ANEXO 9.1 GUIAS DE PREPARACION COMPLEMENTO PREPARADO EN SITIO JORNADA AM

GUIAS DE PREPARACION PROGRAMA DE ALIMENTACION ESCOLAR PAE CALI

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE NIVEL	Preescolar, Primaria 1, Primaria 2, Secundaria y Ciclo medio y complementario			**OPERADOR**	
DEPARTAMENTO	Valle del Cauca			**MUNICIPIO**	Santiago de Cali
GRUPO ETNICO	**INDÍGENA**		**COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA**	**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	RAIZAL		**ROM**	**SIN PERTENENCIA ÉTNICA**	*

MENÚ No. 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**SORBETE DE BANANO**	Banano común, crudo	85,71	60,00	**200cc**	85,71	60,00	**200 cc**	85,71	60,00	**200 cc**	85,71	60,00	**220 cc**	85,71	60,00	**220 cc**	SORBETE DE BANANO El día de la distribución 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad de estos etc. 2. Seleccionar, pesar, lavar y desinfectar la fruta. Registrar la desinfección en formato correspondiente y picar la fruta. 3. Medir la mitad o tres cuartas partes de la cantidad total de agua (200 cc por ración es el total del volumen) y por tandas licuar la fruta previamente lista, la leche en polvo y el azúcar hasta obtener una consistencia uniforme. 4. Refrigerar la bebida en jarras o recipientes plásticos hasta lograr una temperatura de 2°C a 6°C y al momento de la distribución sacar la bebida concentrada y adicionar el agua faltante en forma de hielo, para ello sacar las bolsas de hielo previamente armadas y desinfectarlas por aspersión antes de abrirlas, registrar esta desinfección en el formato correspondiente. 5. En caso de no contar con el espacio necesario en el refrigerador adicionar el restante de agua en forma de hielo de acuerdo a lo indicado previamente. 6. Garantizar que la preparación tenga una temperatura de 2°C a 6°C para iniciar su distribución, registrar en el formato establecido. 7. Estandarizar el tamaño de su porción según nivel escolar e iniciar su distribución, servir por baches o tandas para garantizar que no permanezca por más de 20 minutos a temperatura ambiente. NOTA: En caso de que la sede educativa cuente con pilas de hielo, estas se deben adicionar a la bebida en bolsa previamente lavada y desinfectada.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00		13,00	13,00		13,00	13,00		15,00	15,00		15,00	15,00		
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE**	Huevo de gallina, entero, crudo	33,33	30,00	**38 g**	44,44	40,00	**51 g**	55,56	50,00	**64 g**	71,11	64,00	**80 g**	88,89	80,00	**99 g**	HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidades, etc. 4. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. Abrir los huevos uno por uno en un recipiente hondo, agregar la sal y batir. 6. Retirar hojas del tomate (si las tiene). Lavar, desinfectar, quitar impurezas y picar el tomate. 7. En sartén caliente y con aceite agregar los tomates picados, dejar cocer y agregar los huevos batidos, conservar en fuego moderado y revolver constantemente hasta que estén listos los huevos. 8. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 9. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 10. Estandarizar la porción a servir según nivel escolar y garantizar que la preparación no permanezca expuesta al ambiente por más de 20 minutos y que su temperatura de distribución sea de mínimo 60°C verificándola aleatoriamente y registrándola en el formato correspondiente. Nota: Para grandes volúmenes de producción se recomienda hacer esta preparación por tandas o baches para evitar cambios en su color y mejorar rendimiento. La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante, el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Tomate, crudo	12,50	10,00		17,50	14,00		22,50	18,00		25,00	20,00		30,00	24,00		
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		
		Aceite de soya	3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		6,00	6,00		

CEREAL ACOMPAÑANTE	**ARROZ VERDE (ESPINACA)**	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	**46g**	30,00	30,00	**69 g**	40,00	40,00	**92 g**	50,00	50,00	**115 g**	60,00	60,00	**138 g**	ARROZ BLANCO CON ESPINACA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 2. Lavar, pelar y picar la cebolla. 3. Lavar y desinfectar la espinaca. Registrar la desinfección en formato correspondiente y licuar la espinaca en agua. 4. En la olla de preparacion del arroz sofreír la cebolla en aceite directamente. 5. Medir el agua del licuado de la espinaca (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la olla donte esta la cebolla sofrita, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 6. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo. 7. Tomar la temperatura final de cocción y hacer prueba organoléptica según protocolo establecido y registrar en el formato correspondiente. 8. Estandarizar el tamaño de la porción a servir según nivel de escolaridad.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		5,26	5,00		5,26	5,00		
		Espinaca, cruda	3,33	2,00		5,00	3,00		6,67	4,00		10,00	6,00		11,67	7,00		
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,40	0,40		
		Aceite de soya	3,00	3,00		3,00	3,00		3,00	3,00		6,00	6,00		6,00	6,00		
	PAPA CHORREADA	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	20,00	20,00	**24 g**	30,00	30,00	**35 g**	30,00	30,00	**36 g**	40,00	40,00	**50 g**	60,00	60,00	**72 g**	PAPA CHORREADA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado (apariencia, olor y textura) y cantidad de papas, tomate y cebolla. 3. En una olla poner a hervir suficiente agua para re cubrir las papas. 4. Lavar las papas y quitarles las raices y hacer remoción de brotes, nuevamente lavar para retirar restos. Partir en dos o cuatro según el tamaño de la papa para que se cocine más rápido y se facilite su estandarización. 5. Adicionar las papas lavadas y arregladas en el agua en ebullición y adicionar la sal, mantener en cocción de tres a cinco minutos. 6. Una vez cocidas las papas, tomar la temperatura final, apagar el fuego y retirarles el agua o escurrir. 7. Aparte, lavar los tomates y la cebolla, a esta última retirarle las capas secas o en mal estado. Picar estas dos verduras y llevarlas a sartén con aceite previamente caliente. Sofreír el guiso y adicionar a las papas cocidas y escurridas. 8. Registrar en formato la temperatura final de cocción en el formato correspondiente. 9. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido y de ser necesario agregar más sal.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		6,32	6,00		8,42	8,00		
		Tomate, crudo	2,50	2,00		3,75	3,00		5,00	4,00		8,75	7,00		10,00	8,00		
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,40	0,40		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		5,00	5,00		5,00	5,00		

MENÚ No. 2																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**AGUA DE PANELA CON LECHE**	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13	**200 cc**	13,00	13	**200 cc**	13,00	13	**200 cc**	15,00	15	**220 cc**	15,00	15,00	**220 cc**	AGUA DE PANELA CON LECHE 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 2. Medir el agua (200cc por ración), separar en dos ollas por mitad. 3. En una de las partes agregar la leche en polvo, mezclar hasta garantizar adecuada solubilidad (verificar las instrucciones de preparación impresas en el rotulado del empaque para ratificar si la leche tiene mejor dilución o solubilidad en agua caliente o fría) y poner a fuego medio hasta lograr ebullición. 4. Llevar la otra mitad del agua hasta ebullición y agregar la panela hasta que se disuelva completamente y la mezcla hierva nuevamente. 5. Finalmente mezclar el agua de panela en agua con la leche reconstituida, revolver constantemente para hacer la mezcla uniforme. Tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar el volumen a servir y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C realizando tomas de temperatura aleatorias y registrándose en el formato correspondiente.
		Panela	10,00	10		10,00	10		10,00	10		10,00	10		10,00	10,00		
ALIMENTO PROTEICO	**FAJITAS DE POLLO EN SALSA CRIOLLA**	Pollo Pechuga Carne Sin piel Crudo	76,92	50	**40 g**	84,62	55	**45 g**	96,92	63	**51 g**	126,15	82	**65 g**	132,31	86,00	**68 g**	FAJITAS DE POLLO EN SALSA CRIOLLA El día anterior a la Preparación * Verificar la cantidad, apariencia y fecha de vencimiento de la pechuga de pollo ya sea entera o en filete y llevarla a refrigeración (24 horas antes a su preparación) para garantizar que esta se encuentre descongelada al momento de la preparación. El día de la Preparación: 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Cortar los filetes de pechuga de pollo en tiras de grosor mediano cuidando que la carne no mantenga expuesto al ambiente por más de 20 minutos, para esto sacar a picar por tandas. NOTA: En caso de tener pechuga de pollo entera, antes de picar la carne se debe retirar la piel y el hueso. 5. Lavar, pelar y picar finamente el ajo. Poner a calentar el aceite en una sartén y adicionar los trozos de carne de pollo junto con el ajo picado anteriormente. Verificar su cocción mediante revisión de textura y color (dorado), tomar temperatura de final cocción y registrar en el formato establecido para ello. 6. Aparte seleccionar, pesar, lavar, pelar, quitar impurezas y picar en cubos la cebolla, cilantro y el tomate. Sofreír todo en aceite caliente y adicionar al pollo previamente cocido. 7. Tomar nuevamente temperatura final de cocción, registrar en el formato correspondiente. 8. Realizar prueba organoléptica de acuerdo con el protocolo establecido por el operador. 9. Estandarizar el tamaño de las porciones y el utensilio a usar según grupo o nivel escolar garantizando que los trozos no se distribuyan en temperatura inferior a 60°C. 10. Distribuir garantizando que su temperatura no sea inferior a 60°C, para ello hacer verificaciones aleatorias durante distribución y registrar en el formato correspondiente.
		Tomate, crudo	6,25	5		7,50	6		8,75	7		10,00	8		11,25	9,00		
		Cebolla cabezona, cruda	5,26	5		6,32	6		7,37	7		8,42	8		9,47	9,00		
		Ajo, crudo	0,53	0,5		0,53	0,5		0,53	0,5		0,53	0,5		0,53	0,50		
		Cilantro, crudo	0,56	0,5		0,56	0,5		0,56	0,5		0,56	0,5		0,56	0,50		
		Sal	0,40	0,4		0,40	0,4		0,50	0,5		0,50	0,5		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2		2,00	2		4,00	4		6,00	6		7,00	7,00		
CEREAL Y/O ACOMPAÑANTE	**MONEDITAS DE PLÁTANO**	Plátano hartón, verde, crudo	73,53	50	**33 g**	102,94	70	**46 g**	139,71	95	**62 g**	161,76	110	**72 g**	205,88	140,00	**91 g**	MONEDITAS DE PLÁTANO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar, pesar, lavar y pelar los plátanos verdes. 4. Trocear en monedas y llevar a freír en sartén con aceite previamente caliente hasta obtener color dorado y consistencia blanda algo crocante. 5. Tomar temperatura de final cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar en el formato correspondiente. 7. Estandarizar el tamaño de las porciones según nivel escolar con ayuda de la gramera y servir con cuchara determinada durante el proceso de estandarización o con mano limpia de acuerdo a protocolo. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Sal	0,20	0,2		0,30	0,3		0,40	0,4		0,50	0,5		0,50	0,50		
		Aceite de soya	3,00	3		3,00	3		4,00	4		5,00	5		6,00	6,00		
FRUTA	**SANDÍA**	Sandia o patilla, pulpa	153,85	80	**154 g**	211,54	110	**212 g**	211,54	110	**212 g**	250,00	130	**250 g**	259,62	135,00	**260 g**	SANDÍA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Lavar y desinfectar la sandía. 5. Picar. Realizar prueba organoléptica y registrar en formato correspondiente. 6. Llevar a refrigeración entre recipientes plásticos y verificar que al momento de servir su temperatura se encuentre entre 2°C y 6°C, posteriormente registrar en formato correspondiente. 7. Estandarizar la porción a servir según grupo escolar e iniciar su distribución en plato, vaso o pocillo seco evitando su mezcla con preparaciones de línea caliente. Sacar por tandas o baches para garantizar que su temperatura se mantenga en el rango 2°C y 6°C y verificar dicha temperatura aleatoriamente, registrarla en formato correspondiente.

MENÚ No. 3																			
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**CHOCOLATE CON LECHE**	Chocolate amargo o negro	10,00	10,00	**220cc**	10,00	10,00	**220cc**	10,00	10,00	**220cc**	10,00	10,00	**220cc**	10,00	10,00	**220cc**	CHOCOLATE CON LECHE 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 2. Medir el agua (200cc por ración), separar en dos ollas por mitad y llevar a ebullición la mitad del agua con el chocolate y el azúcar. 3. En otro recipiente con la otra mitad de agua disolver la leche en polvo hasta tener una mezcla homogénea. De igual forma verificar las instrucciones de preparación impresas en el rotulado del empaque para ratificar si la leche tiene mejor dilución o solubilidad en agua caliente o fría. 4.Agregar la preparación de la leche líquida al chocolate hasta que se disuelva completamente y dejar que hierva nuevamente. 5.Tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar el volumen a servir y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C verificando aleatoriamente y registrando en el formato correspondiente.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00		13,00	13,00		13,00	13,00		15,00	15,00		15,00	15,00		
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**QUESO CUAJADA**	Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	20,00	20,00	**20 g**	30,00	30,00	**30 g**	30,00	30,00	**30 g**	40,00	40,00	**40 g**	40,00	40,00	**40 g**	QUESO CUAJADA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 5. Lavar y cortar el queso en porciones del gramaje indicado para cada nivel escolar previo lavado y desinfección del empaque verificando previamente que su empaque primario no se encuentre roto o perforado. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Llevar a refrigeración separado por gramaje de las porciones debidamente protegido. Tomar temperatura al inicio de la distribución verificando que esta se encuentre máximo en 6°C. Sacar a distribución por tandas pequeñas para evitar su exposición al ambiente por más de 20 minutos.
CEREAL Y/O ACOMPAÑANTE	**DEDO DE QUESO**	Dedo de queso	60,00	60,00	**65 g**	60,00	60,00	**65 g**	60,00	60,00	**65 g**	100,00	100,00	**110 g**	100,00	100,00	**110 g**	DEDO DE QUESO 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad y propiedades organolépticas y registrar esta última en el formato correspondiente. 3. Sacar los dedos de queso con la mano limpia y/o pinza desinfectada. 4. En sartén con aceite previamente caliente agregar los dedos, y dorarlos hasta terminar su cocción (crocantes en la superficie y cocidas en el centro). 5. Ubicar los dedos sobre una bandeja limpia, seca y desinfectada en el área de distribución separada por tamaños de porción según cada nivel escolar. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar en el formato correspondiente. 7. Distribuir calientes y de acuerdo al gramaje establecido por nivel escolar. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Aceite de soya	4,00	4,00		5,00	5,00		5,00	5,00		6,00	6,00		6,00	6,00		
FRUTA	**MIX DE MANGO Y PIÑA EN TROZOS**	Piña, cruda	72,73	40,00	**80 g**	100,00	55,00	**110 g**	100,00	55,00	**110 g**	118,18	65,00	**130 g**	118,18	65,00	**130 g**	MIX DE MANGO Y PIÑA EN TROZOS 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Lavar y desinfectar las frutas. Pelar, retirar la roseta de hojas duras y tallo que constituye el eje de la fruta (en el caso de la piña) y picar en cuadros la piña y reservar en el refrigerador. Posteriormente, picar el mango retirando la cascara y la semilla. 5. Mantener las frutas picadas entre recipientes plásticos en el refrigerador, no mezclarlas para garantizar la menor manipulación posible de las frutas. Realizar prueba de calidad organoléptica y registrar en formato correspondiente. 6. Al momento de servir verificar que la temperatura se encuentre entre 2°C y 6°C, registrar en formato correspondiente. 7. Estandarizar el tamaño de la porción a servir según nivel escolar teniendo en cuenta que las frutas van en participación igualitaria y equitativa e iniciar su distribución en plato, vaso o pocillo secos evitando su mezcla con preparaciones de línea caliente en la medida de lo posible. 8. Sacar la fruta picada por tandas o baches para garantizar que su temperatura se mantenga en el rango 2°C y 6°C verificándola aleatoriamente durante la distribución y registrando ello en el formato correspondiente.
		Mango Tommy Atkins, crudo	52,63	40,00		72,37	55,00		72,37	55,00		85,53	65,00		85,53	65,00		

