

OBLIGACIONES DE NUTRICIÓN Y SALUBRIDAD  
1.3. REGISTRO FOTOGRAFICO MINUTA.  
COMUNIDAD DE CUIDADO: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBETAD CONVENIO O CONTRATO:  
8146 2024

FECHA: 30/09/2024

Registro fotográfico 1ra quincena comedor



## Registro fotográfico 1ra servicio de alimentos





| BERBA CALIENTE       |                                                                                                                              |                      |                      |                    |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|--------------------|-----------------|---------------------|----------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Tipo de Alimento     | Grupo Alimento                                                                                                               | Frecuencia           | Cantidad             |                    | Porción servida | Medida casera       |                      |                                     |                                     |
|                      |                                                                                                                              |                      | P. BRUTO             | P. NETO            |                 |                     |                      |                                     |                                     |
| BERBA CALIENTE       | Té (Café descafeinado)                                                                                                       | 4 veces / semana     | 5 g                  | 5 g                | 210 cc          | 7 onzas             |                      |                                     |                                     |
|                      | Aromatizado de hierbas naturales                                                                                             |                      | 1 g                  | 1 g                |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta aromática (fresa, fresa, mora, mora, uva, limón, mandarina)                                                            | 3 veces / semana     | 20 - 47.5 g          | 38 g               |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Panela                                                                                                                       | Diario               | 14 g                 | 14 g               |                 |                     |                      |                                     |                                     |
| DESAYUNO             |                                                                                                                              |                      |                      |                    |                 |                     |                      |                                     |                                     |
| BERBA LACTEA         | Lácteos                                                                                                                      | Diario               | 210 cc               | 210 cc             | 210 cc          | 7 onzas             |                      |                                     |                                     |
|                      | Leche para Cereales, Chocolate en leche, Agua de panela con leche, Café con leche, Té en leche, Leche caliente y Té en leche |                      | 130 cc               | 130 cc             |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Leche para Chéngui                                                                                                           |                      | 1 g                  | 1 g                |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Cereal y miel (leche)                                                                                                        |                      | 1 g                  | 1 g                |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Té                                                                                                                           |                      | 46 - 56 g            | 42 g               |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Café descafeinado                                                                                                            |                      | 40 g                 | 40 g               |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta (colada licuada de leche)                                                                                              |                      | 40 g                 | 40 g               |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Queso campesino o doble crema                                                                                                |                      | Queso (huevo) 15 g   | Queso (huevo) 15 g |                 |                     | Queso (porción) 40 g | Queso (huevo) 15 g                  |                                     |
|                      | Huevo                                                                                                                        |                      | 2 a 3 veces / semana | 60 g               |                 |                     | 54 g                 | Huevos revueltos o en tortilla 39 g | Huevos revueltos o en tortilla 39 g |
|                      | Proteína                                                                                                                     |                      |                      |                    |                 |                     |                      | Huevos revueltos 51 g               | Huevos revueltos 51 g               |
| CALDO                | Carne de res, pechuga de pollo o pescado                                                                                     | 3 veces / semana     | 60 - 80 g            | 50 g               | 240 cc          | 8 onzas             |                      |                                     |                                     |
|                      | Urbano                                                                                                                       |                      | 50 g                 | 50 g               |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Pan integral, pan de maíz, pan blanco, integral, pan rojo                                                                    | Diario               | 60 g                 | 50 g               | 60 g            | 2 unidades pequeñas |                      |                                     |                                     |
|                      | Pan integral, pan rojo                                                                                                       |                      | 48 g                 | 40 g               | 48 g            | 2 unidades          |                      |                                     |                                     |
| CEREAL ACOMPAÑANTE   | Pan integral, pan rojo                                                                                                       | Diario               | 48 g                 | 40 g               | 48 g            | 2 unidades          |                      |                                     |                                     |
|                      | Pan integral, pan rojo                                                                                                       |                      | 48 g                 | 40 g               | 48 g            | 2 unidades          |                      |                                     |                                     |
|                      | Pan integral, pan rojo                                                                                                       |                      | 48 g                 | 40 g               | 48 g            | 2 unidades          |                      |                                     |                                     |
|                      | Pan integral, pan rojo                                                                                                       |                      | 48 g                 | 40 g               | 48 g            | 2 unidades          |                      |                                     |                                     |
| FRUTA                | Arroz                                                                                                                        | 1 vez al día         | 45 g                 | 40 g               | 100 g           | 1 unidad pequeña    |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta entera, mandarina y papaya                                                                                             | Diario               | Mandarina 142 g      | 100 g              | 100 g           | 1 unidad pequeña    |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta (porción o compota): papaya, mandarina, banana, papaya, mora, fresa, mango y uva                                       |                      | Granelito 133 g      | 40 g               | 40 g            |                     |                      |                                     |                                     |
|                      |                                                                                                                              |                      | 100 - 200 g          | 100 g              | 100 g           | 7 cucharadas        |                      |                                     |                                     |
| AZUCARES             | Chocolate                                                                                                                    | 1 vez / semana       | 5 g                  | 5 g                |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Panela (leche desnatada)                                                                                                     | 5 veces / semana     | 5 g                  | 5 g                |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Aleite                                                                                                                       | 2 a 3 veces / semana | 2 g                  | 2 g                |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Margarina                                                                                                                    | 2 a 3 veces / semana | 2 g                  | 2 g                |                 |                     |                      |                                     |                                     |
| NUEVE                |                                                                                                                              |                      |                      |                    |                 |                     |                      |                                     |                                     |
| Tipo de Alimento     | Grupo Alimento                                                                                                               | Frecuencia           | Cantidad             |                    | Porción servida | Medida casera       |                      |                                     |                                     |
|                      |                                                                                                                              |                      | P. BRUTO             | P. NETO            |                 |                     |                      |                                     |                                     |
| BERBA LACTEA O LACTO | Lácteos                                                                                                                      | Diario               | 210 cc               | 210 cc             | 210 cc          | 7 onzas             |                      |                                     |                                     |
|                      | Leche para Café, leche caliente y chocolate                                                                                  |                      | 1 g                  | 1 g                |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Té                                                                                                                           |                      | 5 g                  | 5 g                |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Café descafeinado                                                                                                            |                      | 210 cc               | 210 cc             |                 |                     |                      |                                     |                                     |
| CEREAL ACOMPAÑANTE   | Fruta (porción o compota)                                                                                                    | Diario               | 40 - 100 g           | 33 g               | 240 cc          | 8 onzas             |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta (porción o compota)                                                                                                    |                      | 200 cc               | 200 cc             |                 |                     |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta (porción o compota)                                                                                                    |                      | 40 g                 | 40 g               | 40 g            | 1 trozo mediano     |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta (porción o compota)                                                                                                    |                      | 24 g                 | 24 g               | 24 g            | 1 trozo mediano     |                      |                                     |                                     |
| FRUTA                | Fruta entera, queso campesino, queso                                                                                         | Diario               | 18 g                 | 18 g               | 18 g            | 1 unidad            |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta entera, queso campesino, queso                                                                                         |                      | 40 g                 | 40 g               | 40 g            | 1 unidad pequeña    |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta entera, queso campesino, queso                                                                                         |                      | 30 g                 | 30 g               | 30 g            | 1 unidad pequeña    |                      |                                     |                                     |
|                      | Fruta entera, queso campesino, queso                                                                                         |                      | 30 g                 | 30 g               | 30 g            | 1 unidad            |                      |                                     |                                     |
| AZUCARES             | Chocolate                                                                                                                    | 1 vez / día          | 100 - 200 g          | 100 g              | 100 g           | 7 cucharadas        |                      |                                     |                                     |
|                      | Panela (leche desnatada)                                                                                                     | 5 veces / semana     | 100 - 200 g          | 100 g              | 100 g           | 7 cucharadas        |                      |                                     |                                     |
|                      | Panela (leche desnatada)                                                                                                     | 5 veces / semana     | 100 - 200 g          | 100 g              | 100 g           | 7 cucharadas        |                      |                                     |                                     |
|                      | Panela (leche desnatada)                                                                                                     | 5 veces / semana     | 100 - 200 g          | 100 g              | 100 g           | 7 cucharadas        |                      |                                     |                                     |

