OPERADOR:	**TODOS LOS OPERADORES MAYORITARIA COSTA PACIFICA**				
DEPARTAMENTO	**CAUCA**			**MUNICIPIO**	
GRUPO ÉTNICO	**RAIZAL**		**ROM**		**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	**X**	**INDÍGENA**		
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				

2026

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	JUGO DE MANGO EN LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	HUEVOS REVUELTOS	PESCADO SUDADO	HUEVOS PERICOS	POLLO A LA PLANCHA
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	PATACONES DE PLÁTANO VERDE	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON VERDURAS	ARROZ BLANCO
FRUTA	RODAJA DE PIÑA	_	_	*** EN JUGO	_

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	SORBETE DE AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	ARROZ CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	TORTILLA DE HUEVO	LENTEJAS GUISADAS	PASTAS CON CARNE MOLIDA	POLLO CON VERDURAS	_
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	GALLETAS SALTIN
FRUTA	*** EN JUGO	_	_	FRUTA DE COSECHA	MANGO PICADO

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
LÁCTEOS	SORBETE DE AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	ARROZ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	TORTILLA DE HUEVO	POLLO SUDADO	_	PESCADO SUDADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	GALLETAS SALTIN	CHIPS DE PLÁTANO VERDE
FRUTA	_	FRUTA DE COSECHA	_	MANGO PICADO	_

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	ARROZ CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	SORBETE DE AVENA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	_	TORTILLA DE HUEVO	CERDO A LA PLANCHA	HUEVOS CON TOMATE
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	GALLETAS SALTIN	CHIPS DE PAPA CHINA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA
FRUTA	*** EN JUGO	MANGO PICADO	FRUTA DE COSECHA	_	_

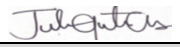
Nota: Agua apta para el consumo: *Todos los días 150 cc- 180 cc*

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACION - CICLOS DE MENU		**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**	
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**T.P 1.061.762.401**

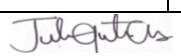
Gobernación del CAUCA · Secretaría de Educación y Cultura · PAE Cauca – Programa de Alimentación Escolar	FORMATO ANALISIS NUTRICIONAL	Código: FR-SED-PAE-035 Versión: 1 Fecha: 7/12/2022

ENTIDAD TERRITORIAL:	CAUCA
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	NO
GRUPO ÉTNICO	SIN PERTENENCIA ETNICA
MODALIDAD DE ATENCIÓN	RACIÓN PARA PREPARAR EN SITIO
TIPO DE COMPLEMENTO	COMPLEMENTO JM/JT
NIVEL:	PREESCOLAR

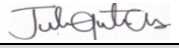
MENU No 1

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K033	Panela	7	7	25,5	0,0	0,0	6,3	2,7	2,9	0,3
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	15	15	57,9	3,4	0,2	9,1	0,0	17,9	0,8
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	5	1,9	0,1	0,0	0,4	0,0	1,1	0,0
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	2,5	0,4	0,0
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	7	6	6,1	0,1	0,0	1,3	0,0	0,5	0,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,0	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0
FRUTA	RODAJA DE PIÑA	C072	Piña, cruda	145	80	44,7	0,5	0,1	9,9	6,4	12,8	0,4
TOTAL MENÚ						**299,8**	**8,6**	**8,9**	**44,1**	**59,6**	**159,3**	**1,8**
RECOMENDACIÓN						**1300**	**45,5**	**43,3**	**182**	**1133**	**700**	**5,6**
% ADECUACIÓN						**23%**	**19%**	**20%**	**24%**	**5%**	**23%**	**32%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

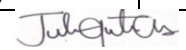
MENÚS No 2

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	13	13	60,6	0,5	2,2	9,8	0,0	4,7	0,5
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS REVUELTOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	30	44,3	3,7	3,2	0,1	41,3	15,7	0,5
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	RETACADAS DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	59	40	66,6	0,5	0,1	15,8	10,4	3,2	0,2
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						**263,3**	**8,1**	**11,9**	**30,7**	**487,5**	**146,1**	**1,2**
RECOMENDACIÓN						**1300**	**45,5**	**43,3**	**182**	**1133**	**700**	**5,6**
% ADECUACIÓN						**20%**	**18%**	**27%**	**17%**	**43%**	**21%**	**21%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

MENÚ No 3

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K033	Panela	7	7	25,5	0,0	0,0	6,3	2,7	2,9	0,3
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	PESCADO SUDADO	E007	Bagre, magro, sin cabeza, crudo	30	28	25,7	4,8	0,7	0,1	22,9	5,2	0,5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	5	1,9	0,1	0,0	0,4	0,2	1,1	0,0
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,2	0,4	0,0
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	7	7	6,2	0,1	0,0	1,3	0,4	0,8	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	5	5	18,6	0,7	0,1	3,7	0,3	1,3	0,2
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						250,57	10,20	10,28	28,96	462,87	135,56	1,34
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						19%	22%	24%	16%	41%	19%	24%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 4

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	JUGO DE MANGO EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		C051	Mango común, crudo	160	80	63,2	0,5	0,0	13,7	3,2	12,0	0,4
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	30	44,3	3,7	3,2	0,1	41,3	15,7	0,5
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	5	1,9	0,1	0,0	0,4	0,2	1,1	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,2	0,4	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4	3	1,6	0,0	0,0	0,3	1,2	0,9	0,0
		B052	Habichuela, cruda	4	4	1,5	0,1	0,0	0,3	0,2	1,4	0,0
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						296,09	8,85	11,74	36,85	482,40	155,39	1,18
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						23%	19%	27%	20%	43%	22%	21%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

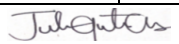
MENÚ No 5

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K033	Panela	20	20	72,8	0,1	0,0	18,0	7,8	8,4	1,0
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO A LA PLANCHA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	25	23	38,6	4,8	2,1	0,0	14,6	2,6	0,2
		D012	Aceite de soya	2	2	13,5	0,0	1,5	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						260,72	9,36	9,18	35,07	458,53	134,75	1,33
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						20%	21%	21%	19%	40%	19%	24%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 6

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		C031	Guayaba, madura, cruda	106	80	56,4	0,7	0,2	10,7	2,4	10,3	0,2
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	29,7	44,3	3,7	3,2	0,1	41,3	15,7	0,5
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	25	17	20,7	0,3	0,1	4,5	1,9	7,4	0,1
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						260,12	8,14	12,96	25,15	481,35	155,93	0,92
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						20%	18%	30%	14%	42%	22%	16%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 7

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K033	Panela	7	7	25,5	0,0	0,0	6,3	2,7	2,9	0,3
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	20	20	77,4	4,6	0,2	12,2	5,4	10,2	1,4
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	5	1,9	0,1	0,0	0,4	0,2	1,1	0,0
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,2	0,4	0,0
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	6	6	5,3	0,1	0,0	1,1	0,4	0,7	0,0
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						273,9	9,3	8,7	37,2	445,0	139,2	2,05
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						21%	20%	20%	20%	39%	20%	37%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 8

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	7	7	28,8	1,2	0,5	4,5	0,2	3,8	0,3
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	PASTAS CON CARNE MOLIDA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	15	15	55,7	2,0	0,2	11,2	0,9	3,8	0,6
		F099	Res, carne magra, cruda	15	15	20,9	3,3	0,9	0,0	7,7	0,9	0,4
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	6,65	2,7	0,1	0,0	0,5	0,3	1,6	0,0
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,2	0,4	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						309,5	11,0	12,1	38,3	445,3	134,2	1,54
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						24%	24%	28%	21%	39%	19%	27%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

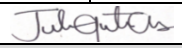
MENU No 9

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	10	10	46,6	0,4	1,7	7,6	0,0	3,6	0,4
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO CON VERDURAS	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	15	14	23,2	2,9	1,3	0,0	8,8	1,5	0,1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5	4	2,0	0,0	0,0	0,4	1,5	1,1	0,0
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,2	0,4	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	5	1,9	0,1	0,0	0,4	0,2	1,1	0,0
		B080	Pimentón rojo, crudo	5	4	1,5	0,0	0,0	0,3	0,1	0,3	0,0
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	3	3	11,1	0,4	0,0	2,2	0,2	0,8	0,1
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	115	81	43,5	0,7	0,1	9,2	1,6	28,2	0,2
TOTAL MENÚ						284,5	9,0	10,6	37,2	448,7	160,8	1,06
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						22%	20%	25%	20%	40%	23%	19%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 10