MENÚ No. 4																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	JUGO DE MARACUYÁ EN AGUA	Maracuyá, cruda	187,50	60,00	200 cc	187,50	60,00	200 cc	187,50	60,00	200 cc	187,50	60,00	220 cc	187,50	60,00	220cc	JUGO DE MARACUYA EN AGUA 1. Limpiar y desinfectar las superficies, equipos, utensilios y el ambiente de trabajo, según el protocolo establecido por el operador. Lavar las manos correctamente y registrar esta actividad en el formato correspondiente. Verificar el estado de los ingredientes (maracuyá, azúcar y agua) revisar fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, empaque y cantidad y registrar cualquier novedad. 2. Seleccionar, pesar, lavar y desinfectar la maracuyá siguiendo el protocolo establecido. Registrar la desinfección en el formato correspondiente y partir cada maracuyá por la mitad y, con ayuda de una cuchara limpia, extraer toda la pulpa. 3. Se debe medir el total de agua potable requerida (140cc por ración). Y licuar la pulpa de maracuyá con el azúcar, utilizando solo la mitad del agua. 4. Colar la mezcla con un colador limpio para eliminar las semillas y otros residuos, se deberá agregar el resto del agua potable a la bebida ya colada, y así mismo realizar la prueba organoléptica (olor, sabor, color, textura) que se debe registrar en el formato correspondiente. 5. Se deberá refrigerar en recipientes plásticos hasta alcanzar una temperatura entre 2°C y 6°C. 6. Verificar y registrar que la bebida se encuentre entre 2°C y 6°C antes de iniciar la distribución. 7. Estandarizar el volumen de la porción según el nivel escolar. y así mismo servir por tandas, asegurando que el jugo no permanezca más de 20 minutos a temperatura ambiente. 8. Tomar y registrar aleatoriamente la temperatura del jugo durante la distribución. Si esta supera los 6°C, aplicar medidas correctivas inmediatas. NOTA: Si no se cuenta con suficiente espacio en refrigeración, adicionar el agua restante en forma de hielo, utilizando bolsas previamente congeladas, lavadas y desinfectadas. Registrar esta desinfección en el formato correspondiente.
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	PECHUGA DE POLLO EN TROZOS GUISADO CON CILANTRO	Pollo Pechuga Carne Sin piel Crudo	46,15	30,00	30 g	61,54	40,00	36 g	76,92	50,00	49 g	92,31	60,00	60 g	107,69	70,00	70 g	PECHUGA DE POLLO EN TROZOS GUISADO CON CILANTRO Día anterior a la preparación * Pasar la pechuga de pollo entera o en filete a refrigeración desde la mañana y verificar el estado de los empaques, apariencia, olor, color, fecha de vencimiento y cantidad. El día de la preparación 1. Desinfectar ambiente, superficies, equipos y utensilios según protocolos y registrar en formatos correspondientes dados por el operador. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Sacar la pechuga de pollo del refrigerador verificando nuevamente su cantidad, textura y apariencia. 5. Picar la pechuga en trozos medianos cuidando que esta no se mantenga expuesta al ambiente por más de 20 minutos, para esto hacerlo por tandas. NOTA: En caso de tener pechuga de pollo entera, antes de picar la carne se debe retirar la piel y el hueso. 6. Seleccionar, pesar, lavar y picar el cilantro. 7. Lavar, pelar, quitar impurezas y picar en cuadros el tomate, la cebolla, achiote y el ajo, adicionarlos sobre los trozos de pollo junto con el cilantro, la sal y el aceite. 8. Incorporar todo y llevar a cocción en olla a presión u olla con tapa para que el pollo se cocine en sus propios jugos y los de las verduras de guiso. 9. Una vez esté cocido el pollo tomar temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 10. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar en formato correspondiente. 11. Mantener el pollo guisado a fuego bajo durante el proceso de distribución para garantizar que su temperatura no baje de los 60°C, estandarizar el tamaño de la porción de acuerdo con los grupos escolares y durante distribución estar monitoreando la temperatura en tomas aleatorias y registrándolas en el formato correspondiente.
		Cebolla cabezona, cruda	4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		7,37	7,00		8,42	8,00		
		Tomate, crudo	12,50	10,00		12,50	10,00		18,75	15,00		25,00	20,00		31,25	25,00		
		Ajo, crudo	0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		
		Cilantro, crudo	0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		
		Achiote, seco	0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA ASADA CON QUESO	Arepa de maíz precocido, con sal	40,00	40,00	40 g arepa + 20 g queso cuajada	40,00	40,00	40 g arepa + 20 g queso cuajada	40,00	40,00	40 g arepa + 20 g queso cuajada	60,00	60,00	60 g arepa + 30 g queso cuajada	60,00	60,00	60 g arepa + 40 g queso cuajada	AREPA ASADA CON QUESO 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Verificar el estado de empaques de la arepa, su fecha de vencimiento, calidad organoléptica (apariencia, textura, color, olor y cantidad) y registrar esta última en el formato correspondiente. 3. Lavar las manos según protocolo establecido. 4. Sacar con mano limpia y/o pinza desinfectada, ubicar sobre un sartén, paila o plancha. 5. Untadura mínima de aceite, y mantener unos 5 minutos por cada lado hasta que estén doraditas y firmes. 6. Ubicar las arepas sobre bandeja limpia, seca y desinfectada en el área de distribución separadas por tamaños de porción según cada nivel escolar. 7. Lavar y cortar el queso en porciones del gramaje indicado para cada nivel escolar previo lavado y desinfección del empaque verificando previamente que su empaque primario no se encuentre roto o perforado. 8. Agregar el queso encima de la arepa de acuerdo a la porción previamente estandarizada.
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		3,00	3,00		
		Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	20,00	20,00		20,00	20,00		20,00	20,00		30,00	30,00		40,00	40,00		
	ARROZ BLANCO CON PAPA CRIOLLA	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	56 g	30,00	30,00	80 g	40,00	40,00	122 g	50,00	50,00	155 g	60,00	60,00	178 g	ARROZ BLANCO CON PAPA CRIOLLA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, hacer remoción de brotes y picar en cuadros pequeños la papa; Seleccionar, pesar, lavar, retirar primera capa y picar finamente la cebolla, De igual forma seleccionar, pesar, lavar, retirar tallo y picar finamente el perejil. Poner a freír la cebolla y el perejil en aceite previamente caliente. 3. Adicionar al guiso el agua en volumen doble a la cantidad de arroz a preparar y mantener a fuego alto hasta que llegue a punto de ebullición. 4. Verificar la cantidad de arroz y adicionarlo junto con la papa y la sal al agua en ebullición, mezclar todo y mantener en fuego alto hasta que el arroz se hidrate y haya absorbido el agua. 5. Bajar el fuego a nivel medio-bajo y tapar hasta que el arroz absorba la totalidad del agua y por ende quede suelto. 6. Finalmente mezclar con trinche o cuchara larga para separar los granos y tomar la temperatura final de cocción, registrar en el formato correspondiente. 7. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y estandarizar la porción a servir por nivel de escolaridad.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		2,11	2,00		3,16	3,00		5,26	5,00		5,26	5,00		
		Perejil, crudo	0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,50	0,50		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		5,00	5,00		

MENÚ No. 5																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**SORBETE DE GUAYABA Y MARACUYÁ**	Maracuyá, cruda	93,75	30,00	**200 cc**	93,75	30,00	**200 cc**	93,75	30,00	**200 cc**	93,75	30,00	**220 cc**	93,75	30,00	**220cc**	SORBETE DE GUAYABA Y MARACUYÁ El día de la distribución: 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según el protocolo del operador, registrar las actividades en el formato correspondiente, lavar las manos según protocolo establecido y verificar el estado de los ingredientes: empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura y cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar y desinfectar la guayaba y la maracuyá, registrar la desinfección en el formato correspondiente y picar las frutas. 3. Medir la mitad o tres cuartas partes del total de agua (200 cc por ración como volumen total). Licuar por tandas las frutas picadas, leche en polvo y azúcar hasta obtener una mezcla homogénea. 4. Colar la mezcla, realizar prueba organoléptica y registrar los resultados en el formato correspondiente. 5. Refrigerar la bebida en jarras o recipientes plásticos hasta alcanzar una temperatura entre 2°C y 6°C. Al momento de la distribución, añadir el agua restante en forma de hielo. Desinfectar por aspersión las bolsas de hielo antes de abrirlas y registrar esta desinfección. 6.En caso de no tener espacio en el refrigerador, incorporar el resto del agua como hielo desde el principio. 7. Asegurar que la bebida esté entre 2°C y 6°C antes de servir, y registrar esta temperatura en el formato correspondiente. 8. Estandarizar el tamaño de la porción según el nivel escolar y servir por baches o tandas, evitando que la bebida permanezca más de 20 minutos a temperatura ambiente. Tomar y registrar aleatoriamente la temperatura durante la distribución. Si supera los 6°C, aplicar medidas correctivas inmediatas. NOTA: En caso de que la sede educativa cuente con pilas de hielo, estas se deben adicionar a la bebida en bolsa previamente lavada y desinfectada.
		Guayaba, madura, cruda	40,00	30,00		40,00	30,00		40,00	30,00		40,00	30,00		40,00	30,00		
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00		13,00	13,00		13,00	13,00		15,00	15,00		15,00	15,00		
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**HUEVOS PERICOS**	Huevo de gallina, entero, crudo	33,33	30,00	**42 g**	44,44	40,00	**57 g**	55,56	50,00	**72 g**	72,22	65,00	**89 g**	90,00	81,00	**110 g**	HUEVOS PERICOS 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidades, etc. 4. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. Abrir los huevos uno por uno en un recipiente hondo, agregar la sal y batir. 6. Retirar hojas o partes secas de la cebolla, retirar hojas del tomate (si las tiene). Lavar, desinfectar, quitar impurezas y picar la cebolla y el tomate. 7. En sartén caliente y con aceite agregar la cebolla y tomate picados, dejar cocer y agregar los huevos batidos, conservar en fuego moderado y revolver constantemente hasta que estén listos los huevos. 8. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 9. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 10. Estandarizar la porción a servir según nivel escolar y garantizar que la preparación no permanezca expuesta al ambiente por más de 20 minutos y que su temperatura de distribución sea de mínimo 60°C verificándola aleatoriamente y registrándola en el formato correspondiente. Nota: Para grandes volúmenes de producción se recomienda hacer esta preparación por tandas o baches para evitar cambios en su color y mejorar rendimiento. La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante, el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Cebolla cabezona, cruda	5,26	5,00		7,37	7,00		9,47	9,00		10,53	10,00		12,63	12,00		
		Tomate, crudo	12,50	10,00		17,50	14,00		22,50	18,00		25,00	20,00		30,00	24,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		

CEREAL ACOMPAÑANTE	**ARROZ BLANCO**	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	**46 g**	30,00	30,00	**69 g**	40,00	40,00	**92 g**	50,00	50,00	**115 g**	60,00	60,00	**138 g**	ARROZ BLANCO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar la cebolla finamente, llevarla a sofreír en aceite previamente caliente. 3. Medir el agua (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la cebolla sofrita, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 4. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar porción a servir con ayuda de una gramera y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		4,00	4,00		
	TAJADA DE PLÁTANO MADURO ASADO	plátano hartón, maduro, crudo	27,78	20,00	**13 g**	27,78	20,00	**13 g**	62,50	45,00	**28 g**	69,44	50,00	**32 g**	97,22	70,00	**44 g**	TAJADA DE PLÁTANO MADURO ASADO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar la cantidad y el estado de los plátanos maduros (textura, apariencia, color, olor). 4. Seleccionar, pesar y lavar muy bien los plátanos maduros, Retirar la cascara con ayuda de cuchillo. 5. Cortar el plátano maduro en tajadas alargadas y delgadas o diagonales para mejorar presentación. 6. Realizar un corte en láminas muy delgadas y uniformes utilizando un cuchillo afilado, para garantizar homogeneidad en el asado. 7. Espolvorea ligeramente con sal para resalta el sabor dulce del plátano. 8. En un sartén con aceite previamente caliente servir las tajadas de plátano maduro con cuidado, evitando que se peguen entre sí. Asar por ambos lados hasta obtener un color dorado uniforme y una textura crujiente por fuera, Con ayuda de un tenedor, trinche o escurridera sacar las tajadas y colocarlas sobre papel absorbente para eliminar el exceso de grasa. Tomar temperatura final y registrarla en el formato correspondiente. 9. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 10. Estandarizar el tamaño de la porción o número de tajadas a servir para cada nivel escolar. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		6,00	6,00		
FRUTA	**MANZANA**	Manzana común cruda	94,12	80,00	**94 g**	129,41	110,00	**129 g**	129,41	110,00	**129 g**	152,94	130,00	**152 g**	158,82	135,00	**158 g**	MANZANA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Contar, clasificar según tamaño, lavar y desinfectar la manzana. 5. Estandarizar la porción a servir según grupo escolar e iniciar su distribución en plato, vaso o pocillo secos evitando su mezcla con preparaciones de línea caliente. Sacar por tandas o baches para garantizar que su temperatura se mantenga en el rango entre 2°C y 6°C. Verificar aleatoriamente su temperatura durante distribución y registrar en el formato correspondiente.