9/09/2024, 14:53:33  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30



| ALMUERZO                         |                                                                                                                                                                                          |                           |                                                                                               |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |  |  |
|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--|--|
| Tipo de Alimento                 | Grupo Alimento                                                                                                                                                                           | Frecuencia                | Cantidad                                                                                      |                                                                                           | Porción servida                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Medida casera                                           |  |  |
|                                  |                                                                                                                                                                                          |                           | P. BRUTO                                                                                      | P. NETO                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |  |  |
| SORPA O CAZUELA<br>(LEGUMINOSAS) | Carne de res, pechuga de pollo, pescado (mojarra, merluza o bagre), marisco de res, pajarilla de res o rigado de pollo.                                                                  | Diario                    | Carne de res, pechuga de pollo, pescado: 3 - 4 g<br>Marisco, pajarilla, rigado de pollo: 17 g | Carne de res, pechuga de pollo, pescado: 3 g<br>Marisco, pajarilla, rigado de pollo: 17 g | 240 cc                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 8 onzas                                                 |  |  |
|                                  | Verduras                                                                                                                                                                                 |                           | 23 - 74 g                                                                                     | Sopas: 30 g<br>Sopa de verduras: 40 g<br>Cacahuetes: 20 g                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |  |  |
|                                  | Tubérculo                                                                                                                                                                                |                           | 45 - 60 g                                                                                     | Sopas o cacahuetes: 40 g<br>- 10 g                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |  |  |
|                                  | Cereal                                                                                                                                                                                   |                           | 19 - 15 g                                                                                     | 10 - 15 g                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |  |  |
|                                  | Leguminosas: arveja, lenteja, garbanzo, fíjol.                                                                                                                                           |                           | 20 - 35 g                                                                                     | 20 - 35 g                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |  |  |
| ALIMENTO PROTEICO                | Carne de res o cerdo, magra.                                                                                                                                                             | 4 veces / semana          | 100 g                                                                                         | 100 g                                                                                     | Asado: 77 g<br>Cocido: 92 g<br>Subcharadas: 55 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 6 cucharadas                                            |  |  |
|                                  | Corte de res molida.                                                                                                                                                                     | 3 veces / mes             |                                                                                               |                                                                                           | 85 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 7 cucharadas                                            |  |  |
|                                  | Filete de pescado (mojarra, merluza o bagre)                                                                                                                                             | 1 vez / semana            | 200 g (congelado)                                                                             | 100 g (descongelado)                                                                      | 88 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 7 cucharadas                                            |  |  |
|                                  | Pechuga de pollo                                                                                                                                                                         | 3 veces / semana          | 125 g                                                                                         | 100 g                                                                                     | Asado: 75 g<br>Cocido: 71 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 5,5 cucharadas                                          |  |  |
|                                  | Panque - colombiana                                                                                                                                                                      | De acuerdo a programación | 140 g                                                                                         | 85 g                                                                                      | 85 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1 unidad mediana                                        |  |  |
| CEREAL                           | Avena                                                                                                                                                                                    | Diario                    | 45 g                                                                                          | 45 g                                                                                      | 101 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1 porción grande                                        |  |  |
|                                  | Arroz                                                                                                                                                                                    |                           | 45 g                                                                                          | 45 g                                                                                      | 101 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1 porción grande                                        |  |  |
|                                  | Papas                                                                                                                                                                                    |                           | 45 g                                                                                          | 45 g                                                                                      | 101 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1 porción grande                                        |  |  |
| ALMUERZO                         |                                                                                                                                                                                          |                           |                                                                                               |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |  |  |
| Tipo de Alimento                 | Grupo Alimento                                                                                                                                                                           | Frecuencia                | Cantidad                                                                                      |                                                                                           | Porción servida                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Medida casera                                           |  |  |
|                                  |                                                                                                                                                                                          |                           | P. BRUTO                                                                                      | P. NETO                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |  |  |
| RAICES, TUBERCULOS Y PLÁTANOS    | Yuca, papa criolla, papa común, ñame, arracacha.                                                                                                                                         | Diario                    | 75 - 100 g<br>Plátano 100 g                                                                   | 80 g<br>Cocido boyacense: 70 g                                                            | Tuberculo (Cocido boyacense): 70 g<br>Papa común<br>Frito: 30 g<br>Dorado: 25 g<br>Cocido: 55 g<br>Puré de papa: 55 g<br>Papa Crosta<br>Frito: 45 g<br>Dorado: 25 g<br>Cocido: 55 g<br>Puré de papa: 55 g<br>Plátano mediano<br>Frito o dorado: 40 g<br>Cocido: 60 g<br>Tufes: 60 g<br>Yuca o arracacha<br>Cocido: 80 g<br>Frito: 40 g<br>Puré de yuca: 80 g | Un trozo o unidad mediana                               |  |  |
|                                  | Zanahoria, acelga, shuyama, calabaza, arveja verde fresca, espinaca, habichuela, aguacate, pechuga, tomate, papa, remolacha, papas colombianas, papas comunes, cebolla cabazona, rubios. |                           | 45 - 120 g                                                                                    | 60 g                                                                                      | Verduras Cocidas: 80 g<br>Tortilla de papaja o espinaca: 53 g<br>Ensaladas crudas: 60 g<br>Tajada de aguacate con cascara: 50 g                                                                                                                                                                                                                              | 5 cucharadas                                            |  |  |
|                                  | Frijoles, frijol, guiso, lente, mero, manzanilla, maiz, papa, papaya, papa, papa, papa.                                                                                                  |                           | 60 - 100 g                                                                                    | 53 g                                                                                      | 210 CC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 7 onzas                                                 |  |  |
|                                  | AZÚCARES                                                                                                                                                                                 |                           | Azúcar o panela                                                                               | Diario                                                                                    | Jugos azules: 8 g<br>Jugos verdes: 8 g<br>Panela: 140 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Jugos azules: 8 g<br>Jugos verdes: 8 g<br>Panela: 140 g |  |  |
|                                  | GRASAS                                                                                                                                                                                   |                           | Aceite o margarina                                                                            | Diario                                                                                    | 4 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 4 g                                                     |  |  |