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30	30	105,9	2,0	0,1	24,0	0,6	2,7	0,2
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	15	15	63,6	1,4	1,5	10,9	141,6	5,7	0,8
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	160	80	63,2	0,5	0,0	13,7	3,2	12,0	0,4
TOTAL MENÚ						325,36	7,35	5,03	60,59	193,37	142,60	1,55
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						25%	16%	12%	33%	17%	20%	28%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 11

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	10	10	41,1	1,7	0,8	6,4	0,3	5,4	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	15	15	58,1	3,5	0,1	9,2	4,1	7,7	1,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	5	1,9	0,1	0,0	0,4	0,2	1,1	0,0
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,2	0,4	0,0
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	7	6	6,1	0,1	0,0	1,3	0,6	0,5	0,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						290,75	9,81	9,42	39,38	441,5	138,84	1,81
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						22%	22%	22%	22%	39%	20%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 12

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	5,9	6,3	0,7
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	30	27	40,2	3,4	2,9	0,1	37,5	14,3	0,5
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	115	81	43,5	0,7	0,1	9,2	1,6	28,2	0,2
TOTAL MENÚ						301,1	8,6	11,5	39,8	248,0	172,6	1,62
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						23%	19%	27%	22%	22%	25%	29%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 13

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	7	7	32,6	0,3	1,2	5,3	0,0	2,5	0,2
			Clavos	2	2							
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO SUDADO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	20	19	30,9	3,9	1,7	0,0	11,7	2,0	0,1
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	20	18	17,5	0,4	0,0	3,8	1,8	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	4,75	1,9	0,1	0,0	0,4	0,2	1,1	0,0
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,2	0,4	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						246,60	8,99	11,44	26,60	450,03	131,30	0,74
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						19%	20%	26%	15%	40%	19%	13%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 14

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30	30	105,9	2,0	0,1	24,0	0,6	2,7	0,2
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	15	15	63,6	1,4	1,5	10,9	141,6	5,7	0,8
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	160	80	63,2	0,5	0,0	13,7	3,2	12,0	0,4
TOTAL MENÚ						325,4	7,3	5,0	60,6	193,4	142,6	1,55
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						25%	16%	12%	33%	17%	20%	28%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

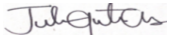
MENÚS No 15

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	7	7	32,6	0,3	1,2	5,3	0,0	2,5	0,2
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	30	26	42,1	4,0	2,9	0,0	25,0	2,0	0,2
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	20	18	17,5	0,4	0,0	3,8	1,8	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	4	4	1,5	0,1	0,0	0,3	0,2	0,9	0,0
		B103	Tomate, crudo	4	3	0,7	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	45	31	50,8	0,4	0,1	12,0	8,0	2,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						255,1	8,4	12,6	26,5	470,9	132,1	0,8
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						20%	19%	29%	15%	42%	19%	14%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 16

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		C031	Guayaba, madura, cruda	106	80	56,4	0,7	0,2	10,7	2,4	10,3	0,2
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T015	Frijol nima, crudo	20	20	74,0	3,9	0,2	12,2	#¡REF!	31,0	1,6
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	5	1,9	0,1	0,0	0,4	0,2	1,1	0,0
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,2	0,4	0,0
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	7	6,3	6,1	0,1	0,0	1,3	0,6	0,5	0,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						322,0	9,2	9,0	46,7	#¡REF!	167,1	2,12
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						25%	20%	21%	26%	#¡REF!	24%	38%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

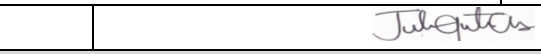
MENÚS No 17

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30	30	105,9	2,0	0,1	24,0	0,6	2,7	0,2
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0
			Clavos	2	2							
			Canela	2	2							
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	15	15	63,6	1,4	1,5	10,9	141,6	5,7	0,8
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	160	80	63,2	0,5	0,0	13,7	3,2	12,0	0,4
TOTAL MENÚ						325,36	7,349	5,033	60,588	193,37	142,6	1,552
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						25%	16%	12%	33%	17%	20%	28%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

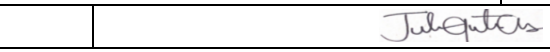
MENU No 18

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	5,9	6,3	0,7
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	30	44,3	3,7	3,2	0,1	41,3	15,7	0,5
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	30	20,7	24,8	0,3	0,1	5,3	2,3	8,9	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
FRUTA	NARANJA	C062	Naranja, cruda	100	60	24,6	0,4	0,2	5,3	1,2	19,8	0,8
TOTAL MENÚ						258,2	8,0	11,9	29,2	486,4	173,2	2,21
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						20%	18%	28%	16%	43%	25%	40%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 19

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	15	15	69,9	0,5	2,5	11,3	0,0	5,4	0,5
		Clavos		2	2							
		Canela		2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO A LA PLANCHA	F011	Cerdo, carne magra, cruda	25	25	35,0	5,4	1,5	0,1	13,0	4,3	0,2
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						267,7	10,3	12,5	28,4	449,1	133,4	0,91
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						21%	23%	29%	16%	40%	19%	16%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 20

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	SODIO (mg)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	48,0	122,2	0,1
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	10	10	41,1	1,7	0,8	6,4	0,3	5,4	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS CON TOMATE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	30	44,3	3,7	3,2	0,1	41,3	15,7	0,5
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B103	Tomate, crudo	14	11,2	2,6	0,1	0,0	0,5	0,7	1,0	0,1
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	15	53,0	1,0	0,1	12,0	0,3	1,4	0,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3	3	1,2	0,0	0,0	0,2	0,9	0,7	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	193,9	0,1	0,0
TOTAL MENÚ						253,8	10,0	10,5	29,2	479,2	146,6	1,21
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	1133	700	5,6
% ADECUACIÓN						20%	22%	24%	16%	42%	21%	22%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

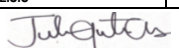
Gobernación del CAUCA · Secretaría de Educación y Cultura · PAE Cauca – Programa de Alimentación Escolar	FORMATO ANALISIS NUTRICIONAL	Código: FR-SED-PAE-035 Versión: 1 Fecha: 7/12/2022

ENTIDAD TERRITORIAL:	CAUCA
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	NO
GRUPO ÉTNICO	SIN PERTENENCIA ETNICA
MODALIDAD DE ATENCIÓN	RACIÓN PARA PREPARAR EN SITIO
TIPO DE COMPLEMENTO	COMPLEMENTO JM/JT
NIVEL:	GRADOS 1-2 Y 3

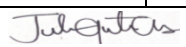
MENU No 1

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K033	Panela	7	7	25,5	0,0	0,0	6,3	2,9	0,3	2,73
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	20	20	77,2	4,6	0,3	12,1	23,8	1,1	2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	7	2,7	0,1	0,0	0,5	1,6	0,0	0,266
		B103	Tomate, crudo	7	5,6	1,3	0,1	0,0	0,2	0,5	0,0	0,336
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	10	9	8,7	0,2	0,0	1,9	0,7	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
FRUTA	RODAJA DE PIÑA	C072	Piña, cruda	200	110	61,6	0,7	0,1	13,6	17,6	0,6	3,3
TOTAL MENÚ						**394,1**	**11,2**	**10,5**	**60,4**	**190,7**	**2,4**	**453,2**
RECOMENDACIÓN						**1629**	**57**	**54,3**	**228,1**	**800**	**6,2**	**1200**
% ADECUACIÓN						**24%**	**20%**	**19%**	**26%**	**24%**	**38%**	**38%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