MENÚ 6																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	JUGO DE PIÑA EN AGUA	Piña, cruda	109,09	60,00	200 cc	109,09	60,00	200cc	109,09	60,00	200 cc	109,09	60,00	220 cc	109,09	60,00	220 cc	JUGO DE PIÑA EN AGUA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y el ambiente según el protocolo establecido por el operador, lavar las manos correctamente y registrar esta actividad en el formato correspondiente. Verificar el estado de los ingredientes, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, empaque y cantidad, registrando cualquier novedad. 2. Seleccionar, pesar, lavar y desinfectar la piña según protocolo establecido. Registrar en el formato correspondiente. 3. Pelar la piña, cortar en rodajas y retirar los corazones. 4. Medir el total de agua potable requerida (140cc por ración). 5. Licuar la piña junto con el azúcar y la mitad del agua. 6. Colar y agregar el agua restante. Refrigerar o adicionar pilas de hielo o bolsas plásticas con hielo (previamente desinfectadas) para garantizar temperatura máxima de 6°C. 7. Realizar prueba organoléptica y registrarlo en el formato correspondiente. 8. Estandarizar el volumen de servido y verificar la temperatura máxima de 6°C al inicio del servido, registrar en el formato correspondiente 9. Verificar y registrar que la temperatura del jugo esté entre 2°C y 6°C antes del servido. Estandarizar el volumen de la porción según nivel escolar. Servir en tandas para garantizar que el jugo no permanezca más de 20 minutos a temperatura ambiente. Tomar y registrar aleatoriamente la temperatura durante la distribución. Si supera los 6°C, tomar medidas correctivas inmediatas. NOTA: En caso de no contar con espacio suficiente en refrigeración, adicionar el agua restante en forma de hielo, utilizando bolsas previamente congeladas, lavadas y desinfectadas y registrar la desinfección.
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS PERICOS	Huevo de gallina, entero, crudo	33,33	30,00	36 g	44,44	40,00	57 g	55,56	50,00	62 g	72,22	65,00	89 g	94,44	85,00	114 g	HUEVOS PERICOS 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidades, etc. 4. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. Abrir los huevos uno por uno en un recipiente hondo, agregar la sal y batir. 6. Retirar hojas o partes secas de la cebolla, retirar hojas del tomate (si las tiene). Lavar, desinfectar, quitar impurezas y picar la cebolla y el tomate. 7. En sartén caliente y con aceite agregar la cebolla y tomate picados, dejar cocer y agregar los huevos batidos, conservar en fuego moderado y revolver constantemente hasta que estén listos los huevos. 8. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 9. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 10. Estandarizar la porción a servir según nivel escolar y garantizar que la preparación no permanezca expuesta al ambiente por más de 20 minutos y que su temperatura de distribución sea de mínimo 60°C verificándola aleatoriamente y registrándola en el formato correspondiente. Nota: Para grandes volúmenes de producción se recomienda hacer esta preparación por tandas o baches para evitar cambios en su color y mejorar rendimiento. La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante, el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Cebolla cabezona, cruda	5,26	5,00		7,37	7,00		9,47	9,00		10,53	10,00		12,63	12,00		
		Tomate, crudo	12,50	10,00		17,50	14,00		22,50	18,00		25,00	20,00		30,00	24,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	46g	30,00	30,00	69g	40,00	40,00	92g	50,00	50,00	115g	60,00	60,00	138 g	ARROZ BLANCO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar la cebolla finamente, llevarla a sofreír en aceite previamente caliente. 3. Medir el agua (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la cebolla sofrita, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 4. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar porción a servir con ayuda de una gramera y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		4,00	4,00		
	PURÉ DE PLÁTANO MADURO CON QUESO	Plátano hartón, maduro, crudo	27,78	20,00	39 g	41,67	30,00	56 g	55,56	40,00	78 g	69,44	50,00	101 g	83,33	60,00	122 g	PURÉ DE PLATANO MADURO CON QUESO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado del plátano maduro (apariencia, olor, textura y cantidad, etc.) 4. Retirar la cascara de los plátanos maduros y cortar en trozos. 5. Llevar a cocción los trozos de plátano en agua suficiente y en estado de ebullición. 6. Verificar constantemente su textura con la ayuda de un tenedor, una vez este blanda, tomar la temperatura final de cocción, registrar en el formato correspondiente y apagar. 7. Seguido, aplastar el plátano maduro previamente cocido hasta obtener una mezcla homogénea, incorporar la margarina junto con la sal, y la leche en polvo ya previamente lista y mezclar en caliente. 8. Por otro lado seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible del queso (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 9. Lavar y cortar el queso en tajadas de grosor mediano. 10. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 11. Estandarizar el tamaño de las porciones según nivel escolar con ayuda de la gramera y servir con cuchara determinada durante el proceso.
		Queso fresco, semidiuro, semimagro, tipo doble crema	15,00	15,00		20,00	20,00		30,00	30,00		40,00	40,00		50,00	50,00		
		Leche de vaca, entera, en polvo	1,00	1,00		2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
		Margarina, con sal	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		5,00	5,00		
		sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,50	0,50		

MENÚ No. 7																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**SORBETE DE GUAYABA**	Guayaba, madura, cruda	80,00	60,00		80,00	60,00		80,00	60,00		80,00	60,00		80,00	60,00		SORBETE DE GUAYABA El día de la distribución: 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad de estos etc. 2. Seleccionar, pesar, lavar y desinfectar la fruta. Registrar la desinfección en formato correspondiente y picar la fruta. 3. Medir la mitad o tres cuartas partes de la cantidad total de agua (200 cc por ración es el total del volumen) y por tandas licuar la fruta previamente lista, la leche en polvo y el azúcar hasta obtener una consistencia uniforme. 4. Colar y realizar prueba de calidad organoléptica y registrar en formato correspondiente. 5. Refrigerar la bebida en jarras o recipientes plásticos hasta lograr una temperatura de 2°C a 6°C y al momento de la distribución sacar la bebida concentrada y adicionar el agua faltante en forma de hielo, para ello sacar las bolsas de hielo previamente armadas y desinfectarlas por aspersión antes de abrirlas, registrar esta desinfección en el formato correspondiente . 6. En caso de no contar con el espacio necesario en el refrigerador adicionar el restante de agua en forma de hielo de acuerdo a lo indicado previamente. 7. Garantizar que la preparación tenga una temperatura de 2°C a 6°C para iniciar su distribución, registrar en el formato establecido. 8. Estandarizar el tamaño de su porción según nivel escolar e iniciar su distribución, servir por baches o tandas para garantizar que no permanezca por más de 20 minutos a temperatura ambiente. Tomar y registrar aleatoriamente la temperatura durante distribución para garantizar que esta mantenga en el rango establecido, tomar las medidas correctivas inmediatas en caso de que su temperatura sea superior a 6°C. NOTA: En caso de que la sede educativa cuente con pilas de hielo, estas se deben adicionar a la bebida en bolsa previamente lavada y desinfectada.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200cc**	15,00	15,00	**220cc**	15,00	15,00	**220cc**	
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**CARNE DE RES EN TROZOS CON GUISO**	Res, carne magra, cruda	30,00	30,00		40,00	40,00		50,00	50,00		60,00	60,00		70,00	70,00		CARNE DE RES EN TROZOS CON GUISO Día anterior a la preparación * Verificar la cantidad, apariencia y fecha de vencimiento en cada paquete de carne de res y pasarlos a refrigeración (24 horas antes a su preparación) para garantizar que la carne se encuentre descongelada al momento de la preparación. El día de la preparación 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 4. Sacar la carne de res del refrigerador verificando nuevamente su cantidad, textura y apariencia. 5. Picar la carne de res en trozos medianos cuidando que esta no se mantenga expuesta al ambiente por más de 20 minutos, para esto hacerlo por tandas. 6. Lavar, pelar, quitar impurezas y picar en cuadros el tomate, la cebolla y el ajo, adicionarlos sobre los trozos de carne de res junto con la sal y el aceite. 7. Incorporar todo y llevar a cocción en olla a presión u olla con tapa para que la carne de res se cocine en sus propios jugos y los de las verduras de guiso. 8. Una vez esté cocida la carne de res, tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 9. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar en formato correspondiente. 10. Mantener la carne guisada a fuego bajo durante el proceso de distribución para garantizar que su temperatura no baje de los 60°C, estandarizar el tamaño de la porción de acuerdo a los grupos escolares y durante distribución estar monitoreando la temperatura en tomas aleatorias y registrándolas en el formato correspondiente.
		Tomate, crudo	2,50	2,00		5,00	4,00		6,25	5,00		7,50	6,00		8,75	7,00		
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		7,37	7,00		
		Ajo, crudo	0,53	0,50	**25 g**	0,53	0,50	**37 g**	0,53	0,50	**47 g**	0,53	0,50	**56 g**	0,53	0,50	**65 g**	
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		
		Tomillo, molido	0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00		30,00	30,00		40,00	40,00		50,00	50,00		60,00	60,00		ARROZ BLANCO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar la cebolla finamente, llevarla a sofreír en aceite previamente caliente. 3. Medir el agua (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la cebolla sofrita, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 4. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar porción a servir con ayuda de una gramera y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		
		Sal	0,20	0,20	**46g**	0,30	0,30	**69g**	0,40	0,40	**92g**	0,50	0,50	**115g**	0,50	0,50	**138g**	
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		4,00	4,00		

CEREAL ACOMPAÑANTE	**PAPA ABORRAJADA CON PICO DE GALLO**	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	20,00	20,00	**Papa aborrajada 20 g + 17 g pico de gallo**	20,00	20,00	**Papa aborrajada 20 g + 24 g pico de gallo**	35,00	35,00	**Papa aborrajada 35 g + 31 g pico de gallo**	45,00	45,00	**Papa aborrajada 45 g + 35 g pico de gallo**	50,00	50,00	**Papa aborrajada 50 g + 42 g pico de gallo**	PAPA ABORRAJADA CON PICO DE GALLO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Seleccionar, pesar y lavar muy bien las papas comunes y hacer remoción de brotes. Posteriormente, cortar las papas en rodajas de grosor mediano. 5. Aparte contar, lavar y desinfectar los huevos de acuerdo al protocolo establecido por el operador y registrar en formato correspondiente. 6. Abrir y batir los huevos junto con la sal hasta garantizar uniformidad. 7. Verificar la cantidad de harina de trigo y verter en un recipiente ancho y no tan alto. 8. Poner a calentar suficiente aceite en una sartén. Pasar tandas de rodajas de papa por el huevo batido y sacar con ayuda de una cuchara o escurridera, de inmediato pasarlos al recipiente con harina (puede ser plástico) para espolvorearles harina de trigo suficiente, mezclando para que esta se pegue a las rodajas. 9. Llevar las rodajas de papa apanados a fritura. Verificar su cocción mediante revisión de textura y color (dorado), tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido para ello. 10. Realizar prueba organoléptica de acuerdo a protocolo establecido por el operador. 11. Distribuir garantizando que su temperatura no sea inferior a 60°C, para ello hacer verificaciones aleatorias durante distribución y registrar en el formato correspondiente. 12. Estandarizar el tamaño de las porciones según grupo escolar y distribuir con la cuchara determinada garantizando que los trozos no se distribuyan en temperatura inferior a 60°C. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura. PICO DE GALLO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 3. Seleccionar, pesar, lavar, retirar pedúnculos y desinfectar el tomate. De igual forma seleccionar, pesar, Retirar hojas o partes secas de la cebolla; asimismo, lavar, desinfectar y retirar tallos del cilantro. Finalmente seleccionar, pesar, lavar y desinfectar el limón según protocolo establecido. Registrar todos los procesos de desinfección en el formato correspondiente. 4. Picar el tomate, cebolla y cilantro en cuadritos. De igual forma partir el limón en dos y exprimir para obtener su jugo. Reservar el zumo de limón en un recipiente plástico 5. Mezclar el tomate, cebolla y cilantro, llevarlas a refrigerar entre recipiente plástico limpio. 6. Al inicio del servicio verificar que la temperatura del pico de gallo se encuentre máximo en 6°C, realizar la prueba organoléptica y registrar en el formato correspondiente. 7. Estandarizar el tamaño de las porciones según niveles de escolaridad y distribuir garantizando una temperatura máxima de 6°C y una exposición al ambiente por máximo 20 minutos, para ello sacar el pico de gallo a la línea de distribución por tandas o baches que no permanezcan más de 20 minutos.
		Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	2,00	2,00		2,00	2,00		6,00	6,00		6,00	6,00		6,00	6,00		
		Huevo de gallina, entero, crudo	1,11	1,00		1,11	1,00		4,44	4,00		4,44	4,00		4,44	4,00		
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Cebolla cabezona, cruda	5,26	5,00		7,37	7,00		9,47	9,00		10,53	10,00		12,63	12,00		
		Tomate, crudo	12,50	10,00		17,50	14,00		22,50	18,00		25,00	20,00		30,00	24,00		
		Cilantro, crudo	2,22	2,00		3,33	3,00		4,44	4,00		5,56	5,00		6,67	6,00		
		Limón, crudo	1,00	0,50		1,00	0,50		1,00	0,50		1,00	0,50		1,00	0,50		
		Aceite de soya	3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		5,00	5,00		6,00	6,00		
FRUTA	**GRANADILLA**	Granadilla, cruda	100,00	30,00	**100 g**	100,00	30,00	**100 g**	100,00	30,00	**100 g**	100,00	30,00	**100 g**	100,00	30,00	**100 g**	GRANADILLA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Contar, clasificar según tamaño, lavar y desinfectar la granadilla. 5. Distribuir según tamaño y nivel escolar con mano limpia.

MENÚ No. 8																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**AGUA DE PANELA CON LECHE**	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200 cc**	13,00	13,00	**200 cc**	15,00	15,00	**220 cc**	15,00	15,00	**220 cc**	AGUA DE PANELA CON LECHE 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 2. Medir el agua (200cc por ración), separar en dos ollas por mitad. 3. En una de las partes agregar la leche en polvo, mezclar hasta garantizar adecuada solubilidad (verificar las instrucciones de preparación impresas en el rotulado del empaque para ratificar si la leche tiene mejor dilución o solubilidad en agua caliente o fría) y poner a fuego medio hasta lograr ebullición. 4. Llevar la otra mitad del agua hasta ebullición y agregar la panela hasta que se disuelva completamente y la mezcla hierva nuevamente. 5. Finalmente mezclar el agua de panela en agua con la leche reconstituida, revolver constantemente para hacer la mezcla uniforme. Tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar el volumen a servir y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C realizando tomas de temperatura aleatorias y registrándose en el formato correspondiente.
		Panela	10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		
ALIMENTO PROTEICO	**HUEVOS PERICOS**	Huevo de gallina, entero, crudo	33,33	30,00	**42 g**	44,44	40,00	**56 g**	55,56	50,00	**72 g**	72,22	65,00	**89 g**	90,00	81,00	**110 g**	HUEVOS PERICOS 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidades, etc. 4. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. Abrir los huevos uno por uno en un recipiente hondo, agregar la sal y batir. 6. Retirar hojas o partes secas de la cebolla, retirar hojas del tomate (si las tiene). Lavar, desinfectar, quitar impurezas y picar la cebolla y el tomate. 7. En sartén caliente y con aceite agregar la cebolla y tomate picados, dejar cocer y agregar los huevos batidos, conservar en fuego moderado y revolver constantemente hasta que estén listos los huevos. 8. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 9. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 10. Estandarizar la porción a servir según nivel escolar y garantizar que la preparación no permanezca expuesta al ambiente por más de 20 minutos y que su temperatura de distribución sea de mínimo 60°C verificándola aleatoriamente y registrándola en el formato correspondiente. Nota: Para grandes volúmenes de producción se recomienda hacer esta preparación por tandas o baches para evitar cambios en su color y mejorar rendimiento. La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante, el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Cebolla cabezona, cruda	5,26	5,00		7,37	7,00		9,47	9,00		10,53	10,00		12,63	12,00		
		Tomate, crudo	12,50	10,00		17,50	14,00		22,50	18,00		25,00	20,00		30,00	24,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
CEREAL ACOMPAÑANTE	**MASITAS DE HARINA DE TRIGO**	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	20,00	20,00	**43 g**	30,00	30,00	**64 g**	40,00	40,00	**86 g**	50,00	50,00	**107 g**	65,00	65,00	**127 g**	MASITAS DE HARINA DE TRIGO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 4. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. En un recipiente grande u olla agregue la harina de trigo, la sal y el contenido de los huevos, bata con una cuchara o cucharón la mezcla anterior añadiendo agua hasta obtener una masa de consistencia ligera. 6. Estandarizar el tamaño de la arepuela con ayuda de la gramera y el cucharón. (se va a verter la mezcla sobre el aceite pesando para determinar diferentes niveles de llenado hasta determinar el peso neto crudo y por nivel de escolaridad). 7. Calentar el aceite a fuego medio, una vez esté caliente verter la mezcla para una arepuela de acuerdo a la estandarización previa de porciones. 8. Freír la arepuela lado a lado hasta que obtenga un color dorado, realizar prueba organoléptica y registrar de acuerdo a protocolo correspondiente. (En caso de determinar que su sabor no cumple, tomar las medidas correctivas correspondientes para el resto de la mezcla). 9. Llevar a fritura el resto de la mezcla de acuerdo a la estandarización previa de porciones y tomar su temperatura final de cocción registrándola en formato correspondiente. 10. Retirar las arepuelas del fuego y dejar escurrir el exceso de aceite. (Se recomienda freír la masa por tandas de acuerdo a la velocidad de ingreso de usuarios al comedor y grado de escolaridad). 11. Refrigerar la masa que no se vaya a freír de inmediato. 12. Servir con mano limpia o pinza desinfectada de acuerdo al nivel de escolaridad. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Sal	0,30	0,30		0,30	0,30		0,50	0,50		0,60	0,60		0,60	0,60		
		Huevo de gallina, entero, crudo	3,33	3,00		4,44	4,00		5,56	5,00		6,67	6,00		7,78	7,00		
		Aceite de soya	4,00	4,00		4,00	4,00		4,00	4,00		5,00	5,00		10,00	10,00		
FRUTA	**PIÑA PICADA**	Piña, cruda	181,82	100,00	**100 g**	181,82	100,00	**100 g**	181,82	100,00	**100 g**	245,45	135,00	**135 g**	245,45	135,00	**135 g**	PIÑA PICADA EN TROZOS 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Lavar y desinfectar la piña, luego, proceder a pelarla y picarla. 5. Llevar a refrigeración entre recipientes plásticos y verificar que al momento de servir su temperatura se encuentre entre 2°C y 6°C, posteriormente registrar en formato correspondiente. 6. Estandarizar la porción a servir según grupo escolar e iniciar su distribución en plato, vaso o pocillo seco evitando su mezcla con preparaciones de línea caliente. Sacar por tandas o baches para garantizar que su temperatura se mantenga en el rango entre 2°C y 6°C y verificar dicha temperatura aleatoriamente, registrarla en formato correspondiente.

