
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE CON VINAGRETA	Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		FRUTA	JUGO DE MANGO CON LECHE	Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	10,3	9,0
Azúcar blanco, granulado	K003			6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						556	28	17	70	75	3	393
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						34%	49%	31%	31%	9%	45%	33%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS				MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 5												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE FRIJOL	Frijol cargamanto rojo, crudo	T011	30,0	30	115,8	6,84	0,5	18,1	35,7	1,6	3,0
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	36,8	25	41,5	0,3	0,1	9,8	2,0	0,1	6,5
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	15,0	15	7,2	0,105	0,1	1,3	2,1	0,0	0,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Tomate, crudo	B103	25,0	20	4,6	0,18	0,0	0,8	1,8	0,1	1,2
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO GUISADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
CEREAL	ARROZ AMARILLO	Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MADURO MELADO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	69,4	50	66,0	0,55	0,1	15,2	1,5
Panela	K033	10,0		10	36,4	0,06	0,0	9,0	4,2	0,5	3,9	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE, ZANAHORIA Y CILANTRO	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	41,2	35	16,5	0,245	0,0	3,3	9,5	0,1	12,3
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		Tomate, crudo	B103	43,8	35	8,1	0,315	0,0	1,4	3,2	0,2	2,1
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		FRUTA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8
Leche de vaca, entera, en polvo	G008			13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
Azúcar blanco, granulado	K003			6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						786	37	17	114	237	5	557
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						48%	64%	31%	50%	30%	76%	46%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 6												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	CREMA DE MAIZ	Maíz tierno, crudo	A053	30,0	30	45,6	1,02	0,4	9,2	1,5	0,2	0,9
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	25,0	25	20,0	0,55	0,0	4,2	3,0	0,2	1,5
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		Cilantro, crudo	B035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO APANADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	5,6	5	7,5	0,63	0,5	0,0	2,7	0,1	7,0
		Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	A040	10,0	10	36,0	1,25	0,2	7,2	1,5	0,4	0,2
		Aceite de soya	D012	5,0	5	45,0	0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Aceite, mezcla vegetal	D013	2,0	2	18,0	0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	65,0	65	52,0	1,43	0,1	11,0	7,8	0,5	3,9
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PURE DE PAPA CON CILANTRO	Cilantro, crudo	B035	5,0	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Crema de leche	G001	5,0	5	16,5	0,105	1,8	0,1	3,4	0,0	2,3
		Repollo blanco, crudo	B099	35,7	25	10,0	0,45	0,1	1,6	11,0	0,1	4,5
VERDURA FRÍA O CALIENTE	REPOLLO, ZANAHORIA Y MANGO	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	32,9	28	13,2	0,196	0,0	2,7	7,6	0,1	9,8
		Mango común, crudo	C051	50,0	25	19,8	0,15	0,0	4,3	3,8	0,1	1,0
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Azúcar blanco, granulado	K003	3,0	3	11,9	0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0
		Lulo, crudo	C045	100,0	60	28,8	0,54	0,1	5,3	6,0	0,4	0,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						726	34	23	92	211	4	431
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						45%	59%	42%	40%	26%	61%	36%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS				MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 7												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE BLANQUILLOS	Frijol blanco, crudo	T005	20,0	20	74,6	4,26	0,2	12,4	26,6	1,2	3,0
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	25,0	25	20,0	0,55	0,0	4,2	3,0	0,2	1,5
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	15,0	15	7,2	0,105	0,1	1,3	2,1	0,0	0,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	25,0	25	24,0	0,55	0,0	5,3	2,8	0,3	4,5
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
ALIMENTO PROTEÍCO	RES ASADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,0	21,8	5,7	0,0	6,0	2,7	51,0
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Laurel		2,0	2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MADURO COCIDO CON MANTEQUILLA	Mantequilla	D015	5,0	5	37,2	0,04	4,1	0,0	1,1	0,0	11,2
		plátano hartón, maduro, crudo	B089	69,4	50	66,0	0,55	0,1	15,2	1,5	0,3	2,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	MANGO, FRESA Y TOMATE	Mango común, crudo	C051	50,0	25	19,8	0,15	0,0	4,3	3,8	0,1	1,0
		Fresa, madura, cruda	C025	26,3	25	11,3	0,2	0,1	2,1	5,3	0,1	0,5
		Cilantro, crudo	B035	6,7	6	2,6	0,138	0,0	0,4	4,9	0,1	2,8
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Tomate, crudo	B103	37,5	30	6,9	0,27	0,0	1,2	2,7	0,2	1,8
		Azúcar blanco, granulado	K003	3,0	3	11,9	0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
		Leche de vaca, entera, en polvo	g008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						745	35	20	99	204	6	371
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						46%	62%	37%	44%	26%	96%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 8												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO EN SALSA DE PIÑA	Cerdo, carne magra, cruda	F011	100,0	100	140,0	21,4	6,0	0,2	17,0	0,8	52,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Piña, cruda	C072	36,4	20	11,2	0,12	0,0	2,5	3,2	0,1	0,6
		Azúcar blanco, granulado	K003	3,0	3	11,9	0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,5	0,5	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		0		0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
CEREAL	ARROZ VERDE	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
		Aceite de soya	D012	2,0	2	18,0	0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		SAL		0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	ENSALADA RUSA	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	50,0	50	40,0	1,1	0,1	8,5	6,0	0,4	3,0
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	35,3	30	14,1	0,21	0,0	2,9	8,1	0,1	10,5
Arveja verde, cruda		B019	75,0	30	29,7	1,77	0,1	4,7	10,8	0,5	1,5	
VERDURA FRÍA O CALIENTE		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
		Mayonesa, con sal	D020	5,0	5	16,3	0,045	1,7	0,3	0,7	0,0	35,6
FRUTA	AVENA	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	40,0	40	164,4	6,76	3,0	25,6	21,6	1,8	1,2
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						699	38	20	89	212	4	357
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						43%	66%	36%	39%	27%	72%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 9													
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR							
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
SOPA	PRINCIPIO DE FRIJOL	Frijol cargamanto rojo, crudo	T011	25,0	25,0	96,5	5,7	0,4	15,1	29,8	1,3	2,5	
		plátano hartón, maduro, crudo	B089	13,9	10,0	13,2	0,11	0,0	3,0	0,3	0,1	0,4	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10,0	4,7	0,07	0,0	1,0	2,7	0,0	3,5	
		Tomate, crudo	B103	10,0	8,0	1,8	0,072	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5	
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	5,0	5,0	2,4	0,035	0,0	0,4	0,7	0,0	0,1	
		Cebolla cabezona, cruda	B027	8,4	8,0	3,2	0,112	0,0	0,6	1,9	0,0	0,3	
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3	
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,6	50,0	74,5	6,3	5,4	0,2	26,5	0,9	69,5	
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9	
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
TUBERCULOS - RAICES - PLÁTANOS - DERIVADOS	AREPA FRITA	Aceite, mezcla vegetal	D013	10,0	10	90,0	0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Arepa de maíz precocido, sin sal	A005	60,0	60	93,6	2,04	0,3	20,7	11,4	0,3	0,0	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	PEPINO CON VINAGRETA	Pepino Cohombro, crudo	B077	80,0	60	8,4	0,3	0,1	1,4	10,8	0,2	1,2	
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5	
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3	
		Mayonesa, con sal	D020	7,0	7	22,8	0,063	2,3	0,4	1,0	0,0	49,8	
FRUTA	JUGO DE MANGO	Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	10,3	9,0	0,3	2,4	
		Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0	
TOTAL MENÚ						638	18	22	88	103	4	444	
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200	
% ADECUACIÓN						39%	31%	40%	39%	13%	58%	37%	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS													
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 10												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SANCOCHO	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	20,0	20	19,2	0,44	0,0	4,2	2,2	0,2	3,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	20,0	20	16,0	0,44	0,0	3,4	2,4	0,2	1,2
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	29,4	20	33,2	0,24	0,0	7,9	1,6	0,1	5,2
		Tomate, crudo	B103	10,0	8	1,8	0,072	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	18,8	15	23,9	0,135	0,0	5,6	2,4	0,0	2,1
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	1,0	2,7	0,0	3,5
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	8,0	8	3,8	0,056	0,1	0,7	1,1	0,0	0,1
		Cebolla cabezona, cruda	B027	8,4	8	3,2	0,112	0,0	0,6	1,9	0,0	0,3
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO EN SALSA DE NARANJA	Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Naranja, cruda	C062	33,3	20	8,2	0,14	0,1	1,8	6,6	0,3	0,4
		Cilantro, crudo	B035	16,7	15	6,6	0,345	0,1	0,9	12,3	0,3	6,9
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Crema de leche	G001	8,0	8	26,4	0,168	2,8	0,1	5,4	0,0	3,7
CEREAL	ARROZ CON VERDURAS	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	1,0	2,7	0,0	3,5
		Arveja verde, cruda	B019	25,0	10	9,9	0,59	0,0	1,6	3,6	0,2	0,5
		Cebolla cabezona, cruda	B027	5,3	5	2,0	0,07	0,0	0,4	1,2	0,0	0,2
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	INCLUIDA EN LA SOPA	0		0,0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
0				0,0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	POLLO MORADO, PIÑA, UVAS PASA	Repollo morado, crudo	B101	47,1	40	15,6	0,56	0,1	2,6	18,0	0,2	10,8
		Piña, cruda	C072	36,4	20	11,2	0,12	0,0	2,5	3,2	0,1	0,6
		Uva, deshidratada	C087	10,0	10	32,7	0,25	0,0	7,5	3,8	0,2	2,5
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Azúcar blanco, granulado	K003	3,0	3	11,9	0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE MARACUYA	Maracuyá, cruda	C056	187,5	60	36,0	0,9	0,3	7,4	5,4	1,0	3,6
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
TOTAL MENÚ						628	28	16	90	99	4	543
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						39%	49%	30%	39%	12%	66%	45%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS				MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 11												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPA	SOPA DE ARVEJA	Arveja seca, cruda	T003	30,0	30	112,2	7,17	0,3	18,1	18,0	1,4	4,5
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	25,0	25	20,0	0,55	0,0	4,2	3,0	0,2	1,5
		Tomate, crudo	B103	18,8	15	3,5	0,135	0,0	0,6	1,4	0,1	0,9
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO AGRIDULCE	Cerdo, carne magra, cruda	F011	100,0	100	140,0	21,4	6,0	0,2	17,0	0,8	52,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	23,5	20	9,4	0,14	0,0	1,9	5,4	0,1	7,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,9	0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Aceite de soya	D012	5,0	5	45,0	0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Salsa de tomate	B103	12,5	10	2,3	0,09	0,0	0,4	0,9	0,1	0,6
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
CEREAL	ARROZ PAJARITO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	30,0	30	105,9	2,01	0,1	24,0	2,7	0,2	0,6
		plátano hartón, maduro, crudo	B089	34,7	25	33,0	0,275	0,1	7,6	0,8	0,1	1,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	5,3	5	2,0	0,07	0,0	0,4	1,2	0,0	0,2
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	5,0	5	45,0	0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	INCLUIDO EN ARROZ	0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	REPOLLO MORADO, TOMATE Y PIÑA	Repollo morado, crudo	B101	29,4	25	9,8	0,35	0,1	1,6	11,3	0,2	6,8
		Tomate, crudo	B103	25,0	20	4,6	0,18	0,0	0,8	1,8	0,1	1,2
		Piña, cruda	C072	36,4	20	11,2	0,12	0,0	2,5	3,2	0,1	0,6
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,9	0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE MANGO	Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	10,3	9,0	0,3	2,4
		Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
TOTAL MENÚ						680	33	17	94	92	4	438
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						42%	59%	31%	41%	11%	64%	37%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS				MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 12												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	CREMA DE ZANAHORIA	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	58,8	50	23,5	0,35	0,1	4,8	13,5	0,2	17,5
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	25,0	25	20,0	0,55	0,0	4,2	3,0	0,2	1,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Cebolla cabezona, cruda	B027	5,3	5	2,0	0,07	0,0	0,4	1,2	0,0	0,2
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO EN SALSA DE PIÑA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0
		Piña, cruda	C072	36,4	20	11,2	0,12	0,0	2,5	3,2	0,1	0,6
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Azúcar blanco, granulado	K003	3,0	3	11,9	0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	1,0	2,7	0,0	3,5
		Cebolla cabezona, cruda	B027	7,4	7	2,8	0,098	0,0	0,5	1,7	0,0	0,3
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
CEREAL	ARROZ BLANCO	Aroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MONEDAS DE PLATANO VERDE	Plátano hartón, verde, crudo	B092	80,9	55	91,3	0,66	0,1	21,6	4,4	0,2	14,3
		Aceite de soya	D012	7,0	7	63,0	0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE MARACUYA	Maracuyá, cruda	C056	187,5	60	36,0	0,9	0,3	7,4	5,4	1,0	3,6
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						686	30	23	87	182	3	469
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						42%	52%	43%	38%	23%	50%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 13												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHU (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	RES SALTEADA CON VERDURAS	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,0	21,8	5,7	0,0	6,0	2,7	51,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
CEREAL	ARROZ BLANCO	Aroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Cebolla cabezona, cruda	B027	5,3	5	2,0	0,07	0,0	0,4	1,2	0,0	0,2
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	2,0	2	18,0	0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0		0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBERCULOS - RAICES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA CRIOLLA COCIDA	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	85,0	85	81,6	1,87	0,1	17,9	9,4	0,9	15,3
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ZANAHORIA Y ARVEJA	Arveja verde, cruda	B019	75,0	30	29,7	1,77	0,1	4,7	10,8	0,5	1,5
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	41,2	35	16,5	0,245	0,0	3,3	9,5	0,1	12,3
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
FRUTA	AVENA FRIA	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	30,0	30	123,3	5,07	2,3	19,2	16,2	1,4	0,9
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						674	37	18	87	190	6	371
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						41%	65%	33%	38%	24%	98%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