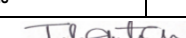
MENÚS No 2

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	20	20	93,2	0,7	3,3	15,1	7,2	0,7	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS REVUELTOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	RETACADAS DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	59	40	66,6	0,5	0,1	15,8	3,2	0,2	10,4
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						**325,4**	**10,9**	**15,2**	**36,0**	**159,1**	**1,8**	**515,0**
RECOMENDACIÓN						**1629**	**57**	**54,3**	**228,1**	**800**	**6,2**	**1200**
% ADECUACIÓN						**20%**	**19%**	**28%**	**16%**	**20%**	**29%**	**43%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

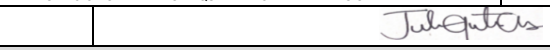
MENÚ No 3

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,9
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	40	34	56,1	5,3	3,9	0,0	2,7	0,2	33,3
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	6,65	2,7	0,1	0,0	0,5	1,6	0,0	0,3
		B103	Tomate, crudo	7	5,6	1,3	0,1	0,0	0,2	0,5	0,0	0,3
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	10	10	8,9	0,2	0,0	1,9	1,2	0,1	0,6
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	5	5	18,6	0,7	0,1	3,7	1,3	0,2	0,3
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						331,22	11,46	11,55	44,91	138,26	1,53	476,95
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						20%	20%	21%	20%	17%	25%	40%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 4

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE MANGO EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		C051	Mango común, crudo	180	90	71,1	0,5	0,0	15,4	13,5	0,5	3,6
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5	4	2,0	0,0	0,0	0,4	1,1	0,0	1,5
		B052	Habichuela, cruda	5	5	1,9	0,1	0,0	0,3	1,8	0,0	0,3
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						370,08	12,12	13,92	46,85	170,37	1,69	511,52
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						23%	21%	26%	21%	21%	27%	43%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

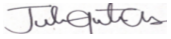
MENÚ No 5

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K033	Panela	25	25	91,0	0,2	0,0	22,6	10,5	1,2	9,8
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO A LA PLANCHA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	30	28	46,3	5,8	2,6	0,0	3,1	0,2	17,6
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						326,43	11,02	10,15	47,59	138,26	1,69	463,61
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						20%	19%	19%	21%	17%	27%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

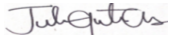
MENÚ No 6

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		C031	Guayaba, madura, cruda	120	90	63,9	0,8	0,3	12,1	11,7	0,3	2,7
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	45	31	37,3	0,5	0,1	8,0	13,4	0,2	3,4
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						322,64	10,93	16,17	30,18	173,73	1,37	510,70
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						20%	19%	30%	13%	22%	22%	43%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 7

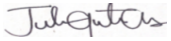
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	47,97
		K033	Panela	10	10	36,4	0,1	0,0	9,0	4,2	0,5	3,9
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	30	30	116,1	6,9	0,3	18,3	15,3	2,2	8,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	7	2,7	0,1	0,0	0,5	1,6	0,0	0,266
		B103	Tomate, crudo	7	5,6	1,3	0,1	0,0	0,2	0,5	0,0	0,336
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	8	8	7,1	0,2	0,0	1,5	1,0	0,1	0,48
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
TOTAL MENÚ						370,7	12,4	9,9	54,6	147,3	3,0	449,4
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						23%	22%	18%	24%	18%	49%	37%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 8

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	10	10	41,1	1,7	0,8	6,4	5,4	0,5	0,3
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	PASTAS CON CARNE MOLIDA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	15	15	55,7	2,0	0,2	11,2	3,8	0,6	0,9
		F099	Res, carne magra, cruda	20	20	27,8	4,4	1,1	0,0	1,2	0,5	10,2
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						374,1	13,3	12,7	50,6	138,0	1,9	448,5
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						23%	23%	23%	22%	17%	31%	37%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

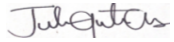
MENU No 9

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	10	10	46,6	0,4	1,7	7,6	3,6	0,4	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO CON VERDURAS	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	25	23	38,6	4,8	2,1	0,0	2,6	0,2	14,6
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	7	6	2,8	0,0	0,0	0,6	1,6	0,0	2,1
		B103	Tomate, crudo	7	6	1,3	0,1	0,0	0,2	0,5	0,0	0,3
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	7	2,7	0,1	0,0	0,5	1,6	0,0	0,3
		B080	Pimentón rojo, crudo	7	6	2,1	0,1	0,0	0,4	0,4	0,0	0,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	3	3	11,1	0,4	0,0	2,2	0,8	0,1	0,2
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	155	109	58,6	1,0	0,1	12,4	38,0	0,3	2,2
TOTAL MENÚ						370,9	11,9	13,5	48,9	173,7	1,3	456,1
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						23%	21%	25%	21%	22%	21%	38%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA GUTIERREZ ARENAS	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 10

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	47,97
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	30	30	127,2	2,9	2,9	21,9	11,4	1,7	283,2
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	160	80	63,2	0,5	0,0	13,7	12,0	0,4	3,2
TOTAL MENÚ						406,6	9,1	6,5	75,5	148,8	2,4	335,1
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						25%	16%	12%	33%	19%	39%	28%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA GUTIERREZ ARENAS	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

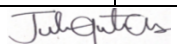
MENÚ No 11

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	10	10	41,1	1,7	0,8	6,4	5,4	0,5	0,3
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	20	20	77,4	4,6	0,2	12,2	10,2	1,4	5,4
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	7	2,7	0,1	0,0	0,5	1,6	0,0	0,3
		B103	Tomate, crudo	7	5,6	1,3	0,1	0,0	0,2	0,5	0,0	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	7	6	6,1	0,1	0,0	1,3	0,5	0,1	0,6
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						346,53	11,67	9,51	50,65	142,89	2,26	443,21
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						21%	20%	18%	22%	18%	36%	37%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

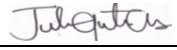
MENU No 12

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,9
			Canela	2,00	2							
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	155	109	58,6	1,0	0,1	12,4	38,0	0,3	2,2
TOTAL MENÚ						385,1	12,4	14,0	51,1	195,2	2,2	513,1
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						24%	22%	26%	22%	24%	35%	43%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 13

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	10	10	46,6	0,4	1,7	7,6	3,6	0,4	0,0
			Clavos	2	2							
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO SUDADO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	35	33	54,0	6,7	3,0	0,0	3,6	0,2	20,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	10	9	8,7	0,2	0,0	1,9	0,7	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	6,65	2,7	0,1	0,0	0,5	1,6	0,0	0,3
		B103	Tomate, crudo	7	5,6	1,3	0,1	0,0	0,2	0,5	0,0	0,3
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						320,43	12,52	14,24	35,22	134,69	0,97	458,29
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						20%	22%	26%	15%	17%	16%	38%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 14

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	47,97
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	30	30	127,2	2,9	2,9	21,9	11,4	1,7	283,2
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	160	80	63,2	0,5	0,0	13,7	12,0	0,4	3,2
TOTAL MENÚ						406,6	9,1	6,5	75,5	148,8	2,4	335,1
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						25%	16%	12%	33%	19%	39%	28%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

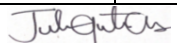
MENÚS No 15

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	10	10	46,6	0,4	1,7	7,6	3,6	0,4	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	50	43	70,1	6,6	4,8	0,0	3,4	0,3	41,7
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	25	23	21,8	0,5	0,0	4,7	1,8	0,2	2,3
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	7	2,7	0,1	0,0	0,5	1,6	0,0	0,3
		B103	Tomate, crudo	7	6	1,3	0,1	0,0	0,2	0,5	0,0	0,3
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	50	34	56,4	0,4	0,1	13,4	2,7	0,1	8,8
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						317,8	11,4	16,1	31,3	136,1	1,0	489,1
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						20%	20%	30%	14%	17%	17%	41%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 16

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		C031	Guayaba, madura, cruda	120	90	63,9	0,8	0,3	12,1	11,7	0,3	2,7
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T015	Frijol nima, crudo	27	27	99,9	5,2	0,3	16,5	41,9	2,2	#¡REF!
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	7	2,7	0,1	0,0	0,5	1,6	0,0	0,3
		B103	Tomate, crudo	7	5,6	1,3	0,1	0,0	0,2	0,5	0,0	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	10	9	8,7	0,2	0,0	1,9	0,7	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						403,4	11,5	10,2	61,2	181,1	2,8	#¡REF!
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						25%	20%	19%	27%	23%	46%	#¡REF!
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚS No 17