MENÚ No. 9																			
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**CHOCOLATE CON LECHE**	Chocolate amargo o negro	10,00	10,00	**200 cc**	10,00	10,00	**200 cc**	10,00	10,00	**200 cc**	10,00	10,00	**220 cc**	10,00	10,00	**220 cc**	CHOCOLATE CON LECHE 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 2. Medir el agua (200cc por ración), separar en dos ollas por mitad y llevar a ebullición la mitad del agua con el chocolate y el azúcar. 3. En otro recipiente con la otra mitad de agua disolver la leche en polvo hasta tener una mezcla homogénea. De igual forma verificar las instrucciones de preparación impresas en el rotulado del empaque para ratificar si la leche tiene mejor dilución o solubilidad en agua caliente o fría. 4.Agregar la preparación de la leche líquida al chocolate hasta que se disuelva completamente y dejar que hierva nuevamente. 5.Tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar el volumen a servir y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C verificando aleatoriamente y registrando en el formato correspondiente.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00		13,00	13,00		13,00	13,00		15,00	15,00		15,00	15,00		
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**QUESO CUAJADA**	Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	30,00	30,00	**30 g**	40,00	40,00	**40 g**	55,00	55,00	**55 g**	65,00	65,00	**65 g**	80,00	80,00	**80 g**	QUESO CUAJADA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 5. Lavar y cortar el queso en porciones del gramaje indicado para cada nivel escolar previo lavado y desinfección del empaque verificando previamente que su empaque primario no se encuentre roto o perforado. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Llevar a refrigeración separado por gramaje de las porciones debidamente protegido. Tomar temperatura al inicio de la distribución verificando que esta se encuentre máximo en 6°C. Sacar a distribución por tandas pequeñas para evitar su exposición al ambiente por más de 20 minutos.
CEREAL ACOMPAÑANTE	**AREPA DE CHOCLO ASADA**	Arepa de choclo	40,00	40,00	**40 g**	40,00	40,00	**40 g**	40,00	40,00	**40 g**	80,00	80,00	**80 g**	80,00	80,00	**80 g**	AREPA DE CHOCLO ASADA 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 2. Verificar el estado de empaques de la arepa, su fecha de vencimiento, calidad organoléptica (apariencia, textura, color, olor y cantidad) y registrar esta última en el formato correspondiente. 3. Lavar las manos según protocolo establecido. 4. Sacar con mano limpia y/o pinza desinfectada, ubicar sobre un sartén, paila o plancha. 5. Untadura mínima de aceite, y mantener unos 5 minutos por cada lado hasta que estén doraditas y firmes. 6. Ubicar las arepas sobre bandeja limpia, seca y desinfectada en el área de distribución separadas por tamaños de porción según cada nivel escolar. 7. Distribuir calientes y de acuerdo al gramaje establecido por nivel escolar. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		5,00	5,00		5,00	5,00		
FRUTA	**MIX DE MANGO Y PAPAYA**	Papaya, madura, cruda	57,14	40,00	**80 g**	78,57	55,00	**110 g**	78,57	55,00	**110 g**	92,86	65,00	**130 g**	92,86	65,00	**130 g**	MIX DE MANGO Y PAPAYA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Lavar y desinfectar las frutas. Pelar, retirar semillas (en el caso de la papaya) y picar en cuadros la papaya y reservar en el refrigerador. 5. Picar posteriormente el mango idealmente a media hora de iniciar la distribución del complemento o dejar un día antes picado el mango, colocarlo en bolsas plásticas limpias y llevarlos al congelador, si la sede educativa tiene un gran volumen de usuarios se recomienda hacer el picado de las frutas por tandas para evitar el pardeamiento de esta fruta. 6. Mantener las frutas picadas entre recipientes plásticos en el refrigerador, no mezclarlas para garantizar la menor manipulación posible de las frutas. Realizar prueba de calidad organoléptica y registrar en formato correspondiente. 7. Al momento de servir verificar que la temperatura se encuentre entre 2°C y 6°C, registrar en formato correspondiente. 8. Estandarizar el tamaño de la porción a servir según grupo escolar teniendo en cuenta que las frutas van en participación igualitaria y equitativa e iniciar su distribución en plato, vaso o pocillo secos evitando su mezcla con preparaciones de línea caliente en la medida de lo posible. 9. Sacar la fruta picada por tandas o baches para garantizar que su temperatura se mantenga en el rango 2°C y 6°C verificándola aleatoriamente durante la distribución y registrando ello en el formato correspondiente.
		Mango Tommy Atkins, crudo	52,63	40,00		72,37	55,00		72,37	55,00		85,53	65,00		85,53	65,00		

MENÚ No. 10																			
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**SORBETE DE GUANÁBANA**	Guanábana, cruda	85,71	60,00		85,71	60,00		85,71	60,00		85,71	60,00		85,71	60,00		SORBETE DE GUANÁBANA El día de la distribución: 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques en caso de utilizar pulpa para este jugo, donde se evidenciará fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad de estos etc. 2. Medir la mitad o tres cuartas partes de la cantidad total de agua (200 cc por ración es el total del volumen) y por tandas licuar la fruta previamente lista, la leche en polvo y el azúcar hasta obtener una consistencia uniforme. 3. Realizar prueba de calidad organoléptica y registrar en formato correspondiente. 4. Refrigerar la bebida en jarras o recipientes plásticos hasta lograr una temperatura de 2°C a 6°C y al momento de la distribución sacar la bebida concentrada y adicionar el agua faltante en forma de hielo, para ello sacar las bolsas de hielo previamente armadas y desinfectarlas por aspersión antes de abrirlas, registrar esta desinfección en el formato correspondiente . 5. En caso de no contar con el espacio necesario en el refrigerador adicionar el restante de agua en forma de hielo de acuerdo a lo indicado previamente. 6. Garantizar que la preparación tenga una temperatura de 2°C a 6°C para iniciar su distribución, registrar en el formato establecido. 7. Estandarizar el tamaño de su porción según nivel escolar e iniciar su distribución, servir por baches o tandas para garantizar que no permanezca por más de 20 minutos a temperatura ambiente. Tomar y registrar aleatoriamente la temperatura durante distribución para garantizar que esta mantenga en el rango establecido, tomar las medidas correctivas inmediatas en caso de que su temperatura sea superior a 6°C.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200cc**	15,00	15,00	**220 cc**	15,00	15,00	**220 cc**	
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**POLLO EN TROZOS CON SALSA TROPICAL**	Pollo Pechuga Carne Sin piel Crudo	46,15	30,00		61,54	40,00		76,92	50,00		92,31	60,00		92,31	60,00		POLLO EN TROZOS CON SALSA TROPICAL Día anterior a la preparación * Pasar la pechuga de pollo entera o en filete a refrigeración desde la mañana y verificar el estado de los empaques, apariencia, olor, color, fecha de vencimiento y cantidad. El día de la preparación 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 4. Sacar la pechuga de pollo del refrigerador verificando nuevamente su cantidad, textura y apariencia. 5. Picar la pechuga en trozos medianos cuidando que esta no se mantenga expuesta al ambiente por más de 20 minutos, para esto hacerlo por tandas. NOTA: En caso de tener pechuga de pollo entera, antes de picar la carne se debe retirar la piel y el hueso. 5. Seleccionar, lavar, pelar, quitar impurezas y picar en cuadritos el mango y la piña, adicionarlos en un sartén junto con el azúcar durante 3 minutos a fuego medio o hasta que se caramelice un poco la mezcla. 6.Picar en cuadros de tamaño mediano la pechuga de pollo y adicionarles la sal, proceder a asar la pechuga en el sartén con aceite previamente caliente a fuego moderado, agregar paulatinamente la mezcla de mango y piña y dejar cocinara fuego bajo. 7. Una vez esté cocido el pollo, tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 8. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar en formato correspondiente. 9. Mantener el pollo a fuego bajo durante el proceso de distribución para garantizar que su temperatura no baje de los 60°C, estandarizar el tamaño de la porción de acuerdo con los grupos escolares y durante distribución estar monitoreando la temperatura en tomas aleatorias y registrándolas en el formato correspondiente
		Mango Tommy Atkins, crudo	13,16	10,00		19,74	15,00		19,74	15,00		26,32	20,00		26,32	20,00		
		Piña, cruda	18,18	10,00	**19 g de pollo + 16 g de fruta (salsa tropical)**	27,27	15,00	**25 g de pollo + 24 g de fruta (salsa tropical)**	27,27	15,00	**32 g de pollo + 24 g de fruta (salsa tropical)**	36,36	20,00	**38 g de pollo + 32 g de fruta (salsa tropical)**	36,36	20,00	**38 g de pollo + 32 g de fruta (salsa tropical)**	
		Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00		3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		
		Sal	0,10	0,10		0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,40	0,40		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		5,00	5,00		
CEREAL ACOMPAÑANTE	**ARROZ CON FIDEOS**	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00		20,00	20,00		40,00	40,00		50,00	50,00		60,00	60,00		ARROZ CON FIDEOS 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar la cebolla. Seguidamente sofreír la cebolla en el aceite en la olla de preparación del arroz directamente. Adicionar los fideos y ponerlos a sofreír junto con la cebolla. 3. Adicionar el agua, previamente medida (dos medidas de agua por una de arroz), a los fideos y dejar hasta ebullición. 4. Agregar la sal y el arroz, revolver. 5. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo 6. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 7. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 8. Estandarizar la porción a servir según grupo escolar y distribuir garantizando que su temperatura no sea inferior a 60°C .
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		2,11	2,00		4,21	4,00		5,26	5,00		5,26	5,00		
		Pasta alimenticia, sin enriquecer, cruda	5,00	5,00	**60 g**	5,00	5,00	**60 g**	8,00	8,00	**114 g**	10,00	10,00	**143 g**	10,00	10,00	**166 g**	
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,40	0,40		0,50	0,50		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		
	MONEDITAS DE PLÁTANO	Plátano hartón, verde, crudo	22,06	15,00		29,41	20,00		44,12	30,00		58,82	40,00		58,82	40,00		MONEDITAS DE PLÁTANO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar, pesar, lavar y pelar los plátanos verdes. 4. Trocear en monedas y llevar a freír en sartén con aceite previamente caliente hasta obtener color dorado y consistencia blanda algo crocante. 5. Tomar temperatura de final cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar en el formato correspondiente. 7. Estandarizar el tamaño de las porciones según nivel escolar con ayuda de la gramera y servir con cuchara determinada durante el proceso de estandarización o con mano limpia de acuerdo a protocolo. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Sal	0,20	0,20	**10 g**	0,30	0,30	**13 g**	0,40	0,40	**20 g**	0,40	0,40	**25 g**	0,40	0,40	**26 g**	
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		6,00	6,00		

MENÚ No. 11																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	AGUA DE PANELA CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	200 cc	13,00	13,00	200 cc	13,00	13,00	200 cc	15,00	15,00	220 cc	15,00	15,00	220 cc	AGUA DE PANELA CON LECHE 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 2. Medir el agua (200cc por ración), separar en dos ollas por mitad. 3. En una de las partes agregar la leche en polvo, mezclar hasta garantizar adecuada solubilidad (verificar las instrucciones de preparación impresas en el rotulado del empaque para ratificar si la leche tiene mejor dilución o solubilidad en agua caliente o fría) y poner a fuego medio hasta lograr ebullición. 4. Llevar la otra mitad del agua hasta ebullición y agregar la panela hasta que se disuelva completamente y la mezcla hierva nuevamente. 5. Finalmente mezclar el agua de panela en agua con la leche reconstituida, revolver constantemente para hacer la mezcla uniforme. Tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar el volumen a servir y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C realizando tomas de temperatura aleatorias y registrándose en el formato correspondiente.
		Panela	10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		
ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE	Huevo de gallina, entero, crudo	33,33	30,00	35 g	44,44	40,00	46 g	55,56	50,00	58 g	72,22	65,00	77 g	88,89	80,00	94 g	HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidades, etc. 4. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. Abrir los huevos uno por uno en un recipiente hondo, agregar la sal y batir. 6. Retirar hojas del tomate (si las tiene). Lavar, desinfectar, quitar impurezas y picar el tomate. 7. En sartén caliente y con aceite agregar los tomates picados, dejar cocer y agregar los huevos batidos, conservar en fuego moderado y revolver constantemente hasta que estén listos los huevos. 8. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 9. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 10. Estandarizar la porción a servir según nivel escolar y garantizar que la preparación no permanezca expuesta al ambiente por más de 20 minutos y que su temperatura de distribución sea de mínimo 60°C verificándola aleatoriamente y registrándola en el formato correspondiente. Nota: Para grandes volúmenes de producción se recomienda hacer esta preparación por tandas o baches para evitar cambios en su color y mejorar rendimiento. La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante, el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Tomate, crudo	6,25	5,00		7,50	6,00		10,00	8,00		15,00	12,00		17,50	14,00		
		Sal	0,30	0,30		0,30	0,30		0,50	0,50		0,50	0,50		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		4,00	4,00		5,00	5,00		6,00	6,00		
	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	46 g	30,00	30,00	69 g	40,00	40,00	92 g	50,00	50,00	115 g	60,00	60,00	138 g	ARROZ BLANCO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar la cebolla finamente, llevarla a sofreír en aceite previamente caliente. 3. Medir el agua (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la cebolla sofrita, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 4. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar porción a servir con ayuda de una gramera y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		4,00	4,00		

CEREAL ACOMPAÑANTE	**CHIPS DE PAPA COMÚN**	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	20,00	20,00	**8 g**	20,00	20,00	**8 g**	45,00	45,00	**18 g**	70,00	70,00	**28 g**	70,00	70,00	**28 g**	CHIPS DE PAPA COMÚN 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar la cantidad y el estado de las papas (textura, apariencia, color, olor) 4. Seleccionar, pesar y lavar muy bien las papas comunes y hacer remoción de brotes. 5. Realizar un corte en láminas muy delgadas y uniformes utilizando un cuchillo afilado, para garantizar homogeneidad en la fritura. 6. Colocar las láminas en agua fría para remover exceso de almidón, lo cual evita que se adhieran entre sí y mejora la textura final. Escurrir y secar cuidadosamente con paño absorbente o papel de cocina para retirar humedad superficial. 7. En un sartén con aceite previamente caliente introducir las láminas de papa en pequeñas porciones, evitando sobrecargar el reciente. Freír hasta obtener un color dorado uniforme y una textura crocante. Con ayuda de un tenedor, trinche o escurridera sacar las papas fritas y colocarlas sobre papel absorbente para eliminar el exceso de grasa. Una vez dorada tomar temperatura final y registrarla en el formato correspondiente. 8. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 9. Estandarizar el tamaño de la porción o número de tajadas a servir para cada nivel escolar. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Sal	0,30	0,30		0,30	0,30		0,40	0,40		0,40	0,40		0,40	0,40		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		6,00	6,00		6,00	6,00		
FRUTA	**PIÑA PICADA**	Piña, cruda	181,82	100,00	**100 g**	181,82	100,00	**100 g**	181,82	100,00	**100 g**	245,45	135,00	**135 g**	245,45	135,00	**135 g**	PIÑA PICADA EN TROZOS 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Lavar y desinfectar la piña, luego, proceder a pelarla y picarla. 5. Llevar a refrigeración entre recipientes plásticos y verificar que al momento de servir su temperatura se encuentre entre 2°C y 6°C, posteriormente registrar en formato correspondiente. 6. Estandarizar la porción a servir según grupo escolar e iniciar su distribución en plato, vaso o pocillo seco evitando su mezcla con preparaciones de línea caliente. Sacar por tandas o baches para garantizar que su temperatura se mantenga en el rango entre 2°C y 6°C y verificar dicha temperatura aleatoriamente, registrarla en formato correspondiente.