9/09/2024, 14:53:3

9/09/2024, 14:53:39  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30



| ONCES                                                            |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------|------------------------------------------------|
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| SERBIDA LACTEA O LACTEO                                          | Lacteos                                                                                                             | Diario                    |                                                 |                                    |                 |                                                |
|                                                                  | Leche para Café, chocolate, solado, jugo en leche, cereal, helados (bebidas al 50% de leche)                        |                           | 105 cc                                          | 125 cc                             |                 |                                                |
|                                                                  | Avena                                                                                                               |                           | 25 g                                            | 25 g                               | 210 cc          | 7 tazas                                        |
|                                                                  | Fecula de maíz o solado de harina de trigo                                                                          |                           | 21 g                                            | 21 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Café descafeinado                                                                                                   |                           | 6 g                                             | 6g                                 |                 |                                                |
|                                                                  | Leche para Flan, arroz con leche, etc.                                                                              |                           | 100 cc                                          | 100 cc                             | 100 g - 150 g   | 10 tazas                                       |
|                                                                  | Fruta (aportado a solado)                                                                                           |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
|                                                                  | Banano, guayaba, mango, mora, papaya, guineo, fresa, banana                                                         |                           | Colados 44 - 60 g<br>Solados 55 - 120 g         | Colados 42 g<br>Solados 52 g       | 210 cc          | 7 tazas                                        |
|                                                                  | Queso desleído crema, queso campesino,                                                                              |                           | 40 g<br>para postre con leche 15 g              | 40 g<br>para postre con leche 15 g | 40 g            | 1 taza (crema)<br>1 taza                       |
|                                                                  | ONCES                                                                                                               |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| CEREAL ACOMPAÑANTE                                               | Avena                                                                                                               | Diario                    | 30                                              | 30                                 | 30 g            | 1 unidad mediana                               |
|                                                                  | Galleta cracker saborizada, galletas de leche, galletas integrales                                                  |                           | 16 g                                            | 16 g                               | 16 g            | Cracker o galletita, 1 unidad (lucha o unidad) |
|                                                                  | Galleta de maiz                                                                                                     |                           | 45 g                                            | 45 g                               | 45 g            | 1 unidad                                       |
|                                                                  | Crisolant                                                                                                           |                           | 25 g                                            | 25 g                               | 25g             | 1 unidad (lucha)                               |
|                                                                  | Maltinada, pan de maíz, magrita integral, pan de queso, pan de leche, torta de maíz, pan de trigo, magrita integral |                           | 15 g                                            | 15 g                               | 15 g            | 2 tazas (mediana)                              |
|                                                                  | Pan integral integral                                                                                               |                           | 24 g                                            | 24 g                               | 24 g            | 1 unidad                                       |
|                                                                  | Fruta periconada a compote (banana, mango, papaya, fresa, melón, uva, piña, mandarina)                              |                           | 105 - 250 g                                     | 100 g                              | 100 g           | 7 cucharadas                                   |
|                                                                  | Fruta entera, mandarina                                                                                             |                           | 120 - 250 g                                     | 100 g                              | 100 g           | 1 unidad (pequeña)                             |
|                                                                  | Fruta picada con queso (campeño) papaya y mango                                                                     |                           | 100 g                                           | 60 g                               | 100 g           | 7 cucharadas                                   |
|                                                                  | FRUTA                                                                                                               |                           | Fruta picada con queso (campeño) papaya y mango | Diario                             | 100 g           | 60 g                                           |
| Compote de frutas con yogurt (banana, papaya, mandarina y mango) | 91 g                                                                                                                | 60 g                      | (Fruta 40 g + Yogurt 50 cc)                     |                                    | 7 cucharadas    |                                                |
| Compote                                                          | 91 g                                                                                                                | 60 g                      | (Fruta 40 g + Yogurt 50 cc)                     |                                    | 7 cucharadas    |                                                |
| AZUCARES                                                         |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| AZUCARES                                                         | Chocolate                                                                                                           | 1 vez / mes               | 5 g                                             | 5 g                                |                 |                                                |
|                                                                  | Pasta (bebida caliente)                                                                                             | 1 vez / semana            | 15 g                                            | 15 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| SOFA                                                             | Carné de res o pichón de pollo                                                                                      | Diario                    | 7 - 8 g                                         | 7 g                                |                 |                                                |
|                                                                  | Carne de res                                                                                                        |                           | 45 - 50 g                                       | 30 - 50 g                          | 340 cc          | 8 tazas                                        |
|                                                                  | Carne de res                                                                                                        |                           | 45 - 50 g                                       | 30 - 50 g                          |                 |                                                |
|                                                                  | Carne de res                                                                                                        |                           | 15 - 15 g                                       | 15 - 15 g                          |                 |                                                |
| ALIMENTO PROTEICO                                                | Carne de res, ternero o cerdo, pollo                                                                                | 3 a 4 veces / semana      | 80 g                                            | 80 g                               | Asado 60 g      | 3 cucharadas                                   |
|                                                                  | Carne de res                                                                                                        | 1 vez / mes               | 80 g                                            | 80 g                               | Asado 50 g      | 3 cucharadas                                   |
|                                                                  | Filete de pescado (salmón, merluza o langostino)                                                                    | 1 vez / semana            | 100 g (congelado)                               | 80 g (congelado)                   | Asado 70 g      | 3 cucharadas                                   |
|                                                                  | Pechuga de pollo                                                                                                    | 2 veces / semana          | 120 g                                           | 100 g                              | Asado 70 g      | 3 cucharadas                                   |
|                                                                  | Pechuga de pollo                                                                                                    |                           | 120 g                                           | 100 g                              | Asado 70 g      | 3 cucharadas                                   |
|                                                                  | Pechuga de pollo                                                                                                    |                           | 120 g                                           | 100 g                              | Asado 70 g      | 3 cucharadas                                   |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Arroz                                                                                                               | De acuerdo a programación | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa                                                                                                                |                           | 40 g                                            | 40 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
| CENA                                                             |                                                                                                                     |                           |                                                 |                                    |                 |                                                |
| Tipo de Alimento                                                 | Grupo Alimento                                                                                                      | Frecuencia                | Cantidad                                        |                                    | Porción servida | Medida casera                                  |
|                                                                  |                                                                                                                     |                           | P. BRUTO                                        | P. NETO                            |                 |                                                |
| GENERAL O TUBERCULO                                              | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    | De acuerdo a programación | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       | 50 g                               |                 |                                                |
|                                                                  | Papa, papa criolla, papa común, uguen, arracacha                                                                    |                           | 60 - 75 g                                       |                                    |                 |                                                |

9/09/2024, 14:53:48  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30



|                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| VERDURA COCIDA O ENSALADA DE VERDURAS                                                                                                                                                                                                                                                        | Zanahoria, acelga, ahuyama, calabaza, arveja verde fresca, espinacas, habichuela, aguacate, lechuga, tomate, ajo, remolacha, pepino cohombro, pepino común, cebolla cabezona.     | De acuerdo a programación o verdura en las sopas     | 71 - 121 g                                                   | 80 g                                           | Verduras Cocidas: 90 g<br>Tortilla de acelga o espinaca: 53 g<br>Ensaladas crudas: 60 g<br>Tajada de aguacate con queso: 65 g | 5 cucharadas |
| BEBIDA CALIENTE                                                                                                                                                                                                                                                                              | Aromática o té<br>Fresa, lulo, mango, maracuyá, melón, mora, limón, uchuva, tomate de árbol.<br>Láche para: agua de panela con láche, láche caliente con canela y láche en láche. | Diario                                               | 1 g<br>28 - 87 g<br>Limón: 28 g                              | 1 g<br>28 g<br>Limón: 14 g                     | 210 cc                                                                                                                        | 7 onzas      |
| AZÚCARES                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Azúcar<br>Panela                                                                                                                                                                  | 1 a 2 veces / semana<br>De acuerdo a la programación | 7 g<br>Agua de panela: 22 g<br>Aromática: 14 g               | 7 g<br>Agua de panela: 22 g<br>Aromática: 14 g |                                                                                                                               |              |
| GRASAS                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Miel<br>Aceite o margarina                                                                                                                                                        | De acuerdo a la programación<br>Diario               | 14 g<br>4 cc                                                 | 14 g<br>4 cc                                   |                                                                                                                               |              |
| SAZONADORES NATURALES                                                                                                                                                                                                                                                                        | Ajo, canela, clavos de olor, cebolla cabezona, cebolla junca, cilantro, pimentón, laurel, orégano, tomillo, perejil, limón, naranja.                                              | Diario                                               | ** Consultar cantidades en el documento análisis nutricional |                                                |                                                                                                                               |              |
| APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO DIARIO DE MACRONUTRIENTES MINUTA PATRÓN                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
| TOTAL                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kcal<br>2180                                                                                                                                                                      | Proteína g<br>100.6                                  | Grasa g<br>54                                                | CHO g<br>331                                   |                                                                                                                               |              |
| 100% de las Recomendaciones diarias (Mayores de 60 años y más)                                                                                                                                                                                                                               | 2127                                                                                                                                                                              | 74 - 106.5                                           | 47 - 83                                                      | 286 - 348                                      |                                                                                                                               |              |
| NIVEL DE APORTE                                                                                                                                                                                                                                                                              | 102%                                                                                                                                                                              | NIVEL ADECUADO                                       | NIVEL ADECUADO                                               | NIVEL ADECUADO                                 |                                                                                                                               |              |
| APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL DE MICRONUTRIENTES MINUTA PATRÓN                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                              | CALCIO mg<br>1054.6                                                                                                                                                               | HierRO mg<br>15.8                                    | SODIO mg<br>2132                                             | VITA A (IU)<br>1312                            | ZINC (mg)<br>14.38                                                                                                            |              |
| TOTAL                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
| 100% de las Recomendaciones diarias (Mayores de 60 años y más)                                                                                                                                                                                                                               | 950 - 2000                                                                                                                                                                        | 8.3 - 45                                             | 1200 - 2300                                                  | 982.5 - 3000                                   | 8.7 - 40                                                                                                                      |              |
| NIVEL DE APORTE                                                                                                                                                                                                                                                                              | NIVEL ADECUADO                                                                                                                                                                    | NIVEL ADECUADO                                       | NIVEL ADECUADO                                               | NIVEL ADECUADO                                 | NIVEL ADECUADO                                                                                                                |              |
| 1. Cereas acompañadas: Para la preparación sandwich de queso se debe dar cumpliendo al gramo establecido para la porción de pan tipo y de queso.<br>La porción servida para las preparaciones: <u>Arroz con leche es de: 230 g y Pato de la de: 200 g</u>                                    |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
| 2. Grasa: El peso bruto establecido en la minuta corresponde al promedio por tiempo de cocción. Se debe tener en cuenta que está en los ingredientes de algunas preparaciones y para mayor exactitud en las cantidades se debe consultar el gramo establecido en el análisis nutricional.    |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
| 3. Azúcares: El peso bruto establecido en la minuta corresponde al promedio por tiempo de cocción. Se debe tener en cuenta que está en los ingredientes de algunas preparaciones y para mayor exactitud en las cantidades se debe consultar el gramo establecido en el análisis nutricional. |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
| 4. Alimentos prohibidos: Los días en los que se suministra leguminosa no se obtiene queso, razón por la cual la leguminosa deberá servirse como queso.                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
| 5. Las cantidades de comida y pimentas programadas en la cena se deben distribuir entre las diferentes preparaciones del día que se suministren con el fin de disminuir la cantidad de sal administrada.                                                                                     |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
| Nota 1: Se deben estandarizar las medidas caseras de acuerdo a los implementos existentes en cada unidad.                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |
| Nota 2: Es importante mantener agua disponible para el consumo, de acuerdo a su necesidad.                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                               |              |