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	47,97
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	30	30	127,2	2,9	2,9	21,9	11,4	1,7	283,2
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	160	80	63,2	0,5	0,0	13,7	12,0	0,4	3,2
TOTAL MENÚ						406,6	9,1	6,5	75,5	148,8	2,4	335,1
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						25%	16%	12%	33%	19%	39%	28%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 18

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,9
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	55	38	45,5	0,6	0,1	9,8	16,3	0,2	4,2
		D012	Aceite de soya	3,00	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
FRUTA	NARANJA	C062	Naranja, cruda	150	90	36,9	0,6	0,3	7,9	29,7	1,2	1,8
TOTAL MENÚ						320,7	10,9	14,2	36,4	201,0	3,0	516,4
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						20%	19%	26%	16%	25%	49%	43%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 19

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	15	15	69,9	0,5	2,5	11,3	5,4	0,5	0,0
		Clavos		2	2							
		Canela		2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO A LA PLANCHA	F011	Cerdo, carne magra, cruda	30	30	42,0	6,4	1,8	0,1	5,1	0,2	15,6
		D012	Aceite de soya	2,00	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						310,0	12,1	12,8	36,4	135,2	1,0	451,9
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						19%	21%	24%	16%	17%	17%	38%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

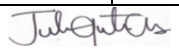
MENÚ No 20

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	10	10	41,1	1,7	0,8	6,4	5,4	0,5	0,3
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS CON TOMATE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B103	Tomate, crudo	14	11,2	2,6	0,1	0,0	0,5	1,0	0,1	0,7
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	7	6	2,8	0,0	0,0	0,6	1,6	0,0	2,1
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						320,2	13,2	12,7	37,6	158,9	1,6	508,1
RECOMENDACIÓN						1629	57	54,3	228,1	800	6,2	1200
% ADECUACIÓN						20%	23%	23%	16%	20%	27%	42%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

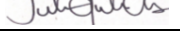
Gobernación del CAUCA · Secretaría de Educación y Cultura · PAE Cauca – Programa de Alimentación Escolar	FORMATO ANALISIS NUTRICIONAL	Código: FR-SED-PAE-035 Versión: 1 Fecha: 7/12/2022

ENTIDAD TERRITORIAL:	CAUCA
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	NO
GRUPO ÉTNICO	SIN PERTENENCIA ETNICA
MODALIDAD DE ATENCIÓN	RACIÓN PARA PREPARAR EN SITIO
TIPO DE COMPLEMENTO	COMPLEMENTO JM/JT
NIVEL:	GRADOS 4 Y 5

MENU No 1

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	47,97
		K033	Panela	10	10	36,4	0,1	0,0	9,0	4,2	0,5	3,9
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	30	30	115,8	6,8	0,5	18,1	35,7	1,6	3
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	10	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,38
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,48
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	10	9	8,7	0,2	0,0	1,9	0,7	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
FRUTA	RODAJA DE PIÑA	C072	Piña, cruda	200	110	61,6	0,7	0,1	13,6	17,6	0,6	3,3
TOTAL MENÚ						**470,6**	**13,7**	**10,2**	**76,7**	**186,8**	**3,1**	**448,4**
RECOMENDACIÓN						**1994**	**69,8**	**66,5**	**279,2**	**1100**	**8,7**	**1500**
% ADECUACIÓN						**24%**	**20%**	**15%**	**27%**	**17%**	**36%**	**30%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

MENÚS No 2

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	15	15	69,9	0,5	2,5	11,3	5,4	0,5	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS REVUELTYOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	80	72	107,3	9,1	7,8	0,2	38,2	1,2	100,1
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	RETACADA DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	85	58	95,9	0,7	0,1	22,7	4,6	0,2	15,0
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						**365,0**	**13,7**	**16,8**	**39,2**	**170,6**	**2,0**	**550,9**
RECOMENDACIÓN						**1994**	**69,8**	**66,5**	**279,2**	**1100**	**8,7**	**1500**
% ADECUACIÓN						**18%**	**20%**	**25%**	**14%**	**16%**	**24%**	**37%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

MENÚ No 3

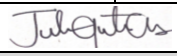
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,9
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	50	43	70,1	6,6	4,8	0,0	3,4	0,3	41,7
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	12	12	10,7	0,3	0,0	2,3	1,4	0,1	0,7
		D012	Aceite de soya	4	3,5	31,5	0,0	3,5	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	5	5	18,6	0,7	0,1	3,7	1,3	0,2	0,3
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						397,52	13,55	14,06	53,62	140,98	1,70	485,86
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						20%	19%	21%	19%	13%	20%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			JULIANA GUTIERREZ ARENAS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 4

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE MANGO EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		C051	Mango común, crudo	180	90	71,1	0,5	0,0	15,4	13,5	0,5	3,6
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	80	72	107,3	9,1	7,8	0,2	38,2	1,2	100,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	7	5,95	2,8	0,0	0,0	0,6	1,6	0,0	2,1
		B052	Habichuela, cruda	7	6,3	2,7	0,1	0,0	0,5	2,5	0,1	0,4
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						448,42	15,67	16,39	57,20	184,38	2,18	543,70
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						22%	22%	25%	20%	17%	25%	36%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			JULIANA GUTIERREZ ARENAS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

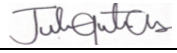
MENÚ No 5

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K033	Panela	30	30	109,2	0,2	0,0	27,1	12,6	1,5	11,7
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO A LA PLANCHA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	40	37	61,8	7,7	3,4	0,0	4,1	0,3	23,4
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						404,37	13,64	12,05	60,12	142,28	2,08	471,62
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						20%	20%	18%	22%	13%	24%	31%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA GUTIERREZ ARENAS			
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL		T.P 1.061.762.401	

MENÚ No 6

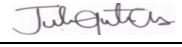
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		C031	Guayaba, madura, cruda	120	90	63,9	0,8	0,3	12,1	11,7	0,3	2,7
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	80	72	107,3	9,1	7,8	0,2	38,2	1,2	100,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	65	45	53,8	0,7	0,1	11,6	19,3	0,3	4,9
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						389,66	13,97	19,64	35,79	191,59	1,84	543,49
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						20%	20%	30%	13%	17%	21%	36%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA GUTIERREZ ARENAS			
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL		T.P 1.061.762.401	

MENU No 7

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	47,97
		K033	Panela	7	7	25,5	0,0	0,0	6,3	2,9	0,3	2,73
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	35	35	135,5	8,1	0,3	21,4	17,9	2,5	9,45
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	10	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,38
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,48
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	15	15	13,4	0,3	0,0	2,8	1,8	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
TOTAL MENÚ						422,3	14,4	10,0	64,6	151,2	3,4	450,4
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						21%	21%	15%	23%	14%	39%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 8

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	15	15	61,7	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	PASTAS CON CARNE MOLIDA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	20	20	74,2	2,6	0,3	14,9	5,0	0,8	1,2
		F099	Res, carne magra, cruda	30	30	41,7	6,5	1,7	0,0	1,8	0,8	15,3
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	9,5	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20	20	70,6	1,3	0,1	16,0	1,8	0,2	0,4
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						418,5	16,6	14,7	53,6	142,1	2,6	454,0
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						21%	24%	22%	19%	13%	30%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 9

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	10	10	46,6	0,4	1,7	7,6	3,6	0,4	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO CON VERDURAS	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	35	33	54,0	6,7	3,0	0,0	3,6	0,2	20,5
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	10	9	4,0	0,1	0,0	0,8	2,3	0,0	3,0
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	10	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
		B080	Pimentón rojo, crudo	10	9	3,0	0,1	0,0	0,5	0,6	0,0	0,2
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	4	4	14,8	0,5	0,1	3,0	1,0	0,2	0,2
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	165	116	62,4	1,0	0,1	13,2	40,4	0,3	2,3
TOTAL MENÚ						423,9	14,8	13,5	59,2	180,1	1,6	463,5
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						21%	21%	20%	21%	16%	18%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