MENÚ No. 12																			
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	AGUA DE PANELA CON LIMÓN	Panela	13,00	13,00	200 cc	15,00	15,00	200 cc	15,00	15,00	200 cc	15,00	15,00	220 cc	15,00	15,00	220 cc	AGUA DE PANELA CON LIMÓN 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 2. Medir el agua (200cc por ración). 3. Llevar el agua hasta ebullición y agregar la panela hasta que se disuelva completamente, esperar hasta que se repose el agua de panela. 4. De igual forma partir el limón en dos y exprimir para obtener su jugo. Reservar el zumo de limón en un recipiente plástico. 5. Finalmente mezclar el agua de panela en agua con el zumo del limón, revolver constantemente para hacer la mezcla uniforme. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar el volumen a servir y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C realizando tomas de temperatura aleatorias y registrándolas en el formato correspondiente.
		Limón, crudo	20,00	10,00		20,00	10,00		20,00	10,00		20,00	10,00		20,00	10,00		
ALIMENTO PROTEICO	CHULETA DE CERDO	Cerdo lomo o cañón, grasa aproximada 12%, crudo	30,00	30,00	27 g	40,00	40,00	36 g	50,00	50,00	46 g	60,00	60,00	54 g	70,00	70,00	64 g	CHULETA DE CERDO Día anterior a la preparación * Verificar la cantidad, apariencia y fecha de vencimiento en cada paquete de carne de cerdo y pasarlos a refrigeración (24 horas antes a su preparación) para garantizar que la carne se encuentre descongelada al momento de la preparación. El día de la preparación: 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Cortar la carne de cerdo en cuadros medianos cuidando que la carne no mantenga expuesto al ambiente por más de 20 minutos, para esto sacar a picar por tandas. 5. Seleccionar, pesar, pelar y triturar los dientes de ajo, adicionar esta pasta sobre la carne de cerdo picada y terminar el marinado con sal. 6. Aparte contar, lavar y desinfectar los huevos de acuerdo con el protocolo establecido por el operador y registrar en formato correspondiente. 7. Abrir y batir los huevos junto con la sal hasta garantizar uniformidad 8. Verificar la cantidad de la harina de trigo y verter en un recipiente ancho y no tan alto. 9. Poner a calentar suficiente aceite en una sartén. Pasar tandas de carne de cerdo por el huevo batido y sacar con ayuda de una cuchara o escurridera, de inmediato pasarlos a otro recipiente (puede ser plástico) para espolvorearles harina de trigo suficiente, mezclando para que esta se pegue a los trozos. Llevar los trozos de carne de cerdo apanados a fritura. Verificar su cocción mediante revisión de textura y color (dorado). 10. Tomar temperatura de final cocción y registrar en el formato establecido para ello. 11. Realizar prueba organoléptica de acuerdo con protocolo establecido por el operador. 9. Distribuir garantizando que su temperatura no sea inferior a 60°C, para ello hacer verificaciones aleatorias durante distribución y registrar en el formato correspondiente. 12. Estandarizar el tamaño de las porciones según grupo escolar y distribuir con la cuchara determinada garantizando que los trozos no se distribuyan en temperatura inferior a 60°C. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante, el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		5,00	5,00		7,00	7,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Ajo, crudo	0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		
		Huevo de gallina, entero, crudo	1,11	1,00		2,22	2,00		3,33	3,00		3,33	3,00		4,44	4,00		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		6,00	6,00		7,00	7,00		
CEREAL Y/O ACOMPAÑANTE	ARROZ VERDE (PEREJIL)	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	46 g	30,00	30,00	69 g	40,00	40,00	92 g	50,00	50,00	115 g	60,00	60,00	138 g	ARROZ VERDE (PEREJIL) 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura y cantidades. 2. Seleccionar, pesar, lavar, retirar primera capa y picar finamente la cebolla. Ponerla a sofreír en aceite previamente caliente. 3. Lavar y desinfectar el perejil. Registrar la desinfección en formato correspondiente y licuar el perejil en agua. 4. Medir el agua del licuado del perejil (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la olla donde está la cebolla sofreída, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 5. Bajar el fuego a nivel medio- bajo y tapar hasta que el arroz absorba la totalidad del agua y por ende quede suelto. 6. Finalmente mezclar con trinche o cuchara larga para separar los granos y tomar la temperatura final de cocción, registrar en el formato correspondiente. 7. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador. 8. estandarizar la porción a servir por nivel de escolaridad.
		Perejil, crudo	0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		6,32	6,00		6,32	6,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		3,00	3,00		5,00	5,00		6,00	6,00		
	TAJADA DE PLÁTANO MADURO ASADO CON QUESO DOBLE CREMA	plátano hartón, maduro, crudo	27,78	20,00	14 g plátano maduro + 15 g queso	27,78	20,00	14 g plátano maduro + 15 g queso	41,67	30,00	20 g plátano maduro + 15 g queso	55,56	40,00	25 g plátano maduro + 20 g queso	69,44	50,00	32 g plátano maduro + 20 g queso	TAJADA DE PLÁTANO MADURO CON QUESO 1. Limpiar, desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 2. Seleccionar, pesar, lavar y pelar el plátano maduro. 3. Tajar en láminas transversales de tamaño mediano y llevar a freír en aceite previamente caliente. 4. En un sartén con aceite previamente caliente insertar las tajadas de plátano y vigilar hasta que obtengan un color dorado. Retirar las tajadas de plátano del fuego con ayuda de un tenedor, trinche y escurrir el aceite. Una vez dorada. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Lavar y cortar el queso en porciones delgadas del gramaje indicado para cada nivel escolar previo lavado y desinfección del empaque verificando previamente que su empaque primario no se encuentre roto o perforado. 7. Agregar el queso encima del plátano de acuerdo a la porción previamente estandarizada, con el objetivo de que el queso se derrita. 8. Realizar prueba organoléptica de las tajadas de plátano maduro con queso doble crema. 9. Estandarizar el número de tajadas con queso cuajada a servir en cada porción según el gramaje establecido por grado de escolaridad.
		Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	15,00	15,00		15,00	15,00		15,00	15,00		20,00	20,00		20,00	20,00		
		Aceite de soya	3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		6,00	6,00		

MENÚ No. 13																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**SORBETE DE BANANO**	Banano común, crudo	85,71	60,00		85,71	60,00		85,71	60,00		85,71	60,00		85,71	60,00		SORBETE DE BANANO El día de la distribución 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad de estos etc. 2. Seleccionar, pesar, lavar y desinfectar la fruta. Registrar la desinfección en formato correspondiente y picar la fruta. 3. Medir la mitad o tres cuartas partes de la cantidad total de agua (200 cc por ración es el total del volumen) y por tandas licuar la fruta previamente lista, la leche en polvo y el azúcar hasta obtener una consistencia uniforme. 4. Refrigerar la bebida en jarras o recipientes plásticos hasta lograr una temperatura de 2°C a 6°C y al momento de la distribución sacar la bebida concentrada y adicionar el agua faltante en forma de hielo, para ello sacar las bolsas de hielo previamente armadas y desinfectarlas por aspersión antes de abrirlas, registrar esta desinfección en el formato correspondiente. 5. En caso de no contar con el espacio necesario en el refrigerador adicionar el restante de agua en forma de hielo de acuerdo a lo indicado previamente. 6. Garantizar que la preparación tenga una temperatura de 2°C a 6°C para iniciar su distribución, registrar en el formato establecido. 7. Estandarizar el tamaño de su porción según nivel escolar e iniciar su distribución, servir por baches o tandas para garantizar que no permanezca por más de 20 minutos a temperatura ambiente. NOTA: En caso de que la sede educativa cuente con pilas de hielo, estas se deben adicionar a la bebida en bolsa previamente lavada y desinfectada.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	**200 cc**	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200cc**	15,00	15,00	**220 cc**	15,00	15,00	**220 cc**	
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**QUESO CUAJADA**	Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	30,00	30,00	**30 g**	40,00	40,00	**40 g**	50,00	50,00	**50 g**	65,00	65,00	**65 g**	85,00	85,00	**85 g**	QUESO CUAJADA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 5. Lavar y cortar el queso en porciones del gramaje indicado para cada nivel escolar previo lavado y desinfección del empaque verificando previamente que su empaque primario no se encuentre roto o perforado. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Llevar a refrigeración separado por gramaje de las porciones debidamente protegido. Tomar temperatura al inicio de la distribución verificando que esta se encuentre máximo en 6°C. Sacar a distribución por tandas pequeñas para evitar su exposición al ambiente por más de 20 minutos.
CEREAL ACOMPAÑANTE	**AREPA ASADA**	Arepa de maíz precocido, con sal	40,00	40,00	**40 g**	40,00	40,00	**40 g**	40,00	40,00	**60 g**	60,00	60,00	**60 g**	60,00	60,00	**60 g**	AREPA ASADA 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2.Verificar el estado de empaques de la arepa, su fecha de vencimiento, calidad organoléptica (apariencia, textura, color, olor y cantidad) y registrar esta última en el formato correspondiente. 3. Lavar las manos según protocolo establecido. 4. Sacar con mano limpia y/o pinza desinfectada, ubicar sobre un sartén, paila o plancha. 5. Untadura mínima de aceite, y mantener unos 5 minutos por cada lado hasta que estén doraditas y firmes. 6. Ubicar las arepas sobre bandeja limpia, seca y desinfectada en el área de distribución separadas por tamaños de porción según cada nivel escolar. 7. Distribuir calientes y de acuerdo al gramaje establecido por nivel escolar.
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
FRUTA	**MANGO PICADO**	Mango Tommy Atkins, crudo	105,26	80,00	**80 g**	144,74	110,00	**110 g**	144,74	110,00	**110 g**	171,05	130,00	**130 g**	177,63	135,00	**135 g**	MANGO PICADO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Contar, clasificar según tamaño, lavar y desinfectar el mango. 5. Pelar y picar el mango. 5. Llevar a refrigeración entre recipientes plásticos y verificar que al momento de servir su temperatura se encuentre entre 2°C y 6°C. Registrar en formato correspondiente. 6. Estandarizar la porción a servir según grupo escolar e iniciar su distribución en plato, vaso o pocillo secos evitando su mezcla con preparaciones de línea caliente. Sacar por tandas o baches para garantizar que su temperatura se mantenga en el rango entre 2°C y 6°C. Verificar aleatoriamente su temperatura durante distribución y registrar en el formato correspondiente.