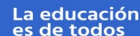
MENÚ No. 14												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHU (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	PRINCIPIO DE LENTEJAS	Lenteja común, cruda	T026	25,0	25	96,8	5,775	0,2	15,3	12,8	1,8	6,8
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,4	0,047	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	10,0	10	8,0	0,22	0,0	1,7	1,2	0,1	0,6
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,6	50	74,5	6,3	5,4	0,2	26,5	0,9	69,5
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Cebolla cabezona, cruda	B027	6,3	6	2,4	0,084	0,0	0,5	1,4	0,0	0,2
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		Aceite de soya	D012	2,0	2	18,0	0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	AREPA FRITA	Arepa de maíz precocido, sin sal	A005	65,0	65	101,4	2,21	0,3	22,4	12,4	0,3	0,0
		Aceite de soya	D012	10,0	10	90,0	0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE CON VINAGRETA	Tomate, crudo	B103	75,0	60	13,8	0,54	0,1	2,5	5,4	0,3	3,6
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Mayonesa, con sal	D020	5,0	5	16,3	0,045	1,7	0,3	0,7	0,0	35,6
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
FRUTA	JUGO DE LULO	Lulo, crudo	C045	100,0	60	28,8	0,54	0,1	5,3	6,0	0,4	0,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						628	19	20	88	90	4	363
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						39%	33%	37%	39%	11%	72%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 15												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE AJIACO	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	35,0	35	33,6	0,77	0,0	7,4	3,9	0,4	6,3
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	35,0	35	28,0	0,77	0,0	5,9	4,2	0,3	2,1
		Zanahoría, sin cáscara, cruda	B110	23,5	20	9,4	0,14	0,0	1,9	5,4	0,1	7,0
		Crema de leche	G001	10,0	10	33,0	0,21	3,5	0,2	6,8	0,0	4,6
		Maíz tiemo, crudo	A053	20,0	20	30,4	0,68	0,2	6,1	1,0	0,2	0,6
		Ajo, crudo	B009	2,1	2	2,9	0,094	0,0	0,6	0,8	0,0	0,4
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Cilantro, crudo	B035	8,9	8	3,5	0,184	0,0	0,5	6,6	0,1	3,7
		Guascas secas		3,0	3	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO GUISADO			0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Pollo, pechuga con piel, cruda	f085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0
		Zanahoría, sin cáscara, cruda	B110	29,4	25	11,8	0,175	0,0	2,4	6,8	0,1	8,8
		Cebolla cabezona, cruda	B027	26,3	25	10,0	0,35	0,0	1,9	6,0	0,1	1,0
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Cebolla cabezona, cruda	B027	5,3	5	2,0	0,07	0,0	0,4	1,2	0,0	0,2
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		VERDURA FRÍA O CALIENTE	BANANO	Banano común, crudo	C010	85,7	60	60,6	0,9	0,1	13,4	4,8
Zanahoría, sin cáscara, cruda	B110			29,4	25	11,8	0,175	0,0	2,4	6,8	0,1	8,8
Pepino Cohombro, crudo	B077		26,7	20	2,8	0,1	0,0	0,5	3,6	0,1	0,4	
Fresa, madura, cruda	C025		21,1	20	9,0	0,16	0,1	1,7	4,2	0,1	0,4	
Vinagre	L018		10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5	
Azúcar blanco, granulado	K003		4,0	4	15,9	0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda		C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
	Leche de vaca, entera, en polvo		G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
	Azúcar blanco, granulado		K003	7,0	7	27,8	0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						729	32	20	100	219	4	514
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						45%	57%	37%	44%	27%	57%	43%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS				MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 16												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SOPA DE FRIJOL	Frijol cargamanto rojo, crudo	T011	35,0	35	135,1	7,98	0,5	21,1	41,7	1,9	3,5
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	44,1	30	49,8	0,36	0,1	11,8	2,4	0,1	7,8
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	20,0	20	9,6	0,14	0,1	1,7	2,8	0,1	0,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	15,8	15	6,0	0,21	0,0	1,2	3,6	0,0	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3
		Ajo, crudo	B009	2,1	2	2,9	0,094	0,0	0,6	0,8	0,0	0,4
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,6	50	74,5	6,3	5,4	0,2	26,5
CEREAL	ARROZ AMARILLO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Cebolla cabezona, cruda	B027	5,3	5	2,0	0,07	0,0	0,4	1,2	0,0	0,2
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		Aceite de soya	D012	4,0	4	36,0	0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA FRITA	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	75,0	75	60,0	1,65	0,1	12,7	9,0	0,6	4,5
		Aceite de soya	D012	7,0	7	63,0	0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ARVEJA, MAIZ, ZANAHORIA, CILANTRO Y MAYONESA	Arveja verde, cruda	B019	50,0	20	19,8	1,18	0,1	3,1	7,2	0,3	1,0
		Maíz tierno, crudo	A053	20,0	20	30,4	0,68	0,2	6,1	1,0	0,2	0,6
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	23,5	20	9,4	0,14	0,0	1,9	5,4	0,1	7,0
		Mayonesa, con sal	D020	10,0	10	32,6	0,09	3,3	0,5	1,4	0,0	71,1
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	7,0	7	27,8	0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						804	26	25	112	253	5	462
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						49%	45%	46%	49%	32%	81%	38%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 17													
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR							
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
SOPAS	SOPA DE ARROZ	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	30,0	30	105,9	2,01	0,1	24,0	2,7	0,2	0,6	
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	20,0	20	16,0	0,44	0,0	3,4	2,4	0,2	1,2	
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	1,4	4,1	0,1	5,3	
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4	
		Ajo, crudo	B009	2,1	2	2,9	0,094	0,0	0,6	0,8	0,0	0,4	
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2	
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO CON MAIZ Y CREMA DE LECHE	Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3	
		Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,1	11,0	0,7	63,0	
		Maíz tierno, crudo	A053	20,0	20	30,4	0,68	0,2	6,1	1,0	0,2	0,6	
		Crema de leche	G001	15,0	15	49,5	0,315	5,3	0,3	10,2	0,0	6,9	
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2	
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4	
CEREAL		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3	
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	AREPA FRITA	Arepa de maíz precocido, sin sal	A005	75,0	75	117,0	2,55	0,4	25,9	14,3	0,4	0,0	
		Aceite de soya	D012	8,0	8	72,0	0	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TOMATE CON VINAGRETA	Tomate, crudo	B103	75,0	60	13,8	0,54	0,1	2,5	5,4	0,3	3,6	
		Mayonesa, con sal	D020	15,0	15	48,9	0,135	5,0	0,8	2,1	0,0	106,7	
		Cilantro, crudo	B035	5,6	5	2,2	0,115	0,0	0,3	4,1	0,1	2,3	
		Vinagre	L018	8,0	8	1,9	0	0,0	0,5	0,6	0,0	0,4	
FRUTA	JUGO DE MARACUYA	Maracuyá, cruda	C056	187,5	60	36,0	0,9	0,3	7,4	5,4	1,0	3,6	
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0	
TOTAL MENÚ						715	29	29	84	80	4	434	
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200	
% ADECUACIÓN						44%	51%	53%	37%	10%	57%	36%	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS													
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983				