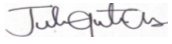
MENÚ No 10

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	158,9	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	47,97
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	35	35	148,4	3,4	3,4	25,5	13,3	2,0	330,4
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	180	90	71,1	0,5	0,0	15,4	13,5	0,5	3,6
TOTAL MENÚ						471,0	10,3	7,0	88,9	153,1	2,8	382,9
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						24%	15%	11%	32%	14%	33%	26%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 11

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	15	15	61,7	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	30	30	116,1	6,9	0,3	18,3	15,3	2,2	8,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	10	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	7	6	6,1	0,1	0,0	1,3	0,5	0,1	0,6
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20	20	70,6	1,3	0,1	16,0	1,8	0,2	0,4
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						407,82	14,56	11,96	56,27	151,14	3,19	446,22
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						20%	21%	18%	20%	14%	37%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

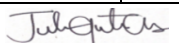
MENU No 12

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,9
			Canela	2	2							
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	165	116	62,4	1,0	0,1	13,2	40,4	0,3	2,3
TOTAL MENÚ						441,8	13,5	14,1	63,9	199,0	2,3	513,5
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						22%	19%	21%	23%	18%	27%	34%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 13

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	15	15	69,9	0,5	2,5	11,3	5,4	0,5	0,0
			Clavos	2	2							
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO SUDADO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	35	33	54,0	6,7	3,0	0,0	3,6	0,2	20,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	10	9	8,7	0,2	0,0	1,9	0,7	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	10	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						398,37	13,76	15,14	51,33	138,74	1,28	458,85
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						20%	20%	23%	18%	13%	15%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 14

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	158,9	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	47,97
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	35	35	148,4	3,4	3,4	25,5	13,3	2,0	330,4
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	180	90	71,1	0,5	0,0	15,4	13,5	0,5	3,6
TOTAL MENÚ						471,0	10,3	7,0	88,9	153,1	2,8	382,9
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						24%	15%	11%	32%	14%	33%	26%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚS No 15

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	20	20	93,2	0,7	3,3	15,1	7,2	0,7	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	55	47	77,1	7,2	5,3	0,0	3,7	0,3	45,8
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	25	23	21,8	0,5	0,0	4,7	1,8	0,2	2,3
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	10	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	85	58	95,9	0,7	0,1	22,7	4,6	0,2	15,0
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						403,6	12,7	17,3	48,6	142,8	1,5	499,7
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						20%	18%	26%	17%	13%	18%	33%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

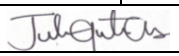
MENU No 16

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		C031	Guayaba, madura, cruda	120	90	63,9	0,8	0,3	12,1	11,7	0,3	2,7
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T015	Frijol nima, crudo	35	35	129,5	6,8	0,4	21,4	54,3	2,8	#¡REF!
		B027	Cebolla cabezona, cruda	10	10	3,8	0,1	0,0	0,7	2,3	0,0	0,4
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	10	9	8,7	0,2	0,0	1,9	0,7	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						470,0	13,7	10,3	74,4	195,3	3,6	#¡REF!
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						24%	20%	16%	27%	18%	41%	#¡REF!
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

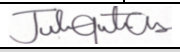
MENÚS No 17

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	158,9	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	47,97
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	27,8	0,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	35	35	148,4	3,4	3,4	25,5	13,3	2,0	330,4
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	180	90	71,1	0,5	0,0	15,4	13,5	0,5	3,6
TOTAL MENÚ						471,0	10,3	7,0	88,9	153,1	2,8	382,9
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						24%	15%	11%	32%	14%	33%	26%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 18

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,9
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	80	72	107,3	9,1	7,8	0,2	38,2	1,2	100,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	100	69	82,8	1,0	0,2	17,8	29,7	0,4	7,6
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
FRUTA	NARANJA	C062	Naranja, cruda	160	96	39,4	0,7	0,3	8,4	31,7	1,2	1,9
TOTAL MENÚ						411,9	14,3	18,7	45,0	228,3	3,7	551,2
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						21%	20%	28%	16%	21%	42%	37%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 19

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	15	15	69,9	0,5	2,5	11,3	5,4	0,5	0,0
		Clavos		2	2							
		Canela		2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO A LA PLANCHA	F011	Cerdo, carne magra, cruda	40	40	56,0	8,6	2,4	0,1	6,8	0,3	20,8
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						386,0	15,2	14,5	48,4	138,2	1,2	457,4
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						19%	22%	22%	17%	13%	14%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

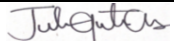
MENÚ No 20

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	64,9	3,4	3,5	5,0	122,2	0,1	48,0
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	15	15	61,7	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS CON TOMATE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55	50	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B103	Tomate, crudo	14	11	2,6	0,1	0,0	0,5	1,0	0,1	0,7
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	10	9	4,0	0,1	0,0	0,8	2,3	0,0	3,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						403,9	15,0	14,1	53,0	163,7	2,0	509,5
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN						20%	22%	21%	19%	15%	23%	34%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

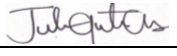
Gobernación del CAUCA · Secretaría de Educación y Cultura · PAE Cauca	FORMATO ANALISIS NUTRICIONAL	Código: FR-SED-PAE-035 Versión: 1 Fecha: 7/12/2022

ENTIDAD TERRITORIAL:	CAUCA
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	NO
GRUPO ÉTNICO	SIN PERTENENCIA ETNICA
MODALIDAD DE ATENCIÓN	RACIÓN PARA PREPARAR EN SITIO
TIPO DE COMPLEMENTO	COMPLEMENTO JM/JT
NIVEL:	SECUNDARIA

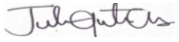
MENU No 1

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K033	Panela	10	10	36,4	0,1	0,0	9,0	4,2	0,5	3,9
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	40	40	154,4	9,1	0,6	24,2	47,6	2,1	4
		B027	Cebolla cabezona, cruda	12	11	4,6	0,2	0,0	0,9	2,7	0,0	0,456
		B103	Tomate, crudo	12	9,6	2,2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,576
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	12	11	10,5	0,2	0,0	2,3	0,9	0,1	1,08
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	159	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		D012	Aceite de soya	4	4	36	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
FRUTA	RODAJA DE PIÑA	C072	Piña, cruda	200	110	61,6	0,7	0,1	13,6	17,6	0,6	3,3
TOTAL MENÚ						**584,3**	**17,3**	**13,9**	**92,2**	**219,2**	**3,8**	**457,4**
RECOMENDACIÓN						**2491**	**87,2**	**83**	**348,7**	**1100**	**9,5**	**1500**
% ADECUACIÓN						**23%**	**20%**	**17%**	**26%**	**20%**	**40%**	**30%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

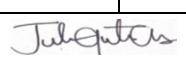
MENÚS No 2

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	20	20	93,2	0,7	3,3	15,1	7,2	0,7	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS REVUELTOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111	100	148,9	12,6	10,8	0,3	52,9	1,7	138,9
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	RETACADA DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	110	75	124,2	0,9	0,1	29,4	6,0	0,3	19,4
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						**468,1**	**18,2**	**21,2**	**50,6**	**207,4**	**2,8**	**601,5**
RECOMENDACIÓN						**2491**	**87,2**	**83**	**348,7**	**1100**	**9,5**	**1500**
% ADECUACIÓN						**19%**	**21%**	**26%**	**14%**	**19%**	**29%**	**40%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

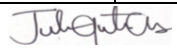
MENÚ No 3

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K033	Panela	25	25	91,0	0,2	0,0	22,6	10,5	1,2	9,8
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	70	60	98,2	9,2	6,8	0,0	4,8	0,4	58,3
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,1	0,0	0,5	1,1	0,1	0,7
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	15	15	13,4	0,3	0,0	2,8	1,8	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	4	3,5	31,5	0,0	3,5	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	158,9	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	5	5	18,6	0,7	0,1	3,7	1,3	0,2	0,3
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						512,74	17,61	16,59	72,51	168,10	2,44	514,61
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						21%	20%	20%	21%	15%	26%	34%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			JULIANA GUTIERREZ ARENAS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