MENÚ No. 14																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**SORBETE DE MANGO**	Mango Tommy Atkins, crudo	78,95	60,00	**200cc**	78,95	60,00	**200cc**	78,95	60,00	**200cc**	78,95	60,00	**220 cc**	78,95	60,00	**220 cc**	SORBETE DE MANGO El día de la distribución: 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad de estos etc. 2. Seleccionar, pesar, lavar y desinfectar la fruta. Registrar la desinfección en formato correspondiente y picar la fruta. 3. Medir la mitad o tres cuartas partes de la cantidad total de agua (200 cc por ración es el total del volumen) y por tandas licuar la fruta previamente lista, la leche en polvo y el azúcar hasta obtener una consistencia uniforme. 4. Colar y realizar prueba de calidad organoléptica y registrar en formato correspondiente. 5. Refrigerar la bebida en jarras o recipientes plásticos hasta lograr una temperatura de 2°C a 6°C y al momento de la distribución sacar la bebida concentrada y adicionar el agua faltante en forma de hielo, para ello sacar las bolsas de hielo previamente armadas y desinfectarlas por aspersión antes de abrirlas, registrar esta desinfección en el formato correspondiente . 6. En caso de no contar con el espacio necesario en el refrigerador adicionar el restante de agua en forma de hielo de acuerdo a lo indicado previamente. 7. Garantizar que la preparación tenga una temperatura de 2°C a 6°C para iniciar su distribución, registrar en el formato establecido. 8. Estandarizar el tamaño de su porción según nivel escolar e iniciar su distribución, servir por baches o tandas para garantizar que no permanezca por más de 20 minutos a temperatura ambiente. Tomar y registrar aleatoriamente la temperatura durante distribución para garantizar que esta mantenga en el rango establecido, tomar las medidas correctivas inmediatas en caso de que su temperatura sea superior a 6°C. NOTA: En caso de que la sede educativa cuente con pilas de hielo, estas se deben adicionar a la bebida en bolsa previamente lavada y desinfectada.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00		13,00	13,00		13,00	13,00		15,00	15,00		15,00	15,00		
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**POLLO EN TROZOS CON SALSA TROPICAL**	Pollo Pechuga Carne Sin piel Crudo	46,15	30,00	**19 g de pollo + 16 g de fruta (salsa tropical)**	61,54	40,00	**25 g de pollo + 24 g de fruta (salsa tropical)**	76,92	50,00	**32 g de pollo + 24 g de fruta (salsa tropical)**	92,31	60,00	**38 g de pollo + 32 g de fruta (salsa tropical)**	92,31	60,00	**38 g de pollo + 32 g de fruta (salsa tropical)**	POLLO EN TROZOS CON SALSA TROPICAL Día anterior a la preparación * Pasar la pechuga de pollo entera o en filete a refrigeración desde la mañana y verificar el estado de los empaques, apariencia, olor, color, fecha de vencimiento y cantidad. El día de la preparación 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 4. Sacar la pechuga de pollo del refrigerador verificando nuevamente su cantidad, textura y apariencia. 5. Picar la pechuga en trozos medianos cuidando que esta no se mantenga expuesta al ambiente por más de 20 minutos, para esto hacerlo por tandas. NOTA: En caso de tener pechuga de pollo entera, antes de picar la carne se debe retirar la piel y el hueso. 5. Seleccionar, lavar, pelar, quitar impurezas y picar en cuadritos el mango y la piña, adicionarlos en un sartén junto con el azúcar durante 3 minutos a fuego medio o hasta que se caramelice un poco la mezcla. 6.Picar en cuadros de tamaño mediano la pechuga de pollo y adicionarles la sal, proceder a asar la pechuga en el sartén con aceite previamente caliente a fuego moderado, agregar paulatinamente la mezcla de mango y piña y dejar cocinara fuego bajo. 7. Una vez esté cocido el pollo, tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 8. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar en formato correspondiente. 9. Mantener el pollo a fuego bajo durante el proceso de distribución para garantizar que su temperatura no baje de los 60°C, estandarizar el tamaño de la porción de acuerdo con los grupos escolares y durante distribución estar monitoreando la temperatura en tomas aleatorias y registrándolas en el formato correspondiente
		Mango Tommy Atkins, crudo	13,16	10,00		19,74	15,00		19,74	15,00		26,32	20,00		26,32	20,00		
		Piña, cruda	18,18	10,00		27,27	15,00		27,27	15,00		36,36	20,00		36,36	20,00		
		Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00		3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		
		Sal	0,10	0,10		0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,40	0,40		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		6,00	6,00		
CEREAL ACOMPAÑANTE	**PURÉ DE PAPA COMÚN**	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	44,44	40,00	**46 g**	55,56	50,00	**56 g**	66,67	60,00	**65 g**	77,78	70,00	**75 g**	88,89	80,00	**85 g**	PURÉ DE PAPA COMÚN 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar la cantidad y el estado de la papa (textura, apariencia, color, olor). 4. Seleccionar, pesar, lavar, hacer remoción de brotes y picar de forma uniforme a la mitad. 5. Llevarlas a cocción entre agua en ebullición en cantidad suficiente que la cubra y adicionar sal en la cantidad indicada. 6. Una vez terminado el proceso de cocción escurrir el agua y macerar la papa con ayuda de un molinillo. Poco a poco adicionarle la leche previamente reconstituida (ver instrucciones de preparación en el empaque de la leche en polvo) y la margarina. Mezclar todo hasta hacer una masa homogénea. 7.Tomar la temperatura final de preparación y registrar en el formato correspondiente. 8. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 9. Estandarizar la porción a servir según nivel de escolaridad y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 65°C.
		Leche de vaca, entera, en polvo	3,00	3,00		3,00	3,00		3,00	3,00		3,00	3,00		3,00	3,00		
		Margarina, con sal	3,00	3,00		3,00	3,00		3,00	3,00		3,00	3,00		3,00	3,00		
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,30	0,30		0,50	0,50		0,60	0,60		
	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	**46 g**	30,00	30,00	**69 g**	50,00	40,00	**92 g**	50,00	50,00	**115 g**	60,00	60,00	**138 g**	ARROZ BLANCO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar la cebolla finamente, llevarla a sofreír en aceite previamente caliente. 3. Medir el agua (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la cebolla sofrita, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 4. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar porción a servir con ayuda de una gramera y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		5,00	5,00		

MENÚ No. 15																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**CHOCOLATE CON LECHE**	Chocolate amargo o negro	10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		CHOCOLATE CON LECHE 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 2. Medir el agua (200cc por ración), separar en dos ollas por mitad y llevar a ebullición la mitad del agua con el chocolate y el azúcar. 3. En otro recipiente con la otra mitad de agua disolver la leche en polvo hasta tener una mezcla homogénea. De igual forma verificar las instrucciones de preparación impresas en el rotulado del empaque para ratificar si la leche tiene mejor dilución o solubilidad en agua caliente o fría. 4.Agregar la preparación de la leche líquida al chocolate hasta que se disuelva completamente y dejar que hierva nuevamente. 5.Tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar el volumen a servir y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C verificando aleatoriamente y registrando en el formato correspondiente.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	**200 cc**	13,00	13,00	**200 cc**	13,00	13,00	**200 cc**	15,00	15,00	**220cc**	15,00	15,00	**220cc**	
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**HUEVOS PERICOS**	Huevo de gallina, entero, crudo	33,33	30,00		44,44	40,00		55,56	50,00		72,22	65,00		90,00	81,00		HUEVOS PERICOS 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidades, etc. 4. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. Abrir los huevos uno por uno en un recipiente hondo, agregar la sal y batir. 6. Retirar hojas o partes secas de la cebolla, retirar hojas del tomate (si las tiene). Lavar, desinfectar, quitar impurezas y picar la cebolla y el tomate. 7. En sartén caliente y con aceite agregar la cebolla y tomate picados, dejar cocer y agregar los huevos batidos, conservar en fuego moderado y revolver constantemente hasta que estén listos los huevos. 8. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 9. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 10. Estandarizar la porción a servir según nivel escolar y garantizar que la preparación no permanezca expuesta al ambiente por más de 20 minutos y que su temperatura de distribución sea de mínimo 60°C verificándola aleatoriamente y registrándola en el formato correspondiente. Nota: Para grandes volúmenes de producción se recomienda hacer esta preparación por tandas o baches para evitar cambios en su color y mejorar rendimiento. La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante, el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Cebolla cabezona, cruda	5,26	5,00		7,37	7,00		9,47	9,00		10,53	10,00		12,63	12,00		
		Tomate, crudo	12,50	10,00	**42 g**	17,50	14,00	**57 g**	22,50	18,00	**72 g**	25,00	20,00	**89 g**	30,00	24,00	**110 g**	
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00		30,00	30,00		40,00	40,00		50,00	50,00		60,00	60,00		ARROZ BLANCO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar la cebolla finamente, llevarla a sofreír en aceite previamente caliente. 3. Medir el agua (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la cebolla sofrita, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 4. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar porción a servir con ayuda de una gramera y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		
		Sal	0,20	0,20	**46 g**	0,30	0,30	**69 g**	0,40	0,40	**92 g**	0,50	0,50	**115 g**	0,50	0,50	**138 g**	
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		4,00	4,00		

CEREAL ACOMPAÑANTE	**TORTAS DE PAPA, BRÓCOLI Y QUESO**	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	11,11	10,00	**29 g**	27,78	25,00	**60 g**	27,78	25,00	**62 g**	33,33	30,00	**81 g**	48,89	44,00	**107 g**	TORTAS DE PAPA Y BRÓCOLI 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 4. Seleccionar, pesar, lavar y pelar la papa criolla, junto con el brócoli. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar en cuadritos finamente el ajo, la cebolla y el perejil, dejar refrigerado. 6. En una olla con abundante agua en ebullición, añadir el brócoli y las papas. Dejar hervir durante 10-15 minutos, o hasta que estén blandas pero firmes. Escurrir y dejar enfriar ligeramente. 7. En un recipiente añadir la papa, el brócoli y a macerar o trocear hasta tener una consistencia semiblanda, Agregar la harina de trigo, la sal, el comino, el ajo, la cebolla, el perejil que ya previamente estaban picados y el queso rallado en el contenido de los huevos, bata con una cuchara o cucharón la mezcla anterior añadiendo agua hasta obtener una masa de consistencia ligera. 8. Calentar el aceite a temperatura media- alta en un sartén. Tomar porciones de la mezcla con una cuchara y freírlas en el aceite caliente hasta que estén doradas y crujientes. 9. Retirar las porciones fritas y colocarlas sobre papel absorbente para eliminar el exceso de aceite. 10. Estandarizar el tamaño de las porciones según nivel escolar con ayuda de la gramera y servir con cuchara determinada durante el proceso de estandarización o con mano limpia de acuerdo a protocolo. QUESO RALLADO 1. Lavar y desinfectar el empaque del queso verificando que este no se encuentre roto o perforado, registrar en formato correspondiente. 2. Cortar el queso en trozos grandes para facilitar el proceso de rallado. Rallar con rallador limpio y desinfectado y disponer entre recipiente limpio y desafectado, llevar a refrigeración hasta el momento de ser mezclado con los ingredientes indicados anteriormente. 3. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. Al inicio del servicio tomar la temperatura y verificar que esta se encuentre no mayor a 6°.
		Brócoli, crudo	17,50	7,00		30,00	12,00		30,00	12,00		37,50	15,00		50,00	20,00		
		Huevo de gallina, entero, crudo	2,22	2,00		3,89	3,50		5,56	5,00		8,89	8,00		8,89	8,00		
		Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	1,00	1,00		2,00	2,00		3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		
		Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	5,00	5,00		10,00	10,00		10,00	10,00		15,00	15,00		20,00	20,00		
		Perejil, crudo	0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		0,56	0,50		0,89	0,80		
		Cebolla cabezona, cruda	1,05	1,00		2,11	2,00		2,11	2,00		2,11	2,00		3,16	3,00		
		Ajo, crudo	0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		
		Comino, semilla	0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,40	0,40		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		4,00	4,00		4,00	4,00		6,00	6,00		6,00	6,00		
FRUTA	**PAPAYA PICADA**	Papaya, madura, cruda	114,29	80,00	**80 g**	157,14	110,00	**110 g**	157,14	110,00	**110 g**	185,71	130,00	**130 g**	192,86	135,00	**135 g**	PAPAYA PICADA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Pelar, retirar semillas y picar la papaya. 5. Llevar a refrigeración entre recipientes plásticos y verificar que al momento de servir su temperatura se encuentre entre 2°C y 6°C. Registrar en formato correspondiente. 6. Estandarizar la porción a servir según grupo escolar e iniciar su distribución en plato, vaso o pocillo secos evitando su mezcla con preparaciones de línea caliente. Sacar por tandas o baches para garantizar que su temperatura se mantenga en el rango entre 2°C y 6°C. Verificar aleatoriamente su temperatura durante distribución y registrar en el formato correspondiente.

MENÚ No. 16																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**CHOCOLATE CON LECHE**	Chocolate amargo o negro	10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		CHOCOLATE CON LECHE 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 2. Medir el agua (200cc por ración), separar en dos ollas por mitad y llevar a ebullición la mitad del agua con el chocolate y el azúcar. 3. En otro recipiente con la otra mitad de agua disolver la leche en polvo hasta tener una mezcla homogénea. De igual forma verificar las instrucciones de preparación impresas en el rotulado del empaque para ratificar si la leche tiene mejor dilución o solubilidad en agua caliente o fría. 4.Agregar la preparación de la leche líquida al chocolate hasta que se disuelva completamente y dejar que hierva nuevamente. 5.Tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar el volumen a servir y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C verificando aleatoriamente y registrando en el formato correspondiente.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200cc**	15,00	15,00	**220 cc**	15,00	15,00	**220 cc**	
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**HUEVOS PERICOS**	Huevo de gallina, entero, crudo	33,33	30,00		44,44	40,00		55,56	50,00		72,22	65,00		90,00	81,00		**HUEVOS PERICOS** * Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lávar las manos según protocolo establecido.Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidades, etc. * Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. * Batir los huevos y agregar la sal. * Retirar hojas o partes secas de la cebolla, retirar hojas del tomate si las tiene. Lavar, desinfectar y cortar la cebolla y el tomate. * En sarten caliente y con aceite agregar la cebolla y tomate picados, dejar cocer y agregar los huevos batidos, conservar en fuego moderado y revolver constantemente. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. * Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. * Estandarizar la porción a servir según nivel escolar y garantizar que la preparación no permanezca expuesta al ambiente por más de 20 minutos y que su temperatura de distribución sea de mínimo 60°C verificándola aleatoriamente y registrándola en el formato correspondiente. **Nota**: Para grandes volúmenes de producción se recomienda hacer esta preparación por tandas o baches para evitar cambios en su color y mejorar rendimiento. La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Cebolla cabezona, cruda	5,26	5,00		7,37	7,00		9,47	9,00		10,53	10,00		12,63	12,00		
		Tomate, crudo	12,50	10,00	**42 g**	17,50	14,00	**57 g**	22,50	18,00	**72 g**	25,00	20,00	**89 g**	30,00	24,00	**107 g**	
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
CEREAL Y/O ACOMPAÑANTE	**AREPA ASADA**	Arepa de maíz precocido, con sal	40,00	40,00		40,00	40,00		40,00	40,00		60,00	60,00		60,00	60,00		AREPA ASADA 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2.Verificar el estado de empaques de la arepa, su fecha de vencimiento, calidad organoléptica (apariencia, textura, color, olor y cantidad) y registrar esta última en el formato correspondiente. 3. Lavar las manos según protocolo establecido. 4. Sacar con mano limpia y/o pinza desinfectada, ubicar sobre un sartén, paila o plancha. 5. Untadura mínima de aceite, y mantener unos 5 minutos por cada lado hasta que estén doraditas y firmes. 6. Ubicar las arepas sobre bandeja limpia, seca y desinfectada en el área de distribución separadas por tamaños de porción según cada nivel escolar. 7. Distribuir calientes y de acuerdo al gramaje establecido por nivel escolar.
		Aceite de soya	1,00	1,00	**40 g**	1,00	1,00	**40 g**	2,00	2,00	**40 g**	3,00	3,00	**60 g**	3,00	3,00	**60 g**	
	ARROZ CON PIMENTÓN	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00		30,00	30,00		40,00	40,00		50,00	50,00		60,00	60,00		ARROZ CON PIMENTÓN 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar finamente la cebolla. De igual forma seleccionar, pesar, lavar, retirar las semillas al pimentón y rallarlo o picarlo en cuadros pequeños. Poner a freír la cebolla y el pimentón en aceite previamente caliente. 3. Adicionar al guiso el agua en volumen doble a la cantidad de arroz a preparar y mantener a fuego alto hasta que llegue a punto de ebullición. 4. Verificar el estado de empaques, apariencia, fecha de vencimiento y cantidad del arroz y adicionarlo al agua en ebullición junto con la sal, mezclar todo y mantener en fuego alto hasta que el arroz se hidrate y haya absorbido el agua. 5. Bajar el fuego a nivel medio-bajo y tapar hasta que el arroz absorba la totalidad del agua y por ende quede suelto. 6. Finalmente mezclar con trinche o cuchara larga para separar los granos y tomar la temperatura final de cocción, registrar en el formato correspondiente. 7. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y estandarizar la porción a servir por nivel de escolaridad.
		Pimentón rojo, crudo	7,06	6,00	**46 g**	8,24	7,00	**69 g**	9,41	8,00	**92 g**	11,76	10,00	**115 g**	11,76	10,00	**138 g**	
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
FRUTA	**PERA**	Pera, cruda	94,12	80,00	**94 g**	129,41	110,00	**129 g**	129,41	110,00	**129 g**	152,94	130,00	**152 g**	158,82	135,00	**159 g**	PERA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Contar, clasificar según tamaño, lavar y desinfectar la pera justo antes de su distribución de acuerdo a protocolo establecido por el operador, hacerlo en tandas de ser necesario según el volumen de usuarios y tiempos de ingreso de los beneficiarios al comedor escolar. Registrar en formato correspondiente el proceso de desinfección. 5.Distribuir según tamaño y nivel escolar con mano limpia, en caso de evidenciar que con una unidad no se cumple el gramaje de la porción, entregar en cascos y completar su gramaje, tomando medidas para evitar su pardeamiento durante la distribución.