MENÚ No. 18												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	PRINCIPI DE GARBANZOS	Garbanzo, crudo	T019	25,0	25	98,3	4,975	1,4	14,7	30,0	1,6	7,5
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	20,0	20	16,0	0,44	0,0	3,4	2,4	0,2	1,2
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	1,0	2,7	0,0	3,5
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,8	2,4	0,0	0,4
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	0,4	5,7	0,1	3,2
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO SALTEADO	Cerdo, carne magra, cruda	F011	100,0	100	140,0	21,4	6,0	0,2	17,0	0,8	52,0
		Aceite de soya	D012	8,0	8	72,0	0	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Finas hierbas		5,0	5	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		Cebolla cabezona, cruda	B027	5,3	5	2,0	0,07	0,0	0,4	1,2	0,0	0,2
		Sal	L015	0,4	0,4	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	155,1
		Aceite de soya	D012	3,0	3	27,0	0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TUBERCULOS - RAICES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	MADURO FRITO	plátano hartón, maduro, crudo	B089	83,3	60	79,2	0,66	0,1	18,2	1,8	0,3	2,4
		Aceite de soya	D012	8,0	8	72,0	0	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ZANAHORIA, TOMATE Y UVAS PASAS	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	29,4	25	11,8	0,175	0,0	2,4	6,8	0,1	8,8
		Tomate, crudo	B103	31,3	25	5,8	0,225	0,0	1,0	2,3	0,1	1,5
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	0,6	0,7	0,1	0,5
		Uva, deshidratada	C087	15,0	15	49,1	0,375	0,0	11,3	5,7	0,4	3,8
		Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,9	0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	JUGO DE LULO	Lulo, crudo	C045	100,0	60	28,8	0,54	0,1	5,3	6,0	0,4	0,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	8,0	8	31,8	0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
}									101			
TOTAL MENÚ						791	32	27	201	88	4	357
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						49%	55%	49%	88%	11%	70%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA		DANIELA ROSERO CEBALLOS				MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			



Mineducación

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
ANÁLISIS QUÍMICO MINUTA PATRÓN
ALMUERZO JM/JT NIVEL PRIMARIA



MENÚ No. 19												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
ALIMENTO PROTEÍCO	RES SALTEADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,0	21,8	5,7	0,0	6,0	2,7	51,0
		Aceite de soja	D012	9,0	9	81,0	0	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Finas hierbas		0,0	5	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	0,0	0,1	0,0	116,3
		0		0,0	0	0,0	0	22,4	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL	TORNILLOS A LA CARBONARA	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	30,0	30	111,3	3,9	0,5	0,0	7,5	1,2	1,8
		Crema de leche	G001	20,0	20	66,0	0,42	7,0	0,0	13,6	0,0	9,2
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,9	0,0	0,0	77,6
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	12,7	2,4	0,0	0,4
		Ajo, crudo	B009	3,2	3	4,3	0,141	0,0	12,7	1,2	0,0	0,6
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA CON CILANTRO	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	75,0	75	60,0	1,65	0,1	0,6	9,0	0,6	4,5
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,0	8,2	0,2	4,6
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0
		Pepino Cohombro, crudo	B077	33,3	25	3,5	0,125	0,0	0,6	4,5	0,1	0,5
VERDURA FRÍA O CALIENTE	PEPINO, TOMATE Y FRESA	Tomate, crudo	B103	31,3	25	5,8	0,225	0,0	4,0	2,3	0,1	1,5
		Fresa, madura, cruda	C025	15,8	15	6,8	0,12	0,1	8,0	3,2	0,1	0,3
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	4,0	0,7	0,1	0,5
		Azúcar blanco, granulado	K003	4,0	4	15,9	0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,0
		Guayaba, madura, cruda	C031	80,0	60	42,6	0,54	0,2	5,0	7,8	0,2	1,8
FRUTA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	6,0	122,2	0,1	48,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						636	33	26	85	189	5	396
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						39%	57%	48%	37%	24%	86%	33%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