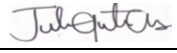
MENÚ No 4

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE MANGO EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		C051	Mango común, crudo	200	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	80	72	107,3	9,1	7,8	0,2	38,2	1,2	100,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	10	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	158,9	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	10	8,5	4,0	0,1	0,0	0,8	2,3	0,0	3,0
		B052	Habichuela, cruda	10	9	3,9	0,2	0,0	0,6	3,6	0,1	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						507,93	17,00	16,97	69,12	207,35	2,35	552,74
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	19%	20%	20%	19%	25%	37%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			JULIANA GUTIERREZ ARENAS									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 5

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K033	Panela	30	30	109,2	0,2	0,0	27,1	12,6	1,5	11,7
			Canela	2,0								
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO A LA PLANCHA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	55	51	84,9	10,6	4,7	0,1	5,6	0,4	32,2
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	158,9	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						490,81	17,73	15,91	68,92	163,52	2,27	487,98
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	20%	19%	20%	15%	24%	33%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

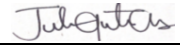
MENÚ No 6

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		C031	Guayaba, madura, cruda	135	101	71,9	0,9	0,3	13,6	13,2	0,3	3,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111	100	148,9	12,6	10,8	0,3	52,9	1,7	138,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	80	55	66,2	0,8	0,2	14,2	23,7	0,3	6,1
		D012	Aceite de soya	7	7	63,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						483,59	18,27	25,25	41,81	231,09	2,42	591,13
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						19%	21%	30%	12%	21%	25%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 7

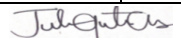
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K033	Panela	13	13	47,3	0,1	0,0	11,7	5,5	0,6	5,07
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	45	45	174,2	10,4	0,4	27,5	23,0	3,2	12,15
		B027	Cebolla cabezona, cruda	12	11	4,6	0,2	0,0	0,9	2,7	0,0	0,456
		B103	Tomate, crudo	12	9,6	2,2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,576
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	15	15	13,4	0,3	0,0	2,8	1,8	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
TOTAL MENÚ						520,6	17,7	11,6	81,1	178,7	4,5	463,1
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						21%	20%	14%	23%	16%	47%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 8

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	15	15	61,7	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	PASTAS CON CARNE MOLIDA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	25	25	92,8	3,3	0,4	18,7	6,3	1,0	1,5
		F099	Res, carne magra, cruda	35	35	48,7	7,6	2,0	0,0	2,1	0,9	17,9
		D012	Aceite de soya	9	9	81,0	0,0	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	12	11,4	4,6	0,2	0,0	0,9	2,7	0,0	0,5
		B103	Tomate, crudo	12	9,6	2,2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30	30	105,9	2,0	0,1	24,0	2,7	0,2	0,6
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						539,3	19,6	20,6	67,3	164,0	3,0	464,6
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						22%	22%	25%	19%	15%	32%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

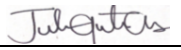
MENU No 9

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	15	15	69,9	0,5	2,5	11,3	5,4	0,5	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO CON VERDURAS	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	40	37	61,8	7,7	3,4	0,0	4,1	0,3	23,4
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	12	10	4,8	0,1	0,0	1,0	2,8	0,0	3,6
		B103	Tomate, crudo	12	10	2,2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
		B027	Cebolla cabezona, cruda	12	11	4,6	0,2	0,0	0,9	2,7	0,0	0,5
		B080	Pimentón rojo, crudo	12	10	3,6	0,1	0,0	0,6	0,7	0,0	0,2
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	158,9	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	4	4	14,8	0,5	0,1	3,0	1,0	0,2	0,2
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	170	119	64,3	1,1	0,1	13,6	41,7	0,4	2,4
TOTAL MENÚ						513,6	17,2	16,3	72,6	204,5	1,9	474,9
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						21%	20%	20%	21%	19%	20%	32%

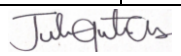
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA GUTIERREZ ARENAS	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 10

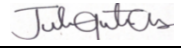
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	60	60	211,8	4,0	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	45	45	190,8	4,3	4,4	32,8	17,1	2,5	424,8
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	200	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4
TOTAL MENÚ						588,2	12,9	8,6	111,7	178,5	3,6	485,4
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						24%	15%	10%	32%	16%	38%	32%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA GUTIERREZ ARENAS	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 11

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	15	15	61,7	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	40	40	154,8	9,2	0,4	24,4	20,4	2,9	10,8
		B027	Cebolla cabezona, cruda	12	11	4,6	0,2	0,0	0,9	2,7	0,0	0,5
		B103	Tomate, crudo	12	9,6	2,2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	10	9	8,7	0,2	0,0	1,9	0,7	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	7	7	63,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	0,5
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						516,81	17,82	15,61	70,90	176,31	4,00	456,84
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						21%	20%	19%	20%	16%	42%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

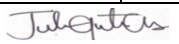
MENU No 12

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,9
			Canela	2	2							
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	158,9	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	80	72	107,3	9,1	7,8	0,2	38,2	1,2	100,1
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	170	119	64,3	1,1	0,1	13,6	41,7	0,4	2,4
TOTAL MENÚ						531,8	17,2	20,1	69,1	231,4	2,8	552,4
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						21%	20%	24%	20%	21%	29%	37%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

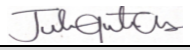
MENÚ No 13

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	20	20	93,2	0,7	3,3	15,1	7,2	0,7	0,0
			Clavos	2	2							
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO SUDADO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	50	47	77,2	9,6	4,3	0,0	5,1	0,3	29,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	15	13,5	13,1	0,3	0,0	2,8	1,1	0,1	1,4
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,1	0,0	0,5	1,1	0,1	0,7
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45	45	158,9	3,0	0,2	36,0	4,1	0,4	0,9
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						488,65	17,88	18,82	61,36	163,19	1,67	476,00
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	21%	23%	18%	15%	18%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

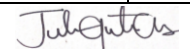
MENU No 14

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	60	60	211,8	4,0	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	45	45	190,8	4,3	4,4	32,8	17,1	2,5	424,8
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	200	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4
TOTAL MENÚ						588,2	12,9	8,6	111,7	178,5	3,6	485,4
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						24%	15%	10%	32%	16%	38%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

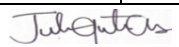
MENÚS No 15

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	25	25	116,5	0,9	4,2	18,9	9,0	0,9	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	70	60	98,2	9,2	6,8	0,0	4,8	0,4	58,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	25	23	21,8	0,5	0,0	4,7	1,8	0,2	2,3
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,1	0,0	0,5	1,1	0,1	0,7
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	110	75	124,2	0,9	0,1	29,4	6,0	0,3	19,4
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						489,0	15,7	20,1	60,3	167,3	1,9	524,5
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	18%	24%	17%	15%	20%	35%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

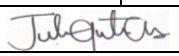
MENU No 16

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		C031	Guayaba, madura, cruda	135	101	71,9	0,9	0,3	13,6	13,2	0,3	3,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T015	Frijol nima, crudo	50	50	185,0	9,7	0,6	30,6	77,5	4,0	#¡REF!
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,1	0,0	0,5	1,1	0,1	0,7
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	15	13,5	13,1	0,3	0,0	2,8	1,1	0,1	1,4
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						607,3	17,8	14,1	94,3	241,1	4,9	#¡REF!
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						24%	20%	17%	27%	22%	52%	#¡REF!
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚS No 17

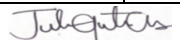
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	60	60	211,8	4,0	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	45	45	190,8	4,3	4,4	32,8	17,1	2,5	424,8
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	200	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4
TOTAL MENÚ						588,2	12,9	8,6	111,7	178,5	3,6	485,4
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						24%	15%	10%	32%	16%	38%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 18

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K033	Panela	25	25	91,0	0,2	0,0	22,6	10,5	1,2	9,8
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	80	72	107,3	9,1	7,8	0,2	38,2	1,2	100,1
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	120	83	99,4	1,2	0,2	21,4	35,6	0,5	9,1
		D012	Aceite de soya	6	6	54,0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
FRUTA	NARANJA	C062	Naranja, cruda	170	102	41,8	0,7	0,3	9,0	33,7	1,3	2,0
TOTAL MENÚ						486,3	15,1	20,3	58,9	259,2	4,3	564,1
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	17%	25%	17%	24%	46%	38%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