1. Cereal acompañante: Para la preparación sandwich de queso se debe dar cumplimiento al gramo establecido para la porción de pan lágado y de queso.  
La porción servida para las preparaciones: Ajaca con láche es de: 235 g y Pato dulce es: 209 g

2. Grasas: El peso bruto establecido en la minuta corresponde al promedio por tiempo de comida. Se debe tener en cuenta que este es un ingrediente de algunas preparaciones y para mayor exactitud en las cantidades se debe consultar el gramo establecido en el análisis nutricional.

3. Azúcares: El peso bruto establecido en la minuta corresponde al promedio por tiempo de comida. Se debe tener en cuenta que este es un ingrediente de algunas preparaciones y para mayor exactitud en las cantidades se debe consultar el gramo establecido en el análisis nutricional.

4. Alimento prohibido: Los días en los que se suministra leguminosa no se ofrecerá sopa, razón por la cual la leguminosa deberá servir como sustituto.

5. Las cantidades de comida y platería programadas en la cena no deben distribuir entre las diferentes preparaciones del día que lo sustituya con el fin de disminuir la cantidad de sal adicionada.

6. Las cantidades de comida y platería programadas en la cena no deben distribuir entre las diferentes preparaciones del día que lo sustituya con el fin de disminuir la cantidad de sal adicionada.

Nota 1: Se deben estandarizar las medidas caseras de acuerdo a los implementos existentes en cada unidad.

Nota 2: Es importante mantener agua disponible para el consumo, de acuerdo a su necesidad.

9/09/2024, 14:53:54  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30

## Registro fotográfico 2da quincena comedor

17/09/2024, 16:41:07  
Avenida Carrera 24 39-22  
111311  
Bogotá  
Colombia



MINUTA PATRON  
COMUNIDAD DE CUIDADO  
SECRETARIA DISTRITAL DE INTEGRACION SOCIAL



| BEBIDA CALIENTE        |                                                                                                                               |                      |                                      |                             |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tipo de Alimento       | Grupo Alimento                                                                                                                | Frecuencia           | Cantidad                             |                             | Porción servida                                                                                                      | Medida casera                                                                                                           |
|                        |                                                                                                                               |                      | P. BRUTO                             | P. NETO                     |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
| BEBIDA CALIENTE        | Tinto (Café descafeinado)                                                                                                     | 4 veces / semana     | 6 g                                  | 6 g                         | 210 cc                                                                                                               | 7 onzas                                                                                                                 |
|                        | Aromática de hierbas naturales                                                                                                |                      | 1 g                                  | 1 g                         |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Fruta aromática (Fajitas, fresa, mora, pera, uchuva, limón, maracuyá)                                                         | 3 Veces / semana     | 29 - 87.5 g                          | 28 g                        |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Panela                                                                                                                        | Diario               | 14 g                                 | 14 g                        |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
| DESAYUNO               |                                                                                                                               |                      |                                      |                             |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
| BEBIDA LACTEA          | Lácteos                                                                                                                       | Diario               |                                      |                             | 210 cc                                                                                                               | 7 onzas                                                                                                                 |
|                        | Leche para: Coladas, Chocolate en leche, Agua de panela con leche, Café con leche, Té en leche, Leche caliente y Té en leche. |                      | 210 cc                               | 210 cc                      |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Leche para: Changua                                                                                                           |                      | 130 cc                               | 130 cc                      |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Cereal y mezclas (colada)                                                                                                     |                      | 1 g                                  | 1 g                         |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Té                                                                                                                            |                      | 6 g                                  | 6 g                         |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Café descafeinado                                                                                                             |                      | 40 - 50 g                            | 42 g                        |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
| PROTEÍNA               | Queso campesino o doble crema                                                                                                 | 2 a 3 veces / semana | 40 g<br>Queso (huevos) 15 g          | 40 g<br>Queso (huevos) 15 g | Queso (porción) 40 g<br>Queso (huevos) 15 g                                                                          | 1 trozo mediano                                                                                                         |
|                        | Huevo                                                                                                                         |                      | 60 g                                 | 54 g                        | Huevos revueltos o en tortilla: 39 g<br>Huevos pericos: 51 g<br>Huevo revuelto con queso: 56 g<br>Huevo cocido: 54 g | Huevos revueltos, tortilla o pericos: 4 cucharadas<br>Huevo revuelto con queso: 5 cucharadas<br>Huevo cocido: 1 unidad. |
| CALDO                  | Carnes de res, pichón de pollo o pescado<br>Huevo<br>Tubérculos                                                               | 3 veces / semana     | 60 - 80 g<br>60 g<br>80 g            | 60 g<br>54 g<br>80 g        | 240 cc                                                                                                               | 8 onzas                                                                                                                 |
| CEREAL ACOMPAÑANTE     | Pan hojaldrado, pan de maíz, pan blanco, mojarra, pan roll                                                                    | Diario               | 60 g                                 | 60 g                        | 60 g                                                                                                                 | 2 unidad pequeña                                                                                                        |
|                        | Pan integral bajado                                                                                                           |                      | 48 g                                 | 72 g                        | 72 g                                                                                                                 | 3 tajadas                                                                                                               |
|                        | Pan bajado para emparedado                                                                                                    |                      | 48 g                                 | 48 g                        | 48 g                                                                                                                 | 2 tajadas                                                                                                               |
|                        | Araña                                                                                                                         |                      | 45 g                                 | 45 g                        | 90 g                                                                                                                 | 2 unidad pequeña o una grande                                                                                           |
| FRUTA                  | Almiz                                                                                                                         | 1 vez al mes         | 45 g                                 | 45 g                        | 100 g                                                                                                                | 6 cucharadas                                                                                                            |
|                        | Fruta entera: mandarina y granadilla                                                                                          | Diario               | Mandarina 142 g<br>Granadilla: 133 g | 100 g<br>40 g               | 100 g<br>40 g                                                                                                        | 1 unidad pequeña                                                                                                        |
| AZUCARES               | Chocolate                                                                                                                     | 1 vez / semana       | 9 g                                  | 9 g                         | 100 g                                                                                                                | 7 cucharadas                                                                                                            |
|                        | Panela (Bebida desayuno)                                                                                                      | 1 vez / semana       | 22 g                                 | 22 g                        |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
| GRASAS                 | Acuña                                                                                                                         | 2 a 3 veces / semana | 6 g                                  | 6 g                         |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Margarina                                                                                                                     | 2 a 3 veces / semana | 2 cc                                 | 2 cc                        |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
| NUEVES                 |                                                                                                                               |                      |                                      |                             |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
| Tipo de Alimento       | Grupo Alimento                                                                                                                | Frecuencia           | Cantidad                             |                             | Porción servida                                                                                                      | Medida casera                                                                                                           |
|                        |                                                                                                                               |                      | P. BRUTO                             | P. NETO                     |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
| BEBIDA LACTEA O LACTEO | Lácteos                                                                                                                       | Diario               |                                      |                             | 210 cc                                                                                                               | 7 onzas                                                                                                                 |
|                        | Leche para: Café, leche caliente, té y chocolate.                                                                             |                      | 210 cc                               | 210 cc                      |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Té                                                                                                                            |                      | 1 g                                  | 1 g                         |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Café descafeinado                                                                                                             |                      | 6 g                                  | 6 g                         |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Leche para: Sorbetes y batidos                                                                                                |                      | 210 cc                               | 210 cc                      |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Fruta (sorbeta y batido)                                                                                                      |                      | 45 - 150 g                           | 63 g                        | 240 cc                                                                                                               | 8 onzas                                                                                                                 |
| CEREAL ACOMPAÑANTE     | Queso doble crema, queso campesino, cuajada                                                                                   | Diario               | 200 cc                               | 200 cc                      | 200 cc                                                                                                               | 1 bolita individual                                                                                                     |
|                        | Galleta wafer                                                                                                                 |                      | 40 g                                 | 40 g                        | 40 g                                                                                                                 | 1 trozo mediano                                                                                                         |
|                        | Galleta cracker saborizada, galletas de leche                                                                                 |                      | 24 g                                 | 24 g                        | 24 g                                                                                                                 | 4 unidades                                                                                                              |
|                        | Galleta de avena                                                                                                              |                      | 16 g                                 | 16 g                        | 16 g                                                                                                                 | Cracker: 2 unidades<br>Leche: 4 unidades                                                                                |
|                        | Mantecada, pan de maíz, mojarra, integral, pan de queso, torta saborizada                                                     |                      | 40 g                                 | 40 g                        | 40 g                                                                                                                 | 1 unidad                                                                                                                |
|                        | Croissant                                                                                                                     |                      | 30 g                                 | 30 g                        | 30 g                                                                                                                 | 1 unidad pequeña                                                                                                        |
| FRUTA                  | Fruta picada: pera, banana, mango, papaya, fresa, melón, uva, piña                                                            | Diario               | 20 g                                 | 20 g                        | 20 g                                                                                                                 | 1 unidad pequeña                                                                                                        |
|                        | Fruta entera: granadilla, mandarina                                                                                           |                      | 35 g                                 | 35 g                        | 35 g                                                                                                                 | 1 tajada                                                                                                                |
|                        | Ensalada de frutas con queso (campesino o doble crema)                                                                        |                      | 105 - 250 g                          | 100 g                       | 100 g                                                                                                                | 7 cucharadas                                                                                                            |
|                        | Ensalada de frutas con yogurt (banana, papaya, mandarina y mango)                                                             |                      | 120 - 150 g                          | 100 g                       | 100 g                                                                                                                | 1 unidad pequeña                                                                                                        |
|                        | Ensalada de frutas con queso (campesino o doble crema)                                                                        |                      | 91 g                                 | 60 g                        | 100 g                                                                                                                | 7 cucharadas                                                                                                            |
|                        | Ensalada de frutas con yogurt (banana, papaya, mandarina y mango)                                                             |                      | 91 g                                 | 60 g                        | 110 g                                                                                                                | 7 cucharadas                                                                                                            |
| AZUCARES               | Chocolate                                                                                                                     | 1 vez / mes          | 9 g                                  | 9 g                         |                                                                                                                      |                                                                                                                         |
|                        | Miel de abejas                                                                                                                | 2 veces / mes        | 14 g                                 | 14 g                        |                                                                                                                      |                                                                                                                         |