MENÚ No. 20												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
SOPAS	SANCOCHO	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	20,0	20	19,2	0,44	0,0	0,0	2,2	0,2	3,6
		Sal	L015	0,3	0,3	0,0	0	0,0	3,4	0,1	0,0	116,3
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	20,0	20	16,0	0,44	0,0	7,9	2,4	0,2	1,2
		Plátano hartón, verde, crudo	B092	29,4	20	33,2	0,24	0,0	0,8	1,6	0,1	5,2
		Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	25,0	20	31,8	0,18	0,1	0,0	3,2	0,1	2,8
		Tomate, crudo	B103	12,5	10	2,3	0,09	0,0	0,0	0,9	0,1	0,6
		Zanahoría, sin cáscara, cruda	B110	17,6	15	7,1	0,105	0,0	0,5	4,1	0,1	5,3
		Cilantro, crudo	B035	7,8	7	3,1	0,161	0,0	28,0	5,7	0,1	3,2
		Cebolla cabezona, cruda	B027	10,5	10	4,0	0,14	0,0	0,0	2,4	0,0	0,4
		Ahuyama, cocida, sin sal	B005	10,0	10	4,8	0,07	0,1	0,0	1,4	0,0	0,1
		0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO EN SALSA BBQ	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,0	20,7	9,2	0,0	11,0	0,7	63,0
		Salsa BBQ		10,0	10	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Sal	I015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,5	0,0	0,0	77,6
		Zanahoría, sin cáscara, cruda	B110	11,8	10	4,7	0,07	0,0	28,0	2,7	0,0	3,5
		Cebolla cabezona, cruda	B027	7,4	7	2,8	0,098	0,0	28,0	1,7	0,0	0,3
CEREAL	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	35,0	35	123,6	2,345	0,1	0,0	3,2	0,3	0,7
		Aceite de soya	D012	2,0	2	18,0	0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Cebolla cabezona, cruda	B027	5,3	5	2,0	0,07	0,0	0,0	1,2	0,0	0,2
		Sal	L015	0,2	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	77,6
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL		0		0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		0		0,0	0	0,0	0	0,0	1,4	0,0	0,0	0,0
VERDURA FRÍA O CALIENTE	PEPINO CON VINAGRETA	Pepino Cohombro, crudo	B077	80,0	60	8,4	0,3	0,1	0,6	10,8	0,2	1,2
		Mayonesa, con sal	D020	7,0	7	22,8	0,063	2,3	0,6	1,0	0,0	49,8
		Cilantro, crudo	B035	11,1	10	4,4	0,23	0,1	0,6	8,2	0,2	4,6
		Vinagre	L018	10,0	10	2,4	0	0,0	10,3	0,7	0,1	0,5
FRUTA	JUGO DE MANGO CON LECHE	Mango común, crudo	C051	120,0	60	47,4	0,36	0,0	5,0	9,0	0,3	2,4
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13,0	13	64,9	3,419	3,5	6,0	122,2	0,1	48,0
		Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,8	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						613	30	18	122	196	3	468
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						38%	52%	32%	53%	24%	43%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
FIRMA	DANIELA ROSERO CEBALLOS					MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
ANÁLISIS QUÍMICO MINUTA PATRÓN
RACION INDUSTRIALIZADA NIVEL PRESCOLAR



MENÚ No. 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA LIQUIDA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA DE FRESA 40 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	40,0	40	165,0	3,4	4,0	29,0	29,3	0,8	37,0
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	MANI 20 GR	Maní, con piel, tostado, sin sal	T029	20,4	20	130,0	5,1	3,5	3,8	10,6	0,3	1,2
TOTAL MENÚ						413	15,1	13,9	41,3	239	1,1	185,2
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						32%	46%	39%	20%	34%	20%	16%

%ADECUACION TOTAL

30%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

DANIELA ROSERO CEBALLOS

FIRMA

Daniela Rosero Ceballos

MATRÍCULA PROFESIONAL

1085346983

MENÚ No. 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AVENA ENTERA LIQUIDA 200 CM 3	Bebida de avena en hojuelas	H003	200,0	200	122,0	4,2	3,7	18,0	83,0	0,0	65,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN MOJICON 40 GR	Pan de sal regular, horenado	A066	40,0	40	125,0	3,8	1,8	24,0	57,3	2,1	162,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100- 120 GR	Mango común, crudo	C051	100,0	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4,0
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						326	8,6	5,5	59,1	155	2,6	231,0
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						25%	26%	15%	28%	22%	46%	20%

%ADECUACION TOTAL

26%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

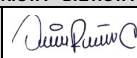
DANIELA ROSERO CEBALLOS

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				
MENÚ No. 3												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA LIQUIDA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	TORTA DE ZANAHORIA 40 GR	ponqué blanco, regular, sin cubierta, homeado	A077	40,0	40	157,0	2,6	6,4	22,6	45,3	1,3	76,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100- 120 GR	Mandarina, cruda	C050	100,0	100	54,0	1	0,1	11,4	35,0	0,3	2,0
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						329	10,2	12,9	42,5	279	1,6	225,0
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						25%	31%	36%	20%	40%	28%	20%
%ADECUACION TOTAL						29%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				
MENÚ No. 4												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ACHOCOLATAD A 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN LARGO 40 GR	Pan de sal regular, horenado	A066	40,0	40	125,0	3,8	1,8	24,0	57,3	2,1	162,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100- 120 GR	Uva Isabella, cruda	C086	100,0	100	51,0	0,4	0,0	11,7	8,0	0,4	9,0
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						324	10,8	8,6	50,7	230	2,5	289,0
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						25%	33%	24%	24%	33%	45%	26%
%ADECUACION TOTAL						30%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				
MENÚ No. 9												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN RELLENO DE AREQUIPE 40 GR	Pan de dulce, regular, homeado	A063	40,0	40	140,0	3	3,5	28,6	48,9	1,8	130,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100- 120 GR	Mango común, crudo	C051	100,0	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4,0
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						367	10,2	10,3	60,7	229	2,3	252,0
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						28%	31%	29%	29%	33%	41%	22%
%ADECUACION TOTAL						30%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				
MENÚ No. 10												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLENTA PUNTO 40 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	40,0	40	144,3	3	3,5	25,0	25,0	0,7	43,5
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	BARRA DE CEREAL 20 GR	Barra de cereal		20,0	20	79,2	2	2,5	8,4	1,0	0,3	4,8
TOTAL MENÚ						342	11,6	12,4	41,9	225	0,3	195,3
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						26%	36%	34%	20%	32%	5%	17%
%ADECUACION TOTAL						24%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				
MENÚ No. 11												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ACHOCOLATAD A 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN AGRIDULCE 40 GR	Pan de dulce, regular, homeado	A063	40,0	40	135,2	3,8	4,6	19,8	72,4	1,7	154,0
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	PANELITA DE LECHE 20 GR	Panelita de leche de vaca, con azúcar	K034	20,0	20	72,2	0,6	0,3	16,6	26,8	0,2	0,0
TOTAL MENÚ						355	11,0	11,7	51,4	264	1,9	272,0
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						27%	34%	32%	24%	38%	33%	24%
%ADECUACION TOTAL						30%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				
MENÚ No. 12												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AVENA ENTERA LIQUIDA 200 CM 3	Bebida de avena en hojuelas	H003	200,0	200	122,0	4,2	3,7	18,0	83,0	0,0	65,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA DE AVENA 40 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	40,0	40	144,6	3	3,5	25,0	25,6	0,7	32,6
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100- 120 GR	Mandarina, cruda	C050	100,0	100	54,0	1	0,1	11,4	35,0	0,3	2,0
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						321	8,2	7,3	54,4	144	1,0	99,6
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						25%	25%	20%	26%	21%	18%	9%
%ADECUACION TOTAL						20%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				
MENÚ No. 15												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AVENA ENTERA LIQUIDA 200 CM 3	Bebida de avena en hojuelas	H003	200,0	200	122,0	4,2	3,7	18,0	83,0	0,0	65,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA DE NARANJA 40 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	40,0	40	144,6	3	3,5	25,0	25,6	0,7	32,6
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	MANI 20 GR	Maní, con piel, tostado, sin sal	T029	20,4	20	130,0	5,1	3,5	3,8	10,6	0,3	1,2
TOTAL MENÚ						397	12,3	10,7	46,8	119	1,0	98,8
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						31%	38%	30%	22%	17%	18%	9%
%ADECUACION TOTAL						23%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				
MENÚ No. 16												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN BOCADILLO 40 GR	Pan de dulce, regular, homeado	A063	40,0	40	140,0	3	3,5	28,6	48,9	1,8	130,0
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	BARRA DE CEREAL 20 GR	Barra de cereal		20,0	20	79,2	2	2,5	8,4	1,0	0,3	4,8
TOTAL MENÚ						337	11,6	12,4	45,5	249	2,1	281,8
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						26%	36%	34%	22%	36%	38%	25%
%ADECUACION TOTAL						31%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 17												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AVENA ENTERA LIQUIDA 200 CM 3	Bebida de avena en hojuelas	H003	200,0	200	122,0	4,2	3,7	18,0	83,0	0,0	65,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA MANTECADA 40 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	40,0	40	144,6	3	3,5	25,5	24,5	0,9	32,5
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100- 120 GR	Manzana común cruda	C054	100,0	100	72,0	0,3	0,2	16,5	16,0	0,3	2,0
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						339	7,5	7,4	60,0	124	1,2	99,5
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						26%	23%	20%	28%	18%	22%	9%
%ADECUACION TOTAL						21%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 18												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ACHOCOLATAD A 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN COCO 40 GR	Pan dulce, regular, homeado	A063	40,0	40	135,3	3,85	4,7	19,7	72,1	1,9	183,7
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100- 120 GR	Mango común, crudo	C051	100,0	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4,0
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						362	11,1	11,5	51,8	252	2,4	305,7
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						28%	34%	32%	25%	36%	42%	27%
%ADECUACION TOTAL						32%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 19												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)

LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA 200 CM 3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA MANTECADA 40 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	40,0	40	144,6	3	3,5	25,5	24,5	0,9	32,5
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Mandarina, cruda	C050	100,0	100	54,0	1	0,1	11,4	35,0	0,3	2,0
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						347	10,6	10,4	51,9	225	1,2	152,5
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						27%	33%	29%	25%	32%	22%	13%
%ADECUACION TOTAL						26%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL	1085346983						
MENÚ No. 20													
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos Colombianos - ICBF - 2018	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel PRESCOLAR							
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	
LÁCTEOS	LECHE ENTERA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0	
DERIVADO DE CEREAL	TORTA DE NARANJA 40 GR	ponqué blanco, regular, sin cubierta, homeado	A077	40,0	40	137,0	2,2	5,6	19,7	39,0	1,0	66,5	
FRUTA													
AZÚCAR Y DULCES	AREQUIPE 20 GR	Arequipe o dulce de leche	K001	20,0	20	64,0	1,2	1,5	11,3	50,6	0,0	27,0	
TOTAL MENÚ						319	10,0	13,5	39,5	289	1,0	240,5	
RECOMENDACIÓN						1300	32,5	36,1	211,3	700	5,6	1133	
% ADECUACIÓN						25%	31%	37%	19%	41%	18%	21%	
%ADECUACION TOTAL						27%							
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS										
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL	1085346983						

Alimentos para Aprender

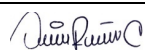
MENÚ No. 1												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Codigo del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA LIQUIDA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA DE FRESA 70 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	70,0	70	289,3	6	7,0	61,1	49,0	1,9	65,1
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	MANI 20 GR	Maní, con piel, tostado, sin sal	T029	20,4	20	130,0	5,1	3,5	3,8	10,6	0,3	1,2
TOTAL MENÚ						537	17,7	16,9	73,4	259	2,2	213,3
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						33%	43%	37%	28%	32%	35%	18%
%ADECUACION TOTAL						32%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						27%	35%	31%	23%	24%	25%	14%
%ADECUACION TOTAL						25%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						22%	28%	24%	18%	24%	23%	14%
%ADECUACION TOTAL						22%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 2												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AVENA ENTERA LIQUIDA 200 CM 3	Bebida de avena en hojuelas	H003	200,0	200	122,0	4,2	3,7	18,0	83,0	0,0	65,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN MOJICON 70 GR	Pan de sal regular, horenado	A066	70,0	70	220,0	7	5,3	42,0	100,3	3,7	285,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Mango común, crudo	C051	120,0	120	94,8	0,72	0,0	20,5	18,0	0,6	4,8
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						437	11,9	9,0	80,5	201	4,3	354,8
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						27%	29%	20%	30%	25%	69%	30%
%ADECUACION TOTAL						33%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						22%	24%	16%	25%	18%	49%	24%
%ADECUACION TOTAL						25%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						18%	19%	13%	20%	18%	45%	24%
%ADECUACION TOTAL						22%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 3												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Codigo del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA LIQUIDA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	128,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	TORTA DE ZANAHORIA 70 GR	ponqué blanco, regular, sin cubierta, horneado	A077	70,0	70	285,3	4,55	11,2	54,6	72,3	2,3	177,3
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Mandarina, cruda	C050	120,0	120	82,3	1,2	0,1	23,7	42,0	0,4	2,4
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						496	12,4	17,7	86,8	313	2,7	326,7
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						30%	30%	39%	33%	39%	43%	27%
%ADECUACION TOTAL						35%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						25%	25%	32%	27%	28%	31%	22%
%ADECUACION TOTAL						27%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	20%	26%	21%	28%	28%	22%
%ADECUACION TOTAL						24%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 4												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ACHOCOLATADA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN LARGO 70 GR	Pan de sal regular, horenado	A066	70,0	70	220,0	7	5,3	42,0	100,3	3,7	285,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Uva Isabella, cruda	C086	120,0	120	72,2	1	0,0	24,0	9,6	0,5	10,8
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						440	14,6	12,1	81,0	275	4,2	413,8
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						27%	36%	27%	31%	34%	67%	34%
%ADECUACION TOTAL						37%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						22%	29%	22%	25%	25%	48%	28%
%ADECUACION TOTAL						28%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						18%	23%	17%	20%	25%	44%	28%
%ADECUACION TOTAL						25%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

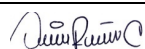
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 5												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA 200 CM 3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN AGRIDULCE 70 GR	Pan de dulce, regular, homeado	A063	70,0	70	275,5	7,7	9,1	49,6	79,1	3,5	315,0
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	AREQUIPE 20 GR	Arequipe o dulce de leche	K001	20,0	20	64,0	1,2	1,5	11,3	50,6	0,0	27,0
TOTAL MENÚ						488	15,5	17,4	75,9	295	3,5	460,0
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						30%	38%	38%	29%	37%	56%	38%
%ADECUACION TOTAL						38%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						24%	31%	31%	23%	27%	40%	31%
%ADECUACION TOTAL						30%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	25%	25%	19%	27%	37%	31%
%ADECUACION TOTAL						26%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 6												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA LIQUIDA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	TORTA DE VAINILLA 70 GR	ponqué blanco, regular, sin cubierta, homeado	A077	70,0	70	275,1	4,55	11,2	54,6	72,3	2,3	177,3
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	GELATINA DE PATA 20 GR	Gelatina de pata	K020	20,0	20	64,8	1,5	0,0	14,7	13,2	0,8	0,0
TOTAL MENÚ						458	12,7	17,6	77,8	285	3,1	324,3
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						28%	31%	39%	29%	36%	50%	27%
%ADECUACION TOTAL						34%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						23%	25%	32%	24%	26%	36%	22%
%ADECUACION TOTAL						27%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						18%	20%	25%	19%	26%	33%	22%
%ADECUACION TOTAL						23%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 7												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA 200 CM 3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN COCO 70 GR	Pan de dulce, regular, homeado	A063	70,0	70	270,2	7,7	9,1	49,4	79,1	2,5	308,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Manzana común cruda	C054	120,0	120	87,0	0,36	0,2	25,0	19,2	0,4	2,4
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						505	14,7	16,1	89,4	263	2,9	428,4
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						31%	36%	36%	34%	33%	46%	36%
%ADECUACION TOTAL						36%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						25%	29%	29%	28%	24%	33%	29%
%ADECUACION TOTAL						28%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	24%	23%	22%	24%	30%	29%
%ADECUACION TOTAL						25%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 8												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AVENA ENTERA LIQUIDA 200 CM 3	Bebida de avena en hojuelas	H003	200,0	200	122,0	4,2	3,7	18,0	83,0	0,0	65,0
DERIVADO DE CEREAL	CUCA NEGRA 70 GR	Galletas ducles, cucas	A021	70,0	70	290,0	6,06	7,0	57,2	51,3	1,4	65,3
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Banano común, crudo	C010	120,0	120	121,2	3,8	2,8	26,8	9,6	1,1	3,6
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						533	14,1	13,5	102,0	144	2,5	133,9
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						33%	35%	30%	39%	18%	40%	11%
%ADECUACION TOTAL						29%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						27%	28%	24%	31%	13%	29%	9%
%ADECUACION TOTAL						23%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						21%	23%	20%	25%	13%	26%	9%
%ADECUACION TOTAL						20%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 9												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN RELLENO DE AREQUIPE 70 GR	Pan de dulce, regular, homeado	A063	70,0	70	305,0	7,7	9,4	42,0	145,0	3,7	371,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Mango común, crudo	C051	120,0	120	94,8	1,2	0,0	20,5	18,0	0,6	4,8
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						548	15,5	16,2	77,5	328	4,3	493,8
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						34%	38%	36%	29%	41%	70%	41%
%ADECUACION TOTAL						41%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						27%	31%	29%	24%	30%	50%	33%
%ADECUACION TOTAL						32%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						22%	25%	23%	19%	30%	46%	33%
%ADECUACION TOTAL						28%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