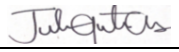
MENU No 19

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	20	20	93,2	0,7	3,3	15,1	7,2	0,7	0,0
		Clavos		2	2							
		Canela		2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO A LA PLANCHA	F011	Cerdo, carne magra, cruda	45	45	63,0	9,6	2,7	0,1	7,7	0,4	23,4
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55	55	194,2	3,7	0,2	44,1	5,0	0,4	1,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						479,2	18,0	16,2	65,0	161,0	1,6	467,7
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						19%	21%	20%	19%	15%	17%	31%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA GUTIERREZ ARENAS	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 20

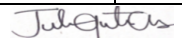
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	15	15	61,7	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	19,9	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS CON TOMATE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	80	72	107,3	9,1	7,8	0,2	38,2	1,2	100,1
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,1	0,0	0,7	1,4	0,1	1,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	1,0
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15	13	6,0	0,1	0,0	1,2	3,4	0,1	4,5
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						485,8	19,1	17,1	62,5	196,9	2,5	550,1
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83	348,7	1100	9,5	1500
% ADECUACIÓN						20%	22%	21%	18%	18%	26%	37%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA GUTIERREZ ARENAS	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

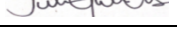
Gobernación del CAUCA – Secretaría de Educación y Cultura – PAE Cauca, Programa de Alimentación Escolar	FORMATO ANALISIS NUTRICIONAL	Código: FR-SED-PAE-035 Versión: 1 Fecha: 7/12/2022

ENTIDAD TERRITORIAL:	CAUCA
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	NO
GRUPO ÉTNICO	SIN PERTENENCIA ETNICA
MODALIDAD DE ATENCIÓN	RACIÓN PARA PREPARAR EN SITIO
TIPO DE COMPLEMENTO	COMPLEMENTO JM/JT
NIVEL:	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

MENU No 1

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,85
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	50	50	193,0	11,4	0,8	30,2	59,5	2,7	5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,57
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,1	0,0	0,5	1,1	0,1	0,72
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	12	11	10,5	0,2	0,0	2,3	0,9	0,1	1,08
		D012	Aceite de soya	7	7	63,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55	55	194	3,7	0,2	44,1	5,0	0,4	1,1
		D012	Aceite de soya	4	4	36	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
FRUTA	RODAJA DE PIÑA	C072	Piña, cruda	200	110	61,6	0,7	0,1	13,6	17,6	0,6	3,3
TOTAL MENÚ						**696,1**	**20,3**	**16,1**	**111,0**	**235,0**	**4,6**	**460,8**
RECOMENDACIÓN						**2900**	**101,5**	**96,7**	**406**	**1100**	**11,8**	**1500**
% ADECUACIÓN						**24%**	**20%**	**17%**	**27%**	**21%**	**39%**	**31%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

MENÚS No 2

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	25	25	116,5	0,9	4,2	18,9	9,0	0,9	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS REVUELTOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111	100	148,9	12,6	10,8	0,3	52,9	1,7	138,9
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	RETACADA DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	160	109	180,6	1,3	0,2	42,8	8,7	0,4	28,3
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						**574,8**	**18,7**	**25,1**	**67,7**	**211,9**	**3,1**	**610,3**
RECOMENDACIÓN						**2900**	**101,5**	**96,7**	**406**	**1100**	**11,8**	**1500**
% ADECUACIÓN						**20%**	**18%**	**26%**	**17%**	**19%**	**26%**	**41%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

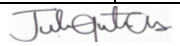
MENÚ No 3

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K033	Panela	25	25	91,0	0,2	0,0	22,6	10,5	1,2	9,8
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	90	77	126,2	11,9	8,7	0,0	6,1	0,5	75,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,1	0,0	0,7	1,4	0,1	1,0
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	20	20	17,8	0,4	0,0	3,8	2,4	0,2	1,2
		D012	Aceite de soya	4	3,5	31,5	0,0	3,5	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55	55	194,2	3,7	0,2	44,1	5,0	0,4	1,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	5	5	18,6	0,7	0,1	3,7	1,3	0,2	0,3
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						590,46	21,05	19,58	81,63	171,32	2,68	532,01
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						20%	21%	20%	20%	16%	23%	35%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 4

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE MANGO EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		C051	Mango común, crudo	200	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	9	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111	100	148,9	12,6	10,8	0,3	52,9	1,7	138,9
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12	5	1,8	0,1	0,0	0,3	2,7	0,0	0,7
		B103	Tomate, crudo	12	10	2,2	0,1	0,0	0,4	0,9	0,0	0,6
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55	55	194,2	3,7	0,2	44,1	5,0	0,4	1,1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	12	10	4,8	0,1	0,0	1,0	2,8	0,0	3,6
		B052	Habichuela, cruda	12	11	4,6	0,2	0,0	0,8	4,3	0,1	0,6
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						591,00	21,26	20,02	78,62	224,81	2,95	592,64
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						20%	21%	21%	19%	20%	25%	40%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 5

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K033	Panela	35	35	127,4	0,2	0,0	31,6	14,7	1,7	13,7
			Canela	2,00								
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO A LA PLANCHA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	65	60	100,3	12,5	5,6	0,1	6,6	0,4	38,1
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55	55	194,2	3,7	0,2	44,1	5,0	0,4	1,1
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						577,75	20,35	18,81	81,45	167,54	2,66	495,99
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						20%	20%	19%	20%	15%	23%	33%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

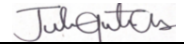
MENÚ No 6

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		C031	Guayaba, madura, cruda	135	101	71,9	0,9	0,3	13,6	13,2	0,3	3,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	9	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111	100	148,9	12,6	10,8	0,3	52,9	1,7	138,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	130	90	107,6	1,3	0,3	23,1	38,6	0,5	9,9
		D012	Aceite de soya	9	9	81,0	0,0	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						546,96	18,79	27,35	51,71	245,92	2,63	594,93
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						19%	19%	28%	13%	22%	22%	40%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 7

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,85
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	50	50	193,5	11,6	0,5	30,5	25,5	3,6	13,5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,57
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,1	0,0	0,5	1,1	0,1	0,72
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	15	15	13,4	0,3	0,0	2,8	1,8	0,1	0,9
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55	55	194,2	3,7	0,2	44,1	5,0	0,4	1,1
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,905
TOTAL MENÚ						**619,9**	**19,9**	**13,7**	**98,3**	**184,3**	**5,1**	**465,8**
RECOMENDACIÓN						**2900**	**101,5**	**96,7**	**406**	**1100**	**11,8**	**1500**
% ADECUACIÓN						**21%**	**20%**	**14%**	**24%**	**17%**	**43%**	**31%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

MENU No 8

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	20	20	82,2	3,4	1,5	12,8	10,8	0,9	0,6
		K003	Azúcar blanco, granulado	10	10	39,7	0,0	0,0	9,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO	PASTA CON CARNE MOLIDA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	30	30	111,3	3,9	0,5	22,4	7,5	1,2	1,8
		F099	Res, carne magra, cruda	45	45	62,6	9,8	2,6	0,0	2,7	1,2	23,0
		D012	Aceite de soya	10	10	90,0	0,0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14,25	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,1	0,0	0,5	1,1	0,1	0,7
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35	35	123,6	2,3	0,1	28,0	3,2	0,3	0,7
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						**628,6**	**23,7**	**22,7**	**80,5**	**169,9**	**3,8**	**470,5**
RECOMENDACIÓN						**2900**	**101,5**	**96,7**	**406**	**1100**	**11,8**	**1500**
% ADECUACIÓN						**22%**	**23%**	**23%**	**20%**	**15%**	**32%**	**31%**
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						**JULIANA GUTIERREZ ARENAS**						
FIRMA						**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**T.P 1.061.762.401**			