MENÚ No. 17																			
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**SORBETE DE GUANÁBANA**	Guanábana, cruda	85,71	60,00	**200cc**	85,71	60,00	**200cc**	85,71	60,00	**200cc**	85,71	60,00	**220 cc**	85,71	60,00	**250 cc**	SORBETE DE GUANÁBANA El día de la distribución: 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques en caso de utilizar pulpa para este jugo, donde se evidenciará fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad de estos etc. 2. Medir la mitad o tres cuartas partes de la cantidad total de agua (200 cc por ración es el total del volumen) y por tandas licuar la fruta previamente lista, la leche en polvo y el azúcar hasta obtener una consistencia uniforme. 3. Realizar prueba de calidad organoléptica y registrar en formato correspondiente. 4. Refrigerar la bebida en jarras o recipientes plásticos hasta lograr una temperatura de 2°C a 6°C y al momento de la distribución sacar la bebida concentrada y adicionar el agua faltante en forma de hielo, para ello sacar las bolsas de hielo previamente armadas y desinfectarlas por aspersión antes de abrirlas, registrar esta desinfección en el formato correspondiente . 5. En caso de no contar con el espacio necesario en el refrigerador adicionar el restante de agua en forma de hielo de acuerdo a lo indicado previamente. 6. Garantizar que la preparación tenga una temperatura de 2°C a 6°C para iniciar su distribución, registrar en el formato establecido. 7. Estandarizar el tamaño de su porción según nivel escolar e iniciar su distribución, servir por baches o tandas para garantizar que no permanezca por más de 20 minutos a temperatura ambiente. Tomar y registrar aleatoriamente la temperatura durante distribución para garantizar que esta mantenga en el rango establecido, tomar las medidas correctivas inmediatas en caso de que su temperatura sea superior a 6°C.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00		13,00	13,00		13,00	13,00		15,00	15,00		15,00	15,00		
ALIMENTO PROTEICO	**HAMBURGUESA DE POLLO APANADO CON QUESO, LECHUGA Y TOMATE**	Pollo Pechuga Carne Sin piel Crudo	46,15	30,00	**Pan 60 g + pollo apanado 25 g + 20 g de queso + 30 g verduras**	61,54	40,00	**Pan 60 g + pollo apanado 33 g + 20 g de queso + 40 g verduras**	76,92	50,00	**Pan 60 g + pollo apanado 45 g + 20 g de queso + 40 g verduras**	92,31	60,00	**Pan 60 g + pollo apanado 55 g + 20 g de queso + 50 g verduras**	107,69	70,00	**Pan 60 g + pollo apanado 67 g + 20 g de queso + 50 g verduras**	HAMBURGUESA DE POLLO APANADO CON QUESO, LECHUGA Y TOMATE Día anterior a la preparación * Si el pollo se encuentra en congelación pasar a refrigeración (0-4°C) desde el día anterior en la mañana y verificar el estado de los empaques, apariencia, olor, color, fecha de vencimiento y cantidad del pollo. El día de la preparación: 1. Desinfectar ambiente, superficies, equipos y utensilios según protocolos y registrar en formatos correspondientes dados por el operador. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Sacar la pechuga de pollo del refrigerador verificando nuevamente su cantidad, textura y apariencia. NOTA: En caso de tener pechuga de pollo entera, antes se debe retirar la piel y el hueso. 5. Seleccionar, pesar, pelar y triturar los dientes de ajo, adicionar esta pasta sobre la carne de pollo y terminar el marinado con sal. 6. Aparte contar, lavar y desinfectar los huevos de acuerdo con el protocolo establecido por el operador y registrar en formato correspondiente. 7. Abrir los huevos en un recipiente aparte y batir junto con la sal hasta garantizar uniformidad. 8. Verificar la cantidad de la harina de trigo y verter en un recipiente ancho y no tan alto. 9. Poner a calentar suficiente aceite en una sartén. Pasar filetes de pechuga de pollo por el huevo batido y sacar con ayuda de una cuchara o escurridera, de inmediato pasarlos a otro recipiente (puede ser plástico) para espolvorearles harina de trigo suficiente, mezclando para que esta se pegue a los trozos. Llevar los trozos de carne de pollo apanados a fritura. Verificar su cocción mediante revisión de textura y color (dorado), tomar temperatura de final cocción y registrar en el formato establecido para ello. 10. Realizar prueba organoléptica de acuerdo con el protocolo establecido por el operador. 11. Distribuir garantizando que su temperatura no sea inferior a 60°C, para ello hacer verificaciones aleatorias durante distribución y registrar en el formato correspondiente. 12. Estandarizar el tamaño de las porciones según grupo escolar y distribuir con la cuchara determinada garantizando que los trozos no se distribuyan en temperatura inferior a 60°C. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante, el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura. LECHUGA Y TOMATE ENTRE LA HAMBURGUESA 1. Limpiar y desinfectar superficies, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Contar, clasificar según tamaño, lavar, quitar impurezas y desinfectar la lechuga y tomate justo antes de su distribución de acuerdo con protocolo establecido por el operador. Registrar en formato correspondiente el proceso de desinfección. 5. Distribuir según tamaño y nivel escolar con mano limpia. QUESO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. Registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Desinfección del empaque verificando previamente que su empaque primario no se encuentre roto o perforado. 5. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. PAN REGULAR HORNEADO 1. Verificar el estado de empaques del pan, su fecha de vencimiento, calidad organoléptica (apariencia, textura, color, olor y cantidad) y registrar esta última en el formato correspondiente. 2. Sacar con la mano limpia el pan, ubicarlo sobre una bandeja limpia, seca y desinfectada previamente, incluir el filete de carne de cerdo junto con el guiso. 3. Garantizar la distribución de la hamburguesa ensamblada con el pollo mínimo en 60°C y evitar que esta permanezca al ambiente por más de 20 minutos, para ello mantener el pollo en cadena de calor e ir ensamblando a medida de ingreso de los beneficiarios.
		Ajo, crudo	0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		
		Paprika	0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		
		Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	3,00	3,00		3,00	3,00		6,00	6,00		8,00	8,00		12,00	12,00		
		Huevo de gallina, entero, crudo	2,22	2,00		2,22	2,00		2,22	2,00		3,33	3,00		4,44	4,00		
		Sal	0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		0,70	0,70		
		Aceite de soya	3,00	3,00		3,00	3,00		5,00	5,00		6,00	6,00		7,00	7,00		
		Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	20,00	20,00		20,00	20,00		20,00	20,00		20,00	20,00		20,00	20,00		
		Tomate, crudo	25,00	20,00		25,00	20,00		25,00	20,00		37,50	30,00		37,50	30,00		
		Lechuga común, cruda	18,18	10,00		18,18	10,00		27,27	15,00		27,27	15,00		27,27	15,00		
		Pan de sal regular, horneado	60,00	60,00		60,00	60,00		60,00	60,00		60,00	60,00		60,00	60,00		

CEREAL ACOMPAÑANTE	**PAPA CRIOLLA DORADA CON ROMERO Y AJO**	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	20,00	20,00	**16 g**	30,00	30,00	**24 g**	50,00	50,00	**40 g**	100,00	100,00	**80 g**	135,00	135,00	**108 g**	PAPA CRIOLLA DORADA CON ROMERO Y AJO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 4. Seleccionar, pesar, lavar, hacer remoción de brotes y picar de forma uniforme a la mitad 5. Posteriormente, se cocinan en agua con una pequeña cantidad de sal hasta que alcancen una textura semiblanda. Una vez listas, se escurren y se dejan enfriar completamente antes de continuar con el siguiente paso. 6. Se separan las hojas de la rama del romero, luego se procede a picar las hojas finamente. 7. En un recipiente se mezclan las papas con aceite de soya, ajo finamente picado, romero picado y sal, asegurando una distribución uniforme de los condimentos. 8. En sartén limpio, seco y desinfectado, se agrega una pequeña cantidad de aceite, suficiente para cubrir parcialmente las papas. Cuando el aceite esté caliente, se incorporan las papas sin amontonarlas. 9. Se doran a fuego medio, girándolas ocasionalmente hasta obtener una superficie dorada y crocante. 10. Una vez alcanzado el dorado uniforme, se retiran del sartén. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 11. Estandarizar el tamaño de las porciones según nivel escolar con ayuda de la gramera y servir con cuchara determinada durante el proceso.
		Ajo, crudo	0,21	0,20		0,21	0,20		0,21	0,20		0,21	0,20		0,21	0,20		
		Romero, seco	0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		2,00	2,00		5,00	5,00		6,00	6,00		
		Sal	0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,50	0,50		0,50	0,50		

MENÚ No. 18																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**CHOCOLATE CON LECHE**	Chocolate amargo o negro	10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		CHOCOLATE CON LECHE 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 2. Medir el agua (200cc por ración), separar en dos ollas por mitad y llevar a ebullición la mitad del agua con el chocolate y el azúcar. 3. En otro recipiente con la otra mitad de agua disolver la leche en polvo hasta tener una mezcla homogénea. De igual forma verificar las instrucciones de preparación impresas en el rotulado del empaque para ratificar si la leche tiene mejor dilución o solubilidad en agua caliente o fría. 4.Agregar la preparación de la leche líquida al chocolate hasta que se disuelva completamente y dejar que hierva nuevamente. 5.Tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar el volumen a servir y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C verificando aleatoriamente y registrando en el formato correspondiente.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	**200 cc**	13,00	13,00	**200 cc**	13,00	13,00	**200 cc**	15,00	15,00	**220 cc**	15,00	15,00	**220 cc**	
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE**	Huevo de gallina, entero, crudo	33,33	30,00		44,44	40,00		55,56	50,00		72,22	65,00		88,89	80,00		HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidades, etc. 4. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. Abrir los huevos uno por uno en un recipiente hondo, agregar la sal y batir. 6. Retirar hojas del tomate (si las tiene). Lavar, desinfectar, quitar impurezas y picar el tomate. 7. En sartén caliente y con aceite agregar los tomates picados, dejar cocer y agregar los huevos batidos, conservar en fuego moderado y revolver constantemente hasta que estén listos los huevos. 8. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en formato correspondiente. 9. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 10. Estandarizar la porción a servir según nivel escolar y garantizar que la preparación no permanezca expuesta al ambiente por más de 20 minutos y que su temperatura de distribución sea de mínimo 60°C verificándola aleatoriamente y registrándola en el formato correspondiente. Nota: Para grandes volúmenes de producción se recomienda hacer esta preparación por tandas o baches para evitar cambios en su color y mejorar rendimiento. La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante, el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Tomate, crudo	12,50	10,00		17,50	14,00		22,50	18,00		25,00	20,00		30,00	24,00		
		Sal	0,20	0,20	**36 g**	0,30	0,30	**46 g**	0,30	0,30	**64 g**	0,60	0,60	**81 g**	0,70	0,70	**99 g**	
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		4,00	4,00		5,00	5,00		6,00	6,00		
CEREAL ACOMPAÑANTE	**MASITAS DE HARINA DE TRIGO**	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	20,00	20,00		30,00	30,00		40,00	40,00		50,00	50,00		65,00	65,00		MASITAS DE HARINA DE TRIGO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 4. Lavar y desinfectar los huevos según procedimiento establecido por el operador, registrar en formato correspondiente. 5. En un recipiente grande u olla agregue la harina de trigo, la sal y el contenido de los huevos, bata con una cuchara o cucharón la mezcla anterior añadiendo agua hasta obtener una masa de consistencia ligera. 6. Estandarizar el tamaño de la arepuela con ayuda de la gramera y el cucharón. (se va a verter la mezcla sobre el aceite pesando para determinar diferentes niveles de llenado hasta determinar el peso neto crudo y por nivel de escolaridad). 7. Calentar el aceite a fuego medio, una vez esté caliente verter la mezcla para una arepuela de acuerdo a la estandarización previa de porciones. 8. Freír la arepuela lado a lado hasta que obtenga un color dorado, realizar prueba organoléptica y registrar de acuerdo a protocolo correspondiente. (En caso de determinar que su sabor no cumple, tomar las medidas correctivas correspondientes para el resto de la mezcla). 9. Llevar a fritura el resto de la mezcla de acuerdo a la estandarización previa de porciones y tomar su temperatura final de cocción registrándola en formato correspondiente. 10. Retirar las arepuelas del fuego y dejar escurrir el exceso de aceite. (Se recomienda freír la masa por tandas de acuerdo a la velocidad de ingreso de usuarios al comedor y grado de escolaridad). 11. Refrigerar la masa que no se vaya a freír de inmediato. 12. Servir con mano limpia o pinza desinfectada de acuerdo al nivel de escolaridad. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura.
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,50	0,50		0,60	0,60		0,60	0,60		
		Huevo de gallina, entero, crudo	3,33	3,00	**43 g**	3,33	3,00	**63 g**	5,56	5,00	**83 g**	6,67	6,00	**104 g**	7,78	7,00	**119 g**	
		Aceite de soya	3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		6,00	6,00		6,00	6,00		
FRUTA	**PIÑA PICADA**	Piña, cruda	181,82	100,00	**100 g**	200,00	110,00	**110 g**	200,00	110,00	**110 g**	245,45	135,00	**135 g**	245,45	135,00	**135 g**	PIÑA PICADA EN TROZOS 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Lavar y desinfectar la piña, luego, proceder a pelarla y picarla. 5. Llevar a refrigeración entre recipientes plásticos y verificar que al momento de servir su temperatura se encuentre entre 2°C y 6°C, posteriormente registrar en formato correspondiente. 6. Estandarizar la porción a servir según grupo escolar e iniciar su distribución en plato, vaso o pocillo seco evitando su mezcla con preparaciones de línea caliente. Sacar por tandas o baches para garantizar que su temperatura se mantenga en el rango entre 2°C y 6°C y verificar dicha temperatura aleatoriamente, registrarla en formato correspondiente.