17/09/2024, 3:11:54 p.m.  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30

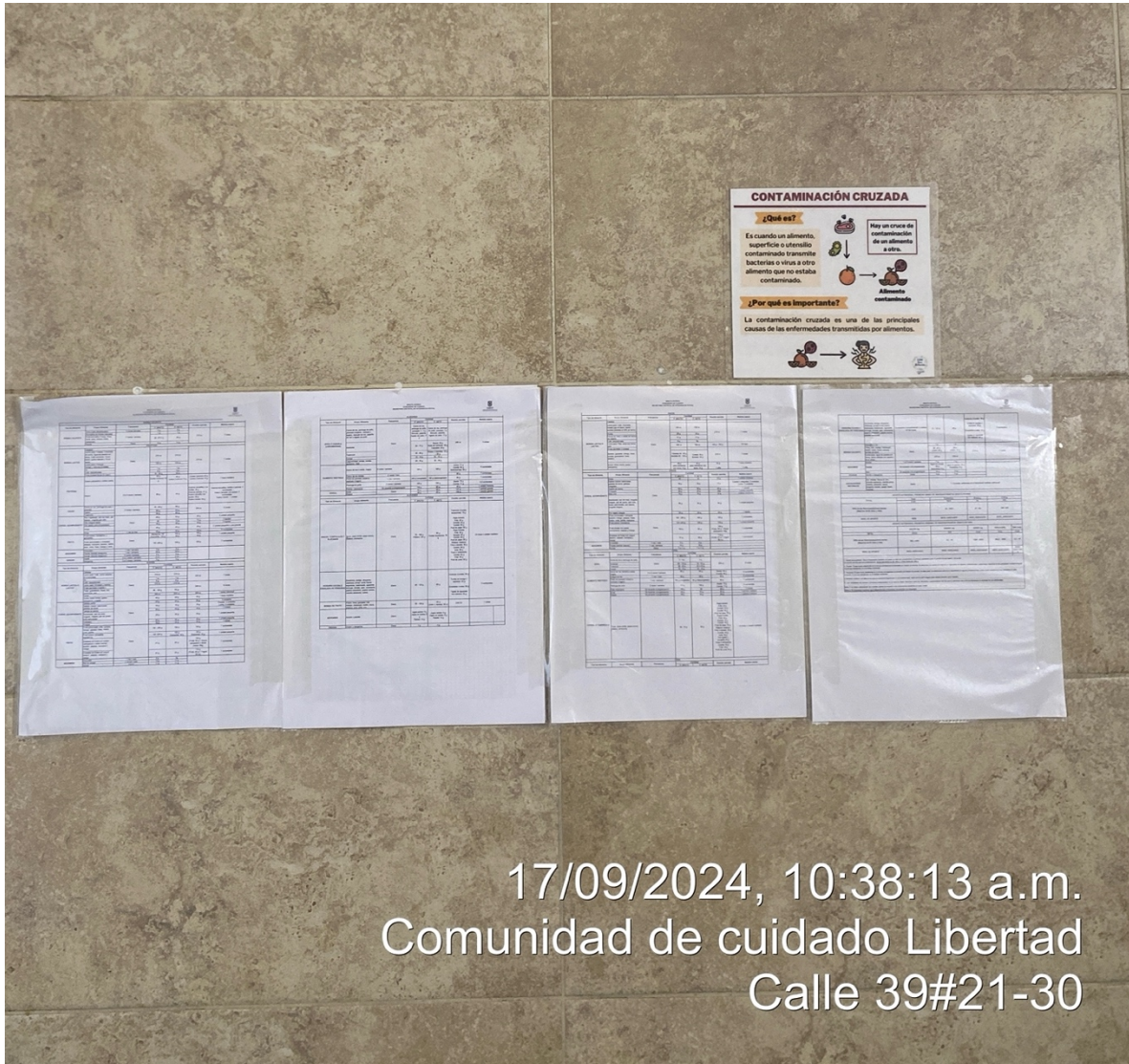
MINUTA PATRON  
COMUNIDAD DE CUIDADO  
SECRETARIA DISTRITAL DE INTEGRACION SOCIAL