MENU No 9

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	20	20	93,2	0,7	3,3	15,1	7,2	0,7	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO CON VERDURAS	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	50	47	77,2	9,6	4,3	0,0	5,1	0,3	29,3
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15	13	6,0	0,1	0,0	1,2	3,4	0,1	4,5
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,1	0,0	0,5	1,1	0,1	0,7
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B080	Pimentón rojo, crudo	15	13	4,5	0,1	0,0	0,8	0,9	0,1	0,3
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55	55	194,2	3,7	0,2	44,1	5,0	0,4	1,1
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	4	4	14,8	0,5	0,1	3,0	1,0	0,2	0,2
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	170	119	64,3	1,1	0,1	13,6	41,7	0,4	2,4
TOTAL MENÚ						600,4	20,1	19,1	85,1	210,0	2,3	482,2
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						21%	20%	20%	21%	19%	19%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

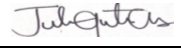
MENÚ No 10

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	70	70	247,1	4,7	0,3	56,1	6,3	0,6	1,4
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K003	Azúcar blanco, granulado	10	10	39,7	0,0	0,0	9,9	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	55	55	233,2	5,3	5,3	40,1	20,9	3,1	519,2
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	200	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4
TOTAL MENÚ						673,9	14,5	9,6	129,0	183,2	4,2	580,0
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						23%	14%	10%	32%	17%	36%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚ No 11

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	15	15	61,7	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	45	45	174,2	10,4	0,4	27,5	23,0	3,2	12,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	15	12	2,8	0,1	0,0	0,5	1,1	0,1	0,7
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	12	11	10,5	0,2	0,0	2,3	0,9	0,1	1,1
		D012	Aceite de soya	7	7	63,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	1,0
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						645,85	20,75	17,77	94,67	182,15	4,59	459,13
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						22%	20%	18%	23%	17%	39%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 12

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K033	Panela	15	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,9
			Canela	2	2							
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	60	60	211,8	4,0	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111	100	148,9	12,6	10,8	0,3	52,9	1,7	138,9
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	170	119	64,3	1,1	0,1	13,6	41,7	0,4	2,4
TOTAL MENÚ						626,4	21,7	23,2	81,2	247,5	3,3	591,5
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						22%	21%	24%	20%	23%	28%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

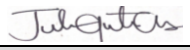
MENÚ No 13

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	15	15	69,9	0,5	2,5	11,3	5,4	0,5	0,0
			Clavos	2	2							
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO SUDADO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	60	56	92,6	11,6	5,1	0,1	6,1	0,4	35,2
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	30	27	26,2	0,5	0,1	5,6	2,2	0,2	2,7
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,1	0,0	0,7	1,4	0,1	1,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	60	60	211,8	4,0	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						565,75	20,94	20,94	72,60	165,20	1,81	483,74
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						20%	21%	22%	18%	15%	15%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

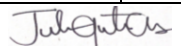
MENU No 14

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	70	70	247,1	4,7	0,3	56,1	6,3	0,6	1,4
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K003	Azúcar blanco, granulado	10	10	39,7	0,0	0,0	9,9	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	55	55	233,2	5,3	5,3	40,1	20,9	3,1	519,2
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	200	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4
TOTAL MENÚ						673,9	14,5	9,6	129,0	183,2	4,2	580,0
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						23%	14%	10%	32%	17%	36%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

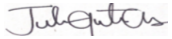
MENÚS No 15

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	25	25	116,5	0,9	4,2	18,9	9,0	0,9	0,0
			Clavos	2								
			Canela	2								
ALIMENTO PROTEICO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	85	72	119,2	11,2	8,2	0,0	5,8	0,4	70,8
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	30	27	26,2	0,5	0,1	5,6	2,2	0,2	2,7
		D012	Aceite de soya	2	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,1	0,0	0,7	1,4	0,1	1,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	160	109	180,6	1,3	0,2	42,8	8,7	0,4	28,3
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						571,7	18,2	21,7	74,8	171,7	2,2	546,5
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						20%	18%	22%	18%	16%	18%	36%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 16

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		C031	Guayaba, madura, cruda	135	101	71,9	0,9	0,3	13,6	13,2	0,3	3,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	8	8	31,8	0,0	0,0	7,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T015	Frijol nima, crudo	55	55	203,5	10,7	0,7	33,6	85,3	4,4	#¡REF!
		B027	Cebolla cabezona, cruda	15	14	5,7	0,2	0,0	1,1	3,4	0,0	0,6
		B103	Tomate, crudo	20	16	3,7	0,1	0,0	0,7	1,4	0,1	1,0
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	15	13,5	13,1	0,3	0,0	2,8	1,1	0,1	1,4
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55	55	194,2	3,7	0,2	44,1	5,0	0,4	1,1
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						670,6	19,8	13,2	109,5	250,5	5,5	#¡REF!
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						23%	20%	14%	27%	23%	46%	#¡REF!
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENÚS No 17

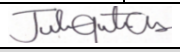
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	70	70	247,1	4,7	0,3	56,1	6,3	0,6	1,4
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,35
		K003	Azúcar blanco, granulado	10	10	39,7	0,0	0,0	9,9	0,0	0,0	0
			Clavos	2								
			Canela	2								
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS DE SODA	A027	Galletas saladas, tipo soda	55	55	233,2	5,3	5,3	40,1	20,9	3,1	519,2
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	200	100	79,0	0,6	0,0	17,1	15,0	0,5	4
TOTAL MENÚ						673,9	14,5	9,6	129,0	183,2	4,2	580,0
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						23%	14%	10%	32%	17%	36%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 18

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K033	Panela	30	30	109,2	0,2	0,0	27,1	12,6	1,5	11,7
			Canela	2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111	100	148,9	12,6	10,8	0,3	52,9	1,7	138,9
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	140	97	115,9	1,4	0,3	24,9	41,5	0,6	10,6
		D012	Aceite de soya	6	6	54,0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
FRUTA	NARANJA	C062	Naranja, cruda	170	102	41,8	0,7	0,3	9,0	33,7	1,3	2,0
TOTAL MENÚ						571,6	18,9	24,4	67,0	282,0	5,2	606,4
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						20%	19%	25%	17%	26%	44%	40%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						JULIANA GUTIERREZ ARENAS						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			T.P 1.061.762.401			

MENU No 19

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	25	25	116,5	0,9	4,2	18,9	9,0	0,9	0,0
		Clavos		2	2							
		Canela		2	2							
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO A LA PLANCHA	F011	Cerdo, carne magra, cruda	55	55	77,0	11,8	3,3	0,1	9,4	0,4	28,6
		D012	Aceite de soya	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	65	65	229,5	4,4	0,3	52,1	5,9	0,5	1,3
		D012	Aceite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						578,8	21,0	20,7	76,8	165,4	1,9	473,1
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						20%	21%	21%	19%	15%	16%	32%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 20

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	74,9	3,9	4,0	5,8	141,0	0,1	55,4
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	15	15	61,7	2,5	1,1	9,6	8,1	0,7	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado	9	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS CON TOMATE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111	100	148,9	12,6	10,8	0,3	52,9	1,7	138,9
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	1	1	9,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B103	Tomate, crudo	25	20	4,6	0,2	0,0	0,8	1,8	0,1	1,2
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	60	60	211,8	4,0	0,2	48,1	5,4	0,5	1,2
		D012	Aceite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15	13	6,0	0,1	0,0	1,2	3,4	0,1	4,5
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
TOTAL MENÚ						579,5	23,4	20,2	74,7	212,9	3,1	589,3
RECOMENDACIÓN						2900	101,5	96,7	406	1100	11,8	1500
% ADECUACIÓN						20%	23%	21%	18%	19%	26%	39%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

Gobernación del CAUCA | Secretaría de Educación y Cultura — PAE Cauca, Programa de Alimentación Escolar	GUIA DE PREPARACIÓN	Código: FR-SED-PAE-035 Versión: 1 Fecha: 7/12/2022

ENTIDAD TERRITORIAL:	CAUCA
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	NO
GRUPO ÉTNICO	SIN PERTENENCIA ETNICA
MODALIDAD DE ATENCIÓN	