MENÚ No. 19																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	**SORBETE DE FRESA**	Fresa, madura, cruda	63,16	60,00		63,16	60,00		63,16	60,00		63,16	60,00		63,16	60,00		SORBETE DE FRESA El día anterior a la preparación: *El día anterior o al momento de la recepción seleccionar, pesar, despitonar, lavar y desinfectar la fresa. Registrar la desinfección en formato correspondiente. Ubicar la fruta en recipiente o bolsa limpia y desinfectada, rotularla y llevarla a refrigeración o congelación. El día de la distribución: 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad de estos etc. 2. Medir la mitad o tres cuartas partes de la cantidad total de agua (200 cc por ración es el total del volumen) y por tandas licuar la fresa previamente lista, la leche en polvo y el azúcar hasta obtener una consistencia uniforme. 3. Colar y realizar prueba de calidad organoléptica y registrar en formato correspondiente. 4. Refrigerar la bebida en jarras o recipientes plásticos hasta lograr una temperatura de 2°C a 6°C y al momento de la distribución sacar la bebida concentrada y adicionar el agua faltante en forma de hielo, para ello sacar las bolsas de hielo previamente armadas y desinfectarlas por aspersión antes de abrirlas, registrar esta desinfección en el formato correspondiente . 5. En caso de no contar con el espacio necesario en el refrigerador adicionar el restante de agua en forma de hielo de acuerdo a lo indicado previamente. 6. Garantizar que la preparación tenga una temperatura de 2°C a 6°C para iniciar su distribución, registrar en el formato establecido. 7. Estandarizar el tamaño de su porción según nivel escolar e iniciar su distribución, servir por baches o tandas para garantizar que no permanezca por más de 20 minutos a temperatura ambiente. Tomar y registrar aleatoriamente la temperatura durante distribución para garantizar que esta mantenga en el rango establecido, tomar las medidas correctivas inmediatas en caso de que su temperatura sea superior a 6°C. NOTA: En caso de que la sede educativa cuente con pilas de hielo, estas se deben adicionar a la bebida en bolsa previamente lavada y desinfectada.
		Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200cc**	13,00	13,00	**200cc**	15,00	15,00	**220 cc**	15,00	15,00	**220 cc**	
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	**TROZOS DE CARNE DE CERDO SALTEADOS**	Cerdo lomo o cañón, grasa aproximada 12%, crudo	30,00	30,00		40,00	40,00		50,00	50,00		60,00	60,00		70,00	70,00		TROZOS DE CARNE DE CERDO SALTEADOS El día anterior a la distribución * Si la carne de cerdo se encuentra en congelación pasar a refrigeración (0-4°C) desde el día anterior en la mañana. El día de la preparación 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Cortar la carne de cerdo en tiras de grosor mediano cuidando que la carne no mantenga expuesto al ambiente por más de 20 minutos, para esto sacar a picar por tandas. 5. Poner a calentar el aceite en una sartén y adicionar los trozos de carne de cerdo junto con la sal. Verificar su cocción mediante revisión de textura y color, tomar temperatura de final cocción y registrar en el formato establecido para ello. 6. Realizar prueba organoléptica de acuerdo a protocolo establecido por el operador. 5. Distribuir garantizando que su temperatura no sea inferior a 60°C, para ello hacer verificaciones aleatorias durante distribución y registrar en el formato correspondiente. 7. Estandarizar el tamaño de las porciones y el utensilio a usar según grupo o nivel escolar garantizando que los trozos no se distribuyan en temperatura inferior a 60°C.
		Ajo, crudo	0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		0,53	0,50		
		Paprika	0,20	0,20	**23 g**	0,20	0,20	**30 g**	0,20	0,20	**38 g**	0,20	0,20	**46 g**	0,20	0,20	**53 g**	
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Aceite de soya	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		

CEREAL ACOMPAÑANTE	**PAPA ABORRAJADA CON PICO DE GALLO**	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	20,00	20,00	**Papa aborrajada 25 g y 17 g de Pico de Gallo**	20,00	20,00	**Papa aborrajada 27 g y 24 g de Pico de Gallo**	30,00	30,00	**Papa aborrajada 45 g y 31 g de Pico de Gallo**	45,00	45,00	**Papa aborrajada 85 g y 35 g de Pico de Gallo**	50,00	50,00	**Papa aborrajada 95 g y 42 g de Pico de Gallo**	PAPA ABORRAJADA CON PICO DE GALLO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 4. Seleccionar, pesar y lavar muy bien las papas comunes y hacer remoción de brotes. Posteriormente, cortar las papas en rodajas de grosor mediano. 5. Aparte contar, lavar y desinfectar los huevos de acuerdo al protocolo establecido por el operador y registrar en formato correspondiente. 6. Abrir y batir los huevos junto con la sal hasta garantizar uniformidad. 7. Verificar la cantidad de harina de trigo y verter en un recipiente ancho y no tan alto. 8. Poner a calentar suficiente aceite en una sartén. Pasar tandas de rodajas de papa por el huevo batido y sacar con ayuda de una cuchara o escurridera, de inmediato pasarlos al recipiente con harina (puede ser plástico) para espolvorearles harina de trigo suficiente, mezclando para que esta se pegue a las rodajas. 9. Llevar las rodajas de papa apanados a fritura. Verificar su cocción mediante revisión de textura y color (dorado), tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato establecido para ello. 10. Realizar prueba organoléptica de acuerdo a protocolo establecido por el operador. 11. Distribuir garantizando que su temperatura no sea inferior a 60°C, para ello hacer verificaciones aleatorias durante distribución y registrar en el formato correspondiente. 12. Estandarizar el tamaño de las porciones según grupo escolar y distribuir con la cuchara determinada garantizando que los trozos no se distribuyan en temperatura inferior a 60°C. NOTA: La cantidad de aceite aquí registrada corresponde a la que absorben los alimentos o queda adherida en guisos, no obstante el operador debe garantizar el aceite suficiente como medio de cocción en los casos de fritura. PICO DE GALLO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 3. Seleccionar, pesar, lavar, retirar pedúnculos y desinfectar el tomate. De igual forma seleccionar, pesar, Retirar hojas o partes secas de la cebolla; asimismo, lavar, desinfectar y retirar tallos del cilantro. Finalmente seleccionar, pesar, lavar y desinfectar el limón según protocolo establecido. Registrar todos los procesos de desinfección en el formato correspondiente. 4. Picar el tomate, cebolla y cilantro en cuadritos. De igual forma partir el limón en dos y exprimir para obtener su jugo. Reservar el zumo de limón en un recipiente plástico 5. Mezclar el tomate, cebolla y cilantro, llevarlas a refrigerar entre recipiente plástico limpio. 6. Al inicio del servicio verificar que la temperatura del pico de gallo se encuentre máximo en 6°C, realizar la prueba organoléptica y registrar en el formato correspondiente. 7. Estandarizar el tamaño de las porciones según niveles de escolaridad y distribuir garantizando una temperatura máxima de 6°C y una exposición al ambiente por máximo 20 minutos, para ello sacar el pico de gallo a la línea de distribución por tandas o baches que no permanezcan más de 20 minutos.
		Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	2,00	2,00		2,00	2,00		3,00	3,00		3,00	3,00		4,00	4,00		
		Huevo de gallina, entero, crudo	1,11	1,00		1,11	1,00		2,22	2,00		3,33	3,00		4,44	4,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,60	0,60		
		Cebolla cabezona, cruda	5,26	5,00		7,37	7,00		9,47	9,00		10,53	10,00		12,63	12,00		
		Tomate, crudo	12,50	10,00		17,50	14,00		22,50	18,00		25,00	20,00		30,00	24,00		
		Cilantro, crudo	2,22	2,00		3,33	3,00		4,44	4,00		5,56	5,00		6,67	6,00		
		Limón, crudo	1,00	0,50		1,00	0,50		1,00	0,50		1,00	0,50		1,00	0,50		
		Aceite de soya	5,00	5,00		5,00	5,00		5,00	5,00		5,00	5,00		6,00	6,00		
	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	**46 g**	30,00	30,00	**69 g**	40,00	40,00	**92 g**	50,00	50,00	**115 g**	60,00	60,00	**138 g**	ARROZ BLANCO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar la cebolla finamente, llevarla a sofreír en aceite previamente caliente. 3. Medir el agua (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la cebolla sofrita, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 4. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar porción a servir con ayuda de una gramera y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		4,00	4,00		
FRUTA	**MANDARINA**	Mandarina, cruda	114,29	80,00	**114 g**	157,14	110,00	**157 g**	157,14	110,00	**157 g**	157,14	110,00	**157 g**	157,14	110,00	**157 g**	MANDARINA 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Seleccionar según evaluación de calidad organoléptica perceptible (textura, apariencia, color, olor) y registrar dicha inspección en el formato correspondiente. 4. Contar, clasificar según tamaño, lavar y desinfectar la mandarina justo antes de su distribución de acuerdo a protocolo establecido por el operador, hacerlo en tandas de ser necesario según el volumen de usuarios y tiempos de ingreso de los beneficiarios al comedor escolar. Registrar en formato correspondiente el proceso de desinfección. 5. Distribuir según tamaño y nivel escolar con mano limpia.

MENÚ No. 20																		
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PREESCOLAR			PRIMARIA 1			PRIMARIA 2			SECUNDARIA			CICLO MEDIO Y COMPLEMENTARIO			PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
			PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	
BEBIDA (LÁCTEOS)	JUGO DE LULO EN AGUA	Lulo, crudo	100,00	60,00	200cc	100,00	60,00	200cc	100,00	60,00	200 cc	100,00	60,00	200 cc	100,00	60,00	220 cc	JUGO DE LULO EN AGUA 1.Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y el ambiente según el protocolo establecido por el operador, lavar las manos correctamente y registrar esta actividad en el formato correspondiente. Verificar el estado de los ingredientes, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, empaque y cantidad, registrando cualquier novedad. 2. Seleccionar, pesar, lavar y desinfectar el lulo de acuerdo con el protocolo establecido. Registrar la desinfección en el formato correspondiente. Pelar el lulo, asegurándose de retirar completamente la cáscara. 3. Medir el total de agua potable requerida (140cc por ración). Licuar el lulo pelado con el azúcar y solo la mitad del agua. 4. Colar la mezcla para eliminar restos sólidos o semillas, en un recipiente limpio, realizar prueba de calidad organoléptica y registrarlo en el formato correspondiente. y agregar el resto del agua potable a la bebida colada. 5. Refrigerar en recipientes plásticos hasta alcanzar una temperatura entre 2°C y 6°C. 6. Verificar y registrar que la bebida esté entre 2°C y 6°C antes de iniciar el servido. 7.Estandarizar el volumen de la porción según el nivel escolar y servir por tandas para garantizar que el jugo no permanezca más de 20 minutos a temperatura ambiente. 8. Tomar y registrar aleatoriamente la temperatura del jugo durante la distribución. Si esta supera los 6°C, aplicar medidas correctivas inmediatas. NOTA: Si no hay suficiente espacio en el refrigerador, añadir el agua restante en forma de hielo usando bolsas previamente congeladas, lavadas y desinfectadas. Registrar esta desinfección.
		Azúcar blanco, granulado	7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		7,00	7,00		
ALIMENTO PROTEICO	FRIJOLES GUISADOS CON ZAPALLO	Frijol nima, crudo	15,00	15,00	47 g	25,00	25,00	74 g	30,00	30,00	85 g	35,00	35,00	100 g	50,00	50,00	115 g	FRIJOLES GUISADOS CON ZAPALLO El Día Anterior a la Preparación: * Verificar la cantidad, fecha de vencimiento, color y estado de los empaques del fríjol. Abrir los empaques y verter en una bandeja plástica la cantidad requerida para revisar y retirar impurezas. Poner a remojar entre abundante agua. El Día de la Preparación: 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, revisar empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad, etc. 2. Retirar del agua de remojo a los fríjoles, lavarlos bien y adicionarles agua fresca en cantidad suficiente que las cubra y llevarlas a cocción a fuego medio con sal. 3. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar en cuadros el zapallo y la zanahoria y llevarlo a cocción junto con los fríjoles. 4. Seleccionar, pesar, lavar, pelar, quitar impurezas y picar en cuadros pequeños la cebolla y el ajo. Seleccionar, pesar, lavar, retirar el pedúnculo o punto de tallo y picar en cuadros el tomate, posteriormente sofreír en un sartén previamente caliente con aceite y sal y adicionar comino 5. Una vez estén blandos los fríjoles incorporar el guiso previamente elaborado, mezclar y reservar a fuego bajo en la olla tapada por unos 5 minutos para que se incorporen los sabores. 6. Tomar temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 7. Realizar prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador. 8. Estandarizar el tamaño de la porción a servir según nivel de escolaridad.
		Zapallo, crudo	6,15	4,00		7,69	5,00		7,69	5,00		9,23	6,00		10,77	7,00		
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,71	4,00		5,88	5,00		5,88	5,00		7,06	6,00		8,24	7,00		
		Cebolla junca, tallos, cruda	5,00	2,00		7,50	3,00		7,50	3,00		10,00	4,00		12,50	5,00		
		Tomate, crudo	2,50	2,00		3,75	3,00		3,75	3,00		5,00	4,00		6,25	5,00		
		Comino, semilla	0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		0,20	0,20		
		Ajo, crudo	0,21	0,20		0,21	0,20		0,21	0,20		0,53	0,50		0,53	0,50		
		Sal	0,50	0,50		0,50	0,50		0,50	0,50		0,60	0,60		0,70	0,70		
		Aceite de Soya	3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		4,00	4,00		5,00	5,00		
CEREAL ACOMPAÑANTE	TAJADA DE PLÁTANO MADURO ASADO CON QUESO DOBLE CREMA	plátano hartón, maduro, crudo	41,67	30,00	Plátano maduro 20 g y queso 20 g	41,67	30,00	Plátano maduro 21 g y queso 20 g	55,56	40,00	Plátano maduro 28 g y queso 20 g	69,44	50,00	Plátano maduro 35 g y queso 20 g	83,33	60,00	Plátano maduro 42 g y queso 20 g	TAJADA DE PLÁTANO MADURO CON QUESO 1. Limpiar, desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. 2. Lavar las manos según protocolo establecido. 3. Verificar el estado de todos los ingredientes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad etc. 2. Seleccionar, pesar, lavar y pelar el plátano maduro. 3. Tajar en láminas transversales de tamaño mediano y llevar a freír en aceite previamente caliente. 4. En un sartén con aceite previamente caliente insertar las tajadas de plátano y vigilar hasta que obtengan un color dorado. Retirar las tajadas de plátano del fuego con ayuda de un tenedor, trinche y escurrir el aceite. Una vez dorada. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Lavar y cortar el queso en porciones delgadas del gramaje indicado para cada nivel escolar previo lavado y desinfección del empaque verificando previamente que su empaque primario no se encuentre roto o perforado. 7. Agregar el queso encima del plátano de acuerdo a la porción previamente estandarizada, con el objetivo de que el queso se derrita. 8. Realizar prueba organoléptica de las tajadas de plátano maduro con queso doble crema. 9. Estandarizar el número de tajadas con queso cuajada a servir en cada porción según el gramaje establecido por grado de escolaridad.
		Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	20,00	20,00		20,00	20,00		20,00	20,00		20,00	20,00		20,00	20,00		
		Aceite de soya	3,00	3,00		4,00	4,00		5,00	5,00		6,00	6,00		6,00	6,00		
	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	46 g	30,00	30,00	69 g	40,00	40,00	92 g	50,00	50,00	115 g	60,00	60,00	138 g	ARROZ BLANCO 1. Limpiar y desinfectar superficies, equipos, utensilios y ambiente según protocolo establecido por el operador, registrar en el formato correspondiente. Lavar las manos según protocolo establecido. Verificar el estado de todos los ingredientes restantes a utilizar, empaques, fecha de vencimiento, apariencia, olor, textura, cantidad. 2. Seleccionar, pesar, lavar, pelar y picar la cebolla finamente, llevarla a sofreír en aceite previamente caliente. 3. Medir el agua (doble cantidad a la del arroz a preparar) y adicionarla a la cebolla sofrita, una vez esta se encuentre en ebullición agregar el arroz y la sal. 4. Cocinar a fuego medio hasta que se evapore el agua, luego tapar y terminar la cocción con tapa a fuego bajo. 5. Tomar la temperatura final de cocción y registrar en el formato correspondiente. 6. Hacer prueba organoléptica según protocolo establecido por el operador y registrar. 7. Estandarizar porción a servir con ayuda de una gramera y garantizar que su temperatura de distribución no sea menor a 60°C.
		Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00		3,16	3,00		4,21	4,00		5,26	5,00		6,32	6,00		
		Sal	0,20	0,20		0,30	0,30		0,40	0,40		0,50	0,50		0,50	0,50		
		Aceite de soya	2,00	2,00		3,00	3,00		4,00	4,00		4,00	4,00		4,00	4,00		

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		GABRIELA GIRALDO MARTÍNEZ - ANA CAROLINA AGUADO OVIEDO	
FIRMA	Gabriela	MATRÍCULA PROFESIONAL	1005964870 - 1151961148