| BEBIDA CALIENTE        |                                                                                                                               |                      |                                    |                           |                                              |                               |                                                                                                                         |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tipo de Alimento       | Grupo Alimento                                                                                                                | Frecuencia           | Cantidad                           |                           | Porción servida                              | Medida casera                 |                                                                                                                         |
|                        |                                                                                                                               |                      | P. BRUTO                           | P. NETO                   |                                              |                               |                                                                                                                         |
| BEBIDA CALIENTE        | Tinto (Café descafeinado)                                                                                                     | 4 veces / semana     | 6 g                                | 8 g                       | 210 cc                                       | 7 onzas                       |                                                                                                                         |
|                        | Aromática de hierbas naturales                                                                                                | 3 Veces / semana     | 1 g                                | 1 g                       |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Fruta aromática (Fajola, fresa, mora, pera, uchuva, limón, maracuyá)                                                          |                      | 29 - 87.5 g                        | 28 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Panela                                                                                                                        | Diario               | 14 g                               | 14 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
| DESAYUNO               |                                                                                                                               |                      |                                    |                           |                                              |                               |                                                                                                                         |
| BEBIDA LACTEA          | Lácteos                                                                                                                       | Diario               |                                    |                           | 210 cc                                       | 7 onzas                       |                                                                                                                         |
|                        | Leche para: Coladas, Chocolate en leche, Agua de panela con leche, Café con leche, Té en leche, Leche caliente y Té en leche. |                      | 210 cc                             | 210 cc                    |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Leche para: Changua                                                                                                           |                      | 130 cc                             | 130 cc                    |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Cereal y maseclas (colada)                                                                                                    |                      |                                    |                           |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Té                                                                                                                            |                      | 1 g                                | 1 g                       |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Café descafeinado                                                                                                             |                      | 6 g                                | 6 g                       |                                              |                               |                                                                                                                         |
| PROTEÍNA               | Fruta (colada líquida de maíz)                                                                                                | 2 a 3 veces / semana | 46 - 56 g                          | 42 g                      | Queso (porción): 40 g<br>Queso (huevos) 15 g | 1 trozo mediano               |                                                                                                                         |
|                        | Queso campesino o doble crema                                                                                                 |                      | 40 g                               | 40 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Huevo                                                                                                                         |                      | 60 g                               | 54 g                      |                                              |                               | Huevos revueltos o en tortilla: 39 g<br>Huevos pericos: 51 g<br>Huevo revuelto con queso: 56 g<br>Huevo cocido: 54 g    |
|                        |                                                                                                                               |                      |                                    |                           |                                              |                               | Huevos revueltos, tortilla o pericos: 4 cucharadas<br>Huevo revuelto con queso: 5 cucharadas<br>Huevo cocido: 1 unidad. |
| CALDO                  | Carné de res, pechuga de pollo o pescado                                                                                      | 3 veces / semana     | 60 - 80 g                          | 60 g                      | 240 cc                                       | 8 onzas                       |                                                                                                                         |
| CEREAL ACOMPAÑANTE     | Huevo                                                                                                                         | Diario               | 60 g                               | 54 g                      | 60 g                                         | 2 unidad pequeña              |                                                                                                                         |
|                        | Tubérculo                                                                                                                     |                      | 60 g                               | 60 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Pan hojaldrado, pan de maíz, pan blando, mojarra, pan roll                                                                    |                      | 60 g                               | 60 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Pan integral hojaldrado                                                                                                       |                      | 48 g                               | 42 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Pan hojaldrado para emparedado                                                                                                |                      | 48 g                               | 48 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Araña                                                                                                                         |                      | 45 g                               | 45 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
| FRUTA                  | Almorc                                                                                                                        | 1 vez al mes         | 45 g                               | 45 g                      | 90 g                                         | 2 unidad pequeña o una grande |                                                                                                                         |
|                        | Fruta entera: mandarina y granadilla                                                                                          | Diario               | 45 g                               | 45 g                      | 100 g                                        | 6 cucharadas                  |                                                                                                                         |
|                        | Gruta (porcionada o compota): papaya, manzana, banana, patilla, pera, mora, fresa, mango y uvas.                              |                      | Mandarina 142<br>Granadilla: 133 g | 100 g<br>40 g             | 100 g<br>40 g                                | 1 unidad pequeña              |                                                                                                                         |
|                        |                                                                                                                               |                      | 105 - 250 g                        | 100 g                     |                                              | 7 cucharadas                  |                                                                                                                         |
| AZUCARES               | Chocolate                                                                                                                     | 1 vez / semana       | 9 g                                | 9 g                       | 100 g                                        | 7 cucharadas                  |                                                                                                                         |
| GRASAS                 | Panela (Bebida desayuno)                                                                                                      | 1 vez / semana       | 22 g                               | 22 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Azúcar (Bebida desayuno)                                                                                                      | 5 veces / semana     | 6 g                                | 6 g                       |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Aceite                                                                                                                        | 2 a 3 veces / semana | 2 cc                               | 2 cc                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Margarina                                                                                                                     | 2 a 3 veces / semana | 3 g                                | 3 g                       |                                              |                               |                                                                                                                         |
| NUEVES                 |                                                                                                                               |                      |                                    |                           |                                              |                               |                                                                                                                         |
| Tipo de Alimento       | Grupo Alimento                                                                                                                | Frecuencia           | Cantidad                           |                           | Porción servida                              | Medida casera                 |                                                                                                                         |
|                        |                                                                                                                               |                      | P. BRUTO                           | P. NETO                   |                                              |                               |                                                                                                                         |
| BEBIDA LACTEA O LACTEO | Lácteos                                                                                                                       | Diario               |                                    |                           | 210 cc                                       | 7 onzas                       |                                                                                                                         |
|                        | Leche para: Café, leche caliente, té y chocolate.                                                                             |                      | 210 cc                             | 210 cc                    |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Té                                                                                                                            |                      | 1 g                                | 1 g                       |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Café descafeinado                                                                                                             |                      | 6 g                                | 6 g                       | 240 cc                                       | 8 onzas                       |                                                                                                                         |
|                        | Leche para: Sorbetes y batidos                                                                                                |                      | 210 cc                             | 210 cc                    |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Fruta (sorbeta y batido)                                                                                                      |                      |                                    |                           |                                              |                               |                                                                                                                         |
| CEREAL ACOMPAÑANTE     | Fresa, guanábana, fresa, lulo, maracuyá, uva                                                                                  | Diario               | 45 - 150 g                         | 63 g                      | 200 cc                                       | 1 botella individual          |                                                                                                                         |
|                        | Kumis                                                                                                                         |                      | 200 cc                             | 200 cc                    |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Queso doble crema, queso campesino, cuajada                                                                                   |                      | 40 g                               | 40 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Galleta wafer                                                                                                                 |                      | 24 g                               | 24 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Galleta cracker saborizada, galletas de leche                                                                                 |                      | 16 g                               | 16 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Galleta de avena                                                                                                              |                      | 40 g                               | 40 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
| FRUTA                  | Mantecada, pan de maíz, mojarra, integral, pan de queso, torta saborizada                                                     | Diario               | 30 g                               | 30 g                      | 30 g                                         | 1 unidad pequeña              |                                                                                                                         |
|                        | Crisolant                                                                                                                     |                      | 20 g                               | 20 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Fruta porcionada: pera, banana, mango, papaya, fresa, melón, uva, patilla.                                                    |                      | 35 g                               | 35 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Fruta entera: granadilla, mandarina.                                                                                          |                      | 105 - 250 g                        | 100 g                     |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Ensalada de frutas con queso (campesino o doble crema): banana, papaya, manzana y mango.                                      |                      | 120 - 250 g                        | 100 g<br>Granadilla: 40 g |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Ensalada de frutas con yogurt: banana, papaya, manzana y mango.                                                               |                      | 91 g                               | 60 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
| AZUCARES               | Chocolate                                                                                                                     | 1 vez / día          | 91 g                               | 60 g                      | 110 g                                        | 7 cucharadas                  |                                                                                                                         |
|                        | Miel de abejas                                                                                                                | 8 g                  | 8 g                                |                           |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        | Azúcar                                                                                                                        | 2 veces / día        | 14 g                               | 14 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |
|                        |                                                                                                                               |                      | 11 g                               | 11 g                      |                                              |                               |                                                                                                                         |

17/09/2024, 3:11:58 p.m.  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30