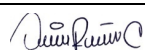
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 10												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLENTA PUNTO 70 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	70,0	70	289,0	7	7,0	51,1	51,1	1,4	87,0
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	BARRA DE CEREAL 20 GR	Barra de cereal		20,0	20	79,2	2	2,5	8,4	1,0	0,3	4,8
TOTAL MENÚ						486	15,6	15,9	68,0	251	1,7	238,8
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						30%	38%	35%	26%	31%	27%	20%
%ADECUACION TOTAL						30%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						24%	31%	29%	21%	23%	20%	16%
%ADECUACION TOTAL						23%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	25%	23%	17%	23%	18%	16%
%ADECUACION TOTAL						20%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

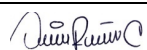
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 11												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ACHOCOLATADA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN AGRIDULCE 70 GR	Pan de dulce, regular, homeado	A063	70,0	70	305,0	7,7	9,4	42,0	145,0	3,7	371,0
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	PANELITA DE LECHE 20 GR	Panelita de leche de vaca, con azúcar	K034	20,0	20	72,2	0,6	0,3	16,6	26,8	0,2	0,0
TOTAL MENÚ						525	14,9	16,5	73,6	337	3,9	489,0
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						32%	37%	36%	28%	42%	63%	41%
%ADECUACION TOTAL						40%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						26%	30%	30%	23%	31%	45%	33%
%ADECUACION TOTAL						31%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						21%	24%	24%	18%	31%	41%	33%
%ADECUACION TOTAL						27%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 12												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AVENA ENTERA LIQUIDA 200 CM 3	Bebida de avena en hojuelas	H003	200,0	200	122,0	4,2	3,7	18,0	83,0	0,0	65,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA DE AVENA 70 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	70,0	70	290,0	6,06	7,0	51,3	51,3	1,4	165,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Mandarina, cruda	C050	120,0	120	85,2	2,2	2,1	13,7	62,0	0,9	4,5
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						497	12,5	12,8	83,0	196	2,3	234,5
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						31%	31%	28%	31%	25%	37%	20%
%ADECUACION TOTAL						29%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						25%	25%	23%	26%	18%	26%	16%
%ADECUACION TOTAL						23%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	20%	18%	20%	18%	24%	16%
%ADECUACION TOTAL						20%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 13												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	CROISSANT CON DULCE DE LECHE 70 GR	Croissant, de queso, homeado	A016	70,0	70	311,5	6,3	16,1	30,8	35,0	1,2	303,3
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Mango común, crudo	C051	120,0	120	94,8	1,9	0,0	20,5	18,0	0,6	4,8
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						524	14,8	22,5	59,8	252	1,8	455,1
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						32%	36%	50%	23%	32%	28%	38%
%ADECUACION TOTAL						34%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						26%	30%	41%	18%	23%	20%	30%
%ADECUACION TOTAL						27%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						21%	24%	33%	15%	23%	19%	30%
%ADECUACION TOTAL						23%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 14												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN SABOR QUESO 40 GR	Pan de queso, homeado	A065	70,0	70	287,0	7,4	14,6	26,0	63,0	1,6	525,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Banano común, crudo	C010	120,0	120	121,2	1,8	0,8	26,8	9,6	1,1	3,6
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						556	15,8	22,2	67,8	238	2,7	646,6
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						34%	39%	49%	26%	30%	43%	54%
%ADECUACION TOTAL						39%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						28%	32%	40%	21%	22%	31%	43%
%ADECUACION TOTAL						31%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						22%	25%	32%	17%	22%	28%	43%
%ADECUACION TOTAL						27%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 15												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Codigo del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AVENA ENTERA LIQUIDA 200 CM 3	Bebida de avena en hojuelas	H003	200,0	200	122,0	4,2	3,7	18,0	83,0	0,0	65,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA DE NARANJA 40 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	70,0	70	289,3	6	7,0	51,1	49,0	1,9	165,0
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	MANI 20 GR	Maní, con piel, tostado, sin sal	T029	20,4	20	130,0	5,1	3,5	3,8	20,6	0,3	1,2
TOTAL MENÚ						541	15,3	14,2	72,9	153	2,2	231,2
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						33%	38%	31%	28%	19%	35%	19%
%ADECUACION TOTAL						29%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						27%	31%	26%	23%	14%	25%	15%
%ADECUACION TOTAL						23%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						22%	25%	21%	18%	14%	23%	15%
%ADECUACION TOTAL						20%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 16												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN BOCADILLO 40 GR	Pan de dulce, regular, homeado	A063	70,0	70	275,5	7,7	9,1	49,6	79,1	3,5	315,0
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	BARRA DE CEREAL 20 GR	Barra de cereal		20,0	20	79,2	2	2,5	8,4	1,0	0,3	4,8
TOTAL MENÚ						473	16,3	18,0	66,5	279	3,8	466,8
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						29%	40%	40%	25%	35%	61%	39%
%ADECUACION TOTAL						38%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						24%	33%	32%	21%	25%	44%	31%
%ADECUACION TOTAL						30%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						19%	26%	26%	16%	25%	40%	31%
%ADECUACION TOTAL						26%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 17												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AVENA ENTERA LIQUIDA 200 CM 3	Bebida de avena en hojuelas	H003	200,0	200	122,0	4,2	3,7	18,0	83,0	0,0	65,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA MANTECADA 40 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	70,0	70	289,0	7	7,0	51,1	51,1	1,4	187,0
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Manzana común cruda	C054	120,0	120	86,4	3	3,2	29,8	39,2	0,4	2,2
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						497	14,2	13,9	98,9	173	1,8	254,2
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						31%	35%	31%	37%	22%	28%	21%
%ADECUACION TOTAL						29%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						25%	28%	25%	31%	16%	20%	17%
%ADECUACION TOTAL						23%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	23%	20%	24%	16%	19%	17%
%ADECUACION TOTAL						20%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 18												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ACHOCOLATADA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	PAN COCO 40 GR	Pan dulce, regular, homeado	A063	70,0	70	280,0	7,7	9,3	49,4	144,4	3,7	367,5
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Mango común, crudo	C051	120,0	120	94,8	1,9	0,0	20,5	18,0	0,6	4,8
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						523	16,2	16,1	84,9	327	4,3	490,3
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						32%	40%	36%	32%	41%	69%	41%
%ADECUACION TOTAL						42%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						26%	32%	29%	26%	30%	49%	33%
%ADECUACION TOTAL						32%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						21%	26%	23%	21%	30%	45%	33%
%ADECUACION TOTAL						28%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1085346983			
MENÚ No. 19												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Código del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE SABORIZADA 200 CM 3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	148,0	6,6	6,8	15,0	165,0	0,0	118,0
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA MANTECADA 40 GR	Galletas dulces, sin relleno	A023	70,0	70	289,3	6	7,0	51,1	49,0	1,9	65,1
FRUTA	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	Mandarina, cruda	C050	120,0	120	126,0	2,3	0,2	26,6	81,6	0,7	4,6
AZÚCAR Y DULCES												
TOTAL MENÚ						563	14,9	14,0	92,7	296	2,6	187,7
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						35%	37%	31%	35%	37%	41%	16%
%ADECUACION TOTAL						33%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						28%	30%	25%	29%	27%	29%	13%
%ADECUACION TOTAL						26%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						23%	24%	20%	23%	27%	27%	13%
%ADECUACION TOTAL						22%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									

FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				
MENÚ No. 20												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	Codigo del Alimento Tabla de Composición de Alimentos	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	Aporte nutricional peso neto del alimento Minuta Patrón Almuerzo nivel 1 a 11						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	LECHE ENTERA 200 CM3	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	200,0	200	118,0	6,6	6,4	8,5	199,0	0,0	147,0
DERIVADO DE CEREAL	TORTA DE NARANJA 40 GR	ponqué blanco, regular, sin cubierta, homeado	A077	70,0	70	275,1	4,55	11,2	40,0	79,3	2,1	133,0
FRUTA												
AZÚCAR Y DULCES	AREQUIPE 20 GR	Arequipe o dulce de leche	K001	20,0	20	64,0	1,2	1,5	11,3	50,6	0,0	27,0
TOTAL MENÚ						457	12,4	19,1	59,8	329	2,1	307,0
RECOMENDACIÓN 1-2-3						1629	40,7	45,3	264,7	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						28%	30%	42%	23%	41%	34%	26%
%ADECUACION TOTAL						32%						
RECOMENDACIÓN 4-5						1994	49,9	55,4	324	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						23%	25%	34%	18%	30%	24%	20%
%ADECUACION TOTAL						25%						
RECOMENDACIÓN 6-11						2491	62,3	69,2	404,8	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						18%	20%	28%	15%	30%	22%	20%
%ADECUACION TOTAL						22%						
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			DANIELA ROSERO CEBALLOS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1085346983				