## Registro fotográfico 2da servicio de alimentos



17/09/2024, 10:38:13 a.m.  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30

| CELULA MENSA CENTRE COMUNIDAD DE GUAYADO |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NOMBRE                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



| ONCES                                                           |                                                                                                                       |                           |                                                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Tipo de Alimento                                                | Grupo Alimento                                                                                                        | Frecuencia                | Cantidad                                            |                                           | Porción servida                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Medida casera                                         |
|                                                                 |                                                                                                                       |                           | P. BRUTO                                            | P. NETO                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
| BEBIDA LACTEA O LACTEO                                          | Lácteos                                                                                                               | Diario                    |                                                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
|                                                                 | Leche para: Café, chocolate, colada jugo en leche, canoli, sorbete, (bebidas al 50% de leche)                         |                           | 105 cc                                              | 105 cc                                    | 210 cc                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 7 onzas                                               |
|                                                                 | Avena                                                                                                                 |                           | 28 g                                                | 28 g                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
|                                                                 | Fecula de maíz o colada de harina de plátano                                                                          |                           | 21 g                                                | 21 g                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
|                                                                 | Café descafeinado                                                                                                     |                           | 6 g                                                 | 6g                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
|                                                                 | Leche para: Flan, arroz con leche, pibé                                                                               |                           | 100 cc                                              | 100 cc                                    | 100 g - 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1/2 taza                                              |
|                                                                 | Fruta (sorbete o colada)                                                                                              |                           |                                                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
|                                                                 | Banano, guayaba, mango, mora, curuba, guanabana, fresa, banano.                                                       |                           | Coladas 44 - 60 g<br>Sorbete 90 - 126 g             | Colada 42 g<br>Sorbete 63 g               | 210 cc                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 7 onzas                                               |
|                                                                 | Queso doble crema, queso campesino,                                                                                   |                           | 40 g<br>para peto/arroz con<br>leche 15 g           | 40 g<br>para peto/arroz con<br>leche 15 g | 40 g<br>1 cdita                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 1 trazo mediano<br>1 cdita                            |
|                                                                 | ONCES                                                                                                                 |                           |                                                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
| Tipo de Alimento                                                | Grupo Alimento                                                                                                        | Frecuencia                | Cantidad                                            |                                           | Porción servida                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Medida casera                                         |
|                                                                 |                                                                                                                       |                           | P. BRUTO                                            | P. NETO                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
| CEREAL ACOMPAÑANTE                                              | Arroz                                                                                                                 | Diario                    | 30                                                  | 30                                        | 70 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1 unidad mediana                                      |
|                                                                 | Galleta cracker saborizada, galletas de leche, galletas integrales                                                    |                           | 16 g                                                | 16 g                                      | 15 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Cracker o integrales: 2 unidades<br>Leche: 4 unidades |
|                                                                 | Galleta de avena                                                                                                      |                           | 40 g                                                | 40 g                                      | 40 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1 unidad                                              |
|                                                                 | Croissant                                                                                                             |                           | 20 g                                                | 20 g                                      | 20g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1 unidad pequeña                                      |
|                                                                 | Maíz pira                                                                                                             |                           | 16 g                                                | 16 g                                      | 16 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2 trazos medianos                                     |
|                                                                 | Mantecada, pan de maíz, mogolla integral, pan de queso, pan rrollo, tortas saborizadas, pan blando, mogolla integral, |                           | 30 g                                                | 30 g                                      | 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1 unidad pequeña                                      |
|                                                                 | Pan fajado integral                                                                                                   |                           | 24 g                                                | 24 g                                      | 24 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1 lapita                                              |
|                                                                 | Fruta porcionada o compota: banano, mango, papaya, fresa, melón, uvas, patilla, manzana, Fruta entera: mandarina.     |                           | 105 - 250 g                                         | 100 g                                     | 100 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 7 cucharadas                                          |
|                                                                 | Fruta entera: mandarina.                                                                                              |                           | 120 - 250 g                                         | 100 g                                     | 100 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1 unidad pequeña                                      |
|                                                                 | FRUTA                                                                                                                 |                           | Fruta picada con queso (campesino): papaya y mango. | Diario                                    | 103 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 60 g                                                  |
| Ensalada de frutas con yogurt: banano, papaya, manzana y mango. |                                                                                                                       | 91 g                      | 60 g                                                |                                           | 110 g<br>(Fruta: 60 g + Yogurt: 50 cc)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 7 cucharadas                                          |
| Chocolates                                                      |                                                                                                                       | 1 vez / mes               | 9 g                                                 |                                           | 9 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                       |
| Panela (bebida caliente)                                        |                                                                                                                       | 1 vez / semana            | 16 g                                                |                                           | 16 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                       |
| AZUCARES                                                        | Azúcar                                                                                                                | Diario                    | 7 a 11 g                                            | 7 a 11 g                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
| CENA                                                            |                                                                                                                       |                           |                                                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
| Tipo de Alimento                                                | Grupo Alimento                                                                                                        | Frecuencia                | Cantidad                                            |                                           | Porción servida                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Medida casera                                         |
|                                                                 |                                                                                                                       |                           | P. BRUTO                                            | P. NETO                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
| SOPE                                                            | Carné de res o pechuga de pollo.                                                                                      | Diario                    | 3 - 4 g                                             | 3 g                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
|                                                                 | Verduras                                                                                                              |                           | 48 - 103 g                                          | 30 - 60 g                                 | 240 cc                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 8 onzas                                               |
|                                                                 | Tubérculos                                                                                                            |                           | 50 - 90 g                                           | 45 a 50 g                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
|                                                                 | Cereal                                                                                                                |                           | 10 - 15 g                                           | 10 - 15 g                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
| ALIMENTO PROTEICO                                               | Carné de res, ternero o cerdo, magra.                                                                                 | 3 a 4 veces / semana      | 90 g                                                | 90 g                                      | Asada: 60 g<br>Cocida: 58 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 6 cucharadas                                          |
|                                                                 | Lengua de res                                                                                                         | 1 vez / mes               | 90 g                                                | 90 g                                      | 45 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 5 cucharadas                                          |
|                                                                 | Filete de pescado (mojarra, merluza o bagre)                                                                          | 1 vez / semana            | 180 g (congelado)                                   | 90 g (descongelado)                       | 80 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 7 cucharadas                                          |
|                                                                 | Pechuga de pollo                                                                                                      | 2 veces / semana          | 133 g                                               | 100 g                                     | Asada: 75 g<br>Cocida: 71 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 6 cucharadas                                          |
|                                                                 | Pollo solomillo                                                                                                       | De acuerdo a programación | 150 g                                               | 85                                        | 85 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1 unidad                                              |
|                                                                 | Arroz                                                                                                                 | De acuerdo a programación | 30 g                                                | 30 g                                      | 67 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1 porción mediana                                     |
| CEREAL O TUBÉRCULO                                              | Pastas                                                                                                                | De acuerdo a programación | 40 g                                                | 40 g                                      | 90 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1 porción mediana                                     |
|                                                                 | Yuca, papa criolla, papa común, plátano, arracacha.                                                                   |                           | 50 - 75 g                                           | 50 g                                      | Papa común<br>Frita: 24 g<br>Dorada: 20 g<br>Cocida: 50 g<br>Puré de papa: 55 g<br>Papa Criolla<br>Frita: 40 g<br>Dorada: 20 g<br>Cocida: 48 g<br>Puré de papa: 55 g<br>Plátano maduro<br>Frito o dorado: 35 g<br>Cocido: 54 g<br>Torta: 60 g<br>Con queso y<br>bocadillo: 45 g<br>Yuca o arracacha<br>Cocida: 55 g<br>Frita: 35 g<br>Puré de yuca: 60 g | Un trazo o unidad mediana                             |
| CENA                                                            |                                                                                                                       |                           |                                                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |
| Tipo de Alimento                                                | Grupo Alimento                                                                                                        | Frecuencia                | Cantidad                                            |                                           | Porción servida                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Medida casera                                         |
|                                                                 |                                                                                                                       |                           | P. BRUTO                                            | P. NETO                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |

17/09/2024, 10:38:46 a.m.  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30

| ANEXO 1. LISTA DE PRODUCTOS Y SERVICIOS |                                                  |                  |                 |                   |               |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------|-----------------|-------------------|---------------|
| Código de producto                      | Descripción del producto                         | Unidad de medida | Precio unitario |                   | Observaciones |
|                                         |                                                  |                  | 1. Precio base  | 2. Precio con IVA |               |
| 001                                     | Agua potable                                     | Litro            | 0.00            | 0.00              |               |
| 002                                     | Electricidad                                     | Kilowatt-hora    | 0.00            | 0.00              |               |
| 003                                     | Gas natural                                      | Cilindro         | 0.00            | 0.00              |               |
| 004                                     | Internet                                         | Megabit          | 0.00            | 0.00              |               |
| 005                                     | Seguros                                          | Poliza           | 0.00            | 0.00              |               |
| 006                                     | Transporte                                       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 007                                     | Alimentación                                     | Por plato        | 0.00            | 0.00              |               |
| 008                                     | Alquiler de vivienda                             | Por mes          | 0.00            | 0.00              |               |
| 009                                     | Alquiler de vehículo                             | Por día          | 0.00            | 0.00              |               |
| 010                                     | Alquiler de maquinaria                           | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 011                                     | Alquiler de terreno                              | Por hectárea     | 0.00            | 0.00              |               |
| 012                                     | Alquiler de equipo                               | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 013                                     | Alquiler de personal                             | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 014                                     | Alquiler de servicios                            | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 015                                     | Alquiler de materiales                           | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 016                                     | Alquiler de herramientas                         | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 017                                     | Alquiler de maquinaria pesada                    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 018                                     | Alquiler de equipo de protección personal        | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 019                                     | Alquiler de equipo de seguridad                  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 020                                     | Alquiler de equipo de comunicación               | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 021                                     | Alquiler de equipo de transporte                 | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 022                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento             | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 023                                     | Alquiler de equipo de procesamiento              | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 024                                     | Alquiler de equipo de distribución               | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 025                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento              | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 026                                     | Alquiler de equipo de limpieza                   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 027                                     | Alquiler de equipo de recolección                | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 028                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 029                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 030                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 031                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 032                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 033                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 034                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 035                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 036                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 037                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 038                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 039                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 040                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 041                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 042                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 043                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 044                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 045                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 046                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 047                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 048                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 049                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 050                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 051                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 052                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 053                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 054                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 055                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 056                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 057                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 058                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 059                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 060                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 061                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 062                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 063                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 064                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 065                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 066                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 067                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 068                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 069                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 070                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 071                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 072                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 073                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 074                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 075                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 076                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 077                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 078                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 079                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 080                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 081                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 082                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 083                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 084                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 085                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 086                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 087                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 088                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 089                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 090                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 091                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 092                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 093                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 094                                     | Alquiler de equipo de distribución de residuos   | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 095                                     | Alquiler de equipo de mantenimiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 096                                     | Alquiler de equipo de limpieza de residuos       | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 097                                     | Alquiler de equipo de recolección de residuos    | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 098                                     | Alquiler de equipo de transporte de residuos     | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 099                                     | Alquiler de equipo de almacenamiento de residuos | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |
| 100                                     | Alquiler de equipo de procesamiento de residuos  | Por hora         | 0.00            | 0.00              |               |

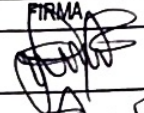
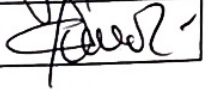
17/09/2024, 10:38:24 a.m.  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30

17/09/2024, 10:38:29 a.m.  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                |                                                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                                 |                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| VERDURA COCIDA O ENSALADA DE VERDURAS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Zanahoria, acelga, ahuyama, calabaza, enveja verde fresca, espinacas, habichuela, aguacate, lechuga, tomate, apio, remolacha, pepino cohombro, pepino común, cebolla cabezona. | De acuerdo a programación o verdura en las sopas                                     | 71 - 121 g                                                   | 60 g                                           | Verduras Cocidas: 60 g<br>Tortilla de acelga o espinaca: 53 g<br>Ensaladas crudas: 60 g<br>Tajada de aguacate con cascara: 60 g | 5 cucharadas   |
| BEBIDA CALIENTE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Aromática o té<br>Fresa, lulo, mango, maracuyá, melón, mora, limón, uchuva, tomate de árbol.<br>Leche para: agua de panela con leche, leche caliente con canela y té en leche. | Diario                                                                               | 1 g<br>29 - 87 g<br>Limón: 28 g                              | 1 g<br>28 g<br>Limón: 14 g                     | 210 cc                                                                                                                          | 7 onzas        |
| AZUCARES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Azúcar<br>Panela<br>Miel                                                                                                                                                       | 1 a 2 veces / semana<br>De acuerdo a la programación<br>De acuerdo a la programación | 7 g<br>Agua de panela: 22 g<br>Aromática: 14 g               | 7 g<br>Agua de panela: 22 g<br>Aromática: 14 g |                                                                                                                                 |                |
| GRASAS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Aceto o margarina                                                                                                                                                              | Diario                                                                               | 4 cc                                                         | 4 cc                                           |                                                                                                                                 |                |
| SAZONADORES NATURALES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Ajo, canela, clavos de olor, cebolla cabezona, cebolla junca, cilantro, pimentón, laurel, oregano, tomillo, perejil, limón, naranja.                                           | Diario                                                                               | ** Consultar cantidades en el documento análisis nutricional |                                                |                                                                                                                                 |                |
| APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO DIARIO DE MACRONUTRIENTES MINUTA PATRÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                |                                                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                                 |                |
| TOTAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kcal                                                                                                                                                                           | Proteína g                                                                           | Grasa g                                                      | CHO g                                          |                                                                                                                                 |                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2160                                                                                                                                                                           | 100.6                                                                                | 54                                                           | 322                                            |                                                                                                                                 |                |
| 100% de las Recomendaciones diarias (Mayores de 60 años y más)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2127                                                                                                                                                                           | 74 - 106.5                                                                           | 47 - 83                                                      | 285 - 348                                      |                                                                                                                                 |                |
| NIVEL DE APORTE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 102%                                                                                                                                                                           | NIVEL ADECUADO                                                                       | NIVEL ADECUADO                                               | NIVEL ADECUADO                                 | NIVEL ADECUADO                                                                                                                  |                |
| APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL DE MICRONUTRIENTES MINUTA PATRÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                |                                                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                                 |                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CALCIO mg                                                                                                                                                                      | HIERRO mg                                                                            | SODIO mg                                                     | VITA A (ER)                                    | ZINC (mg)                                                                                                                       |                |
| TOTAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1054.6                                                                                                                                                                         | 15.8                                                                                 | 2132                                                         | 1312                                           | 14.98                                                                                                                           |                |
| 100% de las Recomendaciones diarias (Mayores de 60 años y mas)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 950 - 2000                                                                                                                                                                     | 8.3 - 45                                                                             | 1250 - 2300                                                  | 582.5 - 3000                                   | 8.3 - 40                                                                                                                        |                |
| NIVEL DE APORTE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | NIVEL ADECUADO                                                                                                                                                                 | NIVEL ADECUADO                                                                       | NIVEL ADECUADO                                               | NIVEL ADECUADO                                 | NIVEL ADECUADO                                                                                                                  | NIVEL ADECUADO |
| <p>1. Cereal acompañante: Para la preparación sandwich de queso se debe dar cumplimiento al gramaje establecido para la porción de pan tajado y de queso. La porción servida para las preparaciones: <u>Aros con leche es de: 330 g. y Pato dulce de: 200 g</u></p> <p>2. Grasas: El peso bruto establecido en la minuta corresponde al promedio por tiempo de comida. Se debe tener en cuenta que este es un ingrediente de algunas preparaciones y para mayor exactitud en las cantidades se debe consultar el gramaje establecido en el análisis nutricional.</p> <p>3. Azúcares: El peso bruto establecido en la minuta corresponde al promedio por tiempo de comida. Se debe tener en cuenta que este es un ingrediente de algunas preparaciones y para mayor exactitud en las cantidades se debe consultar el gramaje establecido en el análisis nutricional.</p> <p>4. Alimento proteico: Los días en los que se suministra leguminosa no se ofrecerá sopa, razón por la cual la leguminosa deberá servirse como cazuela.</p> <p>5. Las cantidades de comino y pimienta programadas en la cena se deben distribuir entre las diferentes preparaciones del día que lo ameriten con el fin de disminuir la cantidad de sal adicionada.</p> <p>Nota 1: Se deben estandarizar las medidas caseras de acuerdo a los implementos existentes en cada unidad.</p> <p>Nota 2: Es importante mantener agua disponible para el consumo, de acuerdo a su necesidad.</p> |                                                                                                                                                                                |                                                                                      |                                                              |                                                |                                                                                                                                 |                |

17/09/2024, 10:38:50 a.m.  
Comunidad de cuidado Libertad  
Calle 39#21-30

| REVISIÓN Y APROBACIÓN |            |                                 |               |                                                                                     |
|-----------------------|------------|---------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | FECHA      | NOMBRE COMPLETO                 | CARGO         | FIRMA                                                                               |
| Reviso                | 30/09/2024 | NATALY STEFANY FANDIÑO REMOLINA | Nutricionista |  |
| Aprobó                | 30/09/2024 | LAURA XIOMARA REINA LARA        | Coordinadora  |  |