ALMUERZO PREPARADO EN SITIO										
OPERADOR:										
DEPARTAMENTO	RISARALDA					MUNICIPIO	DOSQUEBRADAS			
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA							
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA									
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO										
SEMANA No. 1										
COMPONENTES	MENÚ No. 1	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 2	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 3	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 4	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 5	PORCIÓN SERVIDA
SOPA			Crema de zanahoria	200 cc	Sopa de lentejas	200 cc	Sopa de verduras	200 cc	Sopa de frijol	200 cc
ALIMENTO PROTEICO	Pollo frito	50 grs	Res con verduras (enviar por aparte)	50 gr	Huevo cocido		Cerdo en salsa bbq	50 gr	Pollo guisado	50 gr
CEREAL	Arroz con verduras	70 gr	Arroz blanco	70 gr	Arroz verde	70 gr	Arroz blanco	70 gr	Arroz amarillo	70 gr
TUBERCULOS - RAICES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Papa criolla cocida	60 grs	Maduro frito	60 gr	Moneditas de platano verde	60 gr	Papa frita	60 gr	Maduro melado	60 gr
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Pepino con vinagreta	65 gr	Zanahoria y arveja	65 gr	Fresa, pepino y zanahoria	65 gr	Tomate con vinagreta	65 gr	Tomate y zanahoria	65 gr
FRUTA	Jugo de maracuya	200 cc	Jugo de mango	200 cc	Jugo de guayaba	200 cc	Jugo de mango con leche	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc
SEMANA No. 2										
COMPONENTES	MENÚ No. 6	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 7	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 8	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 9	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 10	PORCIÓN SERVIDA
SOPA	Crema de maíz	200 cc	Sopa de blanquillos	200 cc			Principio de frijol	50 gr	Sancocho	200 cc
ALIMENTO PROTEICO	Pollo apanado	50 gr	Res asada	50 gr	Cerdo en salsa de piña	50 gr	Huevo cocido	50 gr	Pollo en salsa de naranja	50 gr
CEREAL	Arroz blanco	70 gr	Arroz blanco	70 gr	Arroz verde	70 gr	Arroz blanco	70 gr	Arroz con verduras	70 gr
TUBERCULOS - RAICES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Pure de papa	60 gr	Maduro cocido	60 gr	Ensalada rusa	125 gr	Arepa frita	1 und		
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Repollo, zanahoria y mango	65 gr	Mango, fresa y tomate	65 gr			Pepino con vinagreta	65 gr	Repollo morado, piña y uvas pasas	65 gr
FRUTA	Jugo de lulo	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc	Avena fria	200 cc	Jugo de mango	200 cc	Jugo de maracuya	200 cc
SEMANA No. 3										
COMPONENTES	MENÚ No. 11	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 12	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 13	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 14	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 15	PORCIÓN SERVIDA
SOPA	Sopa de arveja	200 cc	Crema de zanahoria	200 cc			Pricipio de lenteja	50 gr	Sopa de ajíaco	200 cc
ALIMENTO PROTEICO	Cerdo agri dulce	50 gr	Pollo en salsa de piña	50 gr	Res con verduras (enviar por separado)	50 gr	Huevo cocido	50 gr	Pollo guisado	50 gr
CEREAL	Arroz pajarito	130 gr	Arroz blanco	70 gr	Arroz blanco	70 gr	Arroa blanco	70 gr	Arroz blanco	70 gr
TUBERCULOS - RAICES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL			Monedas de platano verde	60 gr	Papa criolla cocida	60 gr	Arepa frita	1 und	Banano	1 und
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Repollo morado, tomate y piña	65 gr			Zanahoria y arveja	65 gr	Tomate con vinagreta	65 gr	Zanahoria, pepino y fresa	65 gr
FRUTA	Jugo de mango	200 cc	Jugo de maracuya	200 cc	Avena fria	200 cc	Jugo de lulo	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc
SEMANA No. 4										
COMPONENTES	MENÚ No. 16	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 17	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 18	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 19	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 20	PORCIÓN SERVIDA
SOPA	Sancocho	200 cc			Principio de garbanzos	50 gr	Sopa de arroz	200 cc	Sopa de frijol	200 cc
ALIMENTO PROTEICO	Pollo guisado	50 gr	Res salteada	50 gr	Cerdo salteado	50 gr	Pollo con maíz y crema de leche	50 gr	Huevo cocido	50 gr
CEREAL	Arroz blanco	70 gr	Tornillos a la carbonara	70 gr	Arroz blanco	70 gr			Arroz amarillo	70 gr
TUBERCULOS - RAICES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL			Papa con cilantro	60 gr	Monedas de maduro	60 gr	Arepa frita	1 und	Papa frita	60 gr
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Pepino con vinagreta	65 gr	Pepino, tomate y fresa	65 gr	Zanahoria tomate y uvas pasas	65 gr	Tomate con vinagreta	65 gr	Arveja, maíz , zanahoria y mayonesa	65 gr
FRUTA	Jugo de mango con leche	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc	Jugo de lulo	200 cc	Jugo de maracuya	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS										
FIRMA	Daniela Rosero Ceballos				MATRÍCULA PROFESIONAL	1085346983				

PAE



PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS - ALMUERZO JM/JT Nivel 6 a 11



ALMUERZO PREPARADO EN SITIO										
OPERADOR:										
DEPARTAMENTO	RISARALDA					MUNICIPIO	DOSQUEBRADAS			
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA							
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA									
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO										
SEMANA No. 1										
COMPONENTES	MENÚ No. 1	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 2	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 3	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 4	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 5	PORCIÓN SERVIDA
SOPA			Crema de zanahoria	200 cc	Sopa de lentejas	200 cc	Sopa de verduras	200 cc	Sopa de frijol	200 cc
ALIMENTO PROTEICO	Pollo frito	50 grs	Res con verduras (enviar por aparte)	50 gr	Huevo cocido	100 gr	Cerdo en salsa bbq	50 gr	Pollo guisado	50 gr
CEREAL	Arroz con verduras	70 gr	Arroz blanco	70 gr	Arroz verde	70 gr	Arroz blanco	70 gr	Arroz amarillo	70 gr
TUBERCULOS - RAICES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Papa criolla cocida	65 gr	Maduro frito	65 gr	Moneditas de platano verde	65 gr	Papa frita	65 gr	Maduro melado	65 gr
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Pepino con vinagreta	70 gr	Zanahoria y arveja	70 gr	Fresa, pepino y zanahoria	70 gr	Tomate con vinagreta	70 gr	Tomate y zanahoria	70 gr
FRUTA	Jugo de maracuya	200 cc	Jugo de mango	200 cc	Jugo de guayaba	200 cc	Jugo de mango con leche	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc
SEMANA No. 2										
COMPONENTES	MENÚ No. 6	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 7	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 8	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 9	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 10	PORCIÓN SERVIDA
SOPA	Crema de maíz	200 cc	Sopa de blanquillos	200 cc			Principio de frijol	75 gr	Sancocho	200 cc
ALIMENTO PROTEICO	Pollo apanado	50 gr	Res asada	50 gr	Cerdo en salsa de piña	50 gr	Huevo cocido	100 gr	Pollo en salsa de naranja	50 gr
CEREAL	Arroz blanco	130 gr	Arroz blanco	130 gr	Arroz verde	130 gr	Arroz blanco	130 gr	Arroz con verduras	130 gr
TUBERCULOS - RAICES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Pure de papa	65 gr	Maduro cocido	65 gr	Ensalada rusa	125 gr	Arepa frita	2 und		
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Repollo, zanahoria y mango	70 gr	Mango, fresa y tomate	70 gr			Pepino con vinagreta	70 gr	Repollo morado, piña y uvas pasas	70 gr
FRUTA	Jugo de lulo	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc	Avena fria	200 cc	Jugo de mango	200 cc	Jugo de maracuya	200 cc
SEMANA No. 3										
COMPONENTES	MENÚ No. 11	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 12	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 13	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 14	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 15	PORCIÓN SERVIDA
SOPA	Sopa de arveja	200 cc	Crema de zanahoria	200 cc			Pricipio de lenteja	75 gr	Sopa de ajíaco	200 cc
ALIMENTO PROTEICO	Cerdo agri dulce	50 gr	Pollo en salsa de piña	50 gr	Res con verduras (enviar por separado)	50 gr	Huevo cocido	100 gr	Pollo guisado	50 gr
CEREAL	Arroz pajarito	130 gr	Arroz blanco	130 gr	Arroz blanco	130 gr	Arroa blanco	130 gr	Arroz blanco	130 gr
TUBERCULOS - RAICES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL			Monedas de platano verde	65 gr	Papa criolla cocida	65 gr	Arepa frita	2 und	Banano	1 und
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Repollo morado, tomate y piña	70 gr			Zanahoria y arveja	70 gr	Tomate con vinagreta	70 gr	Zanahoria, pepino y fresa	70 gr
FRUTA	Jugo de mango	200 cc	Jugo de maracuya	200 cc	Avena fria	200 cc	Jugo de lulo	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc
SEMANA No. 4										
COMPONENTES	MENÚ No. 16	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 17	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 18	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 19	PORCIÓN SERVIDA	MENÚ No. 20	PORCIÓN SERVIDA
SOPA	Sancocho	200 cc			Principio de garbanzos	75 gr	Sopa de arroz	200 cc	Sopa de frijol	200 cc
ALIMENTO PROTEICO	Pollo guisado	50 gr	Res salteada	50 gr	Cerdo salteado	50 gr	Pollo con maíz y crema de leche	50 gr	Huevo cocido	100 gr
CEREAL	Arroz blanco	130 gr	Tornillos a la carbonara	130 gr	Arroz blanco	130 gr			Arroz amarillo	130 gr
TUBERCULOS - RAICES - PLATANOS - DERIVADOS DE CEREAL			Papa con cilantro	65 gr	Monedas de maduro	65 gr	Arepa frita	1 und	Papa frita	65 gr
VERDURA FRÍA O CALIENTE	Pepino con vinagreta	70 gr	Pepino, tomate y fresa	70 gr	Zanahoria tomate y uvas pasas	70 gr	Tomate con vinagreta	70 gr	Arveja, maíz , zanahoria y mayonesa	70 gr
FRUTA	Jugo de mango con leche	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc	Jugo de lulo	200 cc	Jugo de maracuya	200 cc	Jugo de guayaba con leche	200 cc
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS										
FIRMA	Daniela Rosero Ceballos				MATRÍCULA PROFESIONAL	1085346983				



La educación
es de todos

Mineducación

PAE



PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS
RACIÓN INDUSTRIALIZADA NIVEL PRESCOLAR Y JARDIN

OPERADOR:	
DEPARTAMENTO	
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	MUNICIPIO

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
LÁCTEOS	AVENA UHT 200 CM3	LECHE ENTERA 200 CM3	LECHE SABORIZADA 200 CM3	LECHE ENTERA 200 CM3	LECHE ACHOCOLATADA 200
DERIVADO DE CEREAL	PAN COCO 40 GR	TORTA DE BANANO 40 GR	GALLETA MANTECADA 40 GR	TORTA DE AREQUIPE 40 GR	PAN AGRIDULCE 40 GR
FRUTA		FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	
AZÚCARES Y DULCES	BOCADILLO 20 GR				BARRA DE CEREAL 20 GR

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
LÁCTEOS	LECHE ENTERA 200 CM3	LECHE SABORIZADA 200 CM3	AVENA UHT 200 CM3	LECHE ENTERA 200 CM3	AVENA UHT 200 CM3
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA PUNTO 40 GR	TORTA DE NARANJA 40 GR	PASTEL HOJALDRADO CON DULCE DE GUAYABA 40 GR	PAN DULCE 40 GR	CUCA NEGRA 40 GR
FRUTA		FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	
AZÚCARES Y DULCES	PANELITA 20 GR				MANI 20 GR

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
LÁCTEOS	AVENA UHT 200 CM3	LECHE ENTERA 200 CM3	LECHE SABORIZADA 200 CM3	LECHE ACHOCOLATADA 200 CM3	LECHE ENTERA 200 CM3
DERIVADO DE CEREAL	PAN QUESO 40 GR	TORTA DE CHOCOLATE 40 GR	GALLETA COCO 40 GR	PAN ALIÑADO 40 GR	TORTA MANTECADA 40 GR
FRUTA		FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	
AZÚCARES Y DULCES	BOCADILLO 20 GR				BARRA DE CEREAL 20 GR

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
LÁCTEOS	AVENA UHT 200 CM3	LECHE ENTERA 200 CM3	LECHE ENTERA 200 CM3	LECHE SABORIZADA 200 CM3	LECHE ENTERA 200 CM3
DERIVADO DE CEREAL	PAN AGRIDULCE 40 GR	PONQUE 40 GR	PASTEL HOJALDRADO CON DULCE DE GUAYABA 40 GR	GALLETA DE AVENA 40 GR	PAN BOCADILLO 40 GR
FRUTA		FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	FRUTA DE COSECHA 100-120 GR	
AZÚCARES Y DULCES	PANELITA 20 GR				MANI 20 GR

Nota: Anexos minuta patrón ración industrializada: Frutas: Frescas y Enteras. No se permite entregar dos veces la misma fruta a una institución educativa a la semana. Entregar en tdo el ciclo de menu 2 veces manzana y 1 vez uva.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		DANIELA JULIETH ROSERO CEBALLOS	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	1085346983
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REvisa POR PARTE DE LA ETC LA PLANEACIÓN			
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	



La educación
es de todos

Mineducación

PAE



PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS					
RACION INDUSTRIALIZADA NIVEL 1 a 11					
OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	RISARALDA			MUNICIPIO	DOSQUEBRADAS
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					
SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
LÁCTEOS	LECHE ENTERA UHT 200 CC	AVENA UHT 200 CC	LECHE ENTERA UHT 200 CC	LECHE ACHOCOLATADA UHT 200 CC	LECHE SABORIZADA UHT 200 CC
DERIVADO DE CEREAL	GALLETA FRESA 70 GR	PAN MOJICON 70 GR	TORTA DE ZANAHORIA 70 GR	PAN LARGO 70 GR	PAN AGRIDULCE 70 GR
FRUTA		FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	
AZÚCARES Y DULCES	MANI 20 GR				AREQUIPE 20 GR
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
LÁCTEOS	LECHE ENTERA UHT 200 CC	LECHE SABORIZADA UHT 200 CC	AVENA UHT 200 CC	LECHE SABORIZADA UHT 200 CC	LECHE ENTERA UHT 200 CC
DERIVADO DE CEREAL	TORTA DE VAINILLA 70 GR	PAN COCO 70 GR	CUCA NEGRA 70 GR	PAN RELLENO DE DULCE DE LECHE 70 GR	GALLETA PUNTO 70 GR
FRUTA		FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	
AZÚCARES Y DULCES	GELATINA DE PATA 20 GR				BARRA DE CEREAL 20 GR
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
LÁCTEOS	LECHE ACHOCOLATADA 200 CC	AVENA UHT 200 CC	LECHE ENTERA UHT 200 CC	LECHE SABORIZADA UHT 200 CC	AVENA UHT 200 CC
DERIVADO DE CEREAL	PAN AGRIDULCE 70 GR	GALLETA DE AVENA 70 GR	PASTEL CON DULCE DE LECHE 70 GR	PAN QUESO 70 GR	GALLETA DE NARANJA 70 GR
FRUTA		FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	
AZÚCARES Y DULCES	PANELITA 20 GR				MANI 20 GR
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
LÁCTEOS	LECHE ENTERA UHT 200 CC	AVENA UHT 200 CC	LECHE ACHOCOLATADA 200 CC	LECHE SABORIZADA UHT 200 CC	LECHE ENTERA UHT 200 CC
DERIVADO DE CEREAL	PAN BOCADILLO 70 GR	GALLETA MANTECADA 70 GR	PAN COCO 70 GR	GALLETA MANI 70 GR	TORTA DE NARANJA 70 GR
FRUTA		FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	FRUTA COSECHA 100 A 120 GR	
AZÚCARES Y DULCES	BARRA DE CEREAL 20 GR				AREQUIPE 20 GR
Nota: Anexos minuta patrón ración industrializada: Frutas: Frescas y Enteras. No se permite entregar dos veces la misma fruta a una institucion educativa a la semana. Entregar en tdo el ciclo de menu 2 veces manzana y 1 vez uva.					
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS			DANIELA JULIETH ROSERO CEBALLOS		
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL	1085346983	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REvisa POR PARTE DE LA ETC LA PLANEACIÓN					
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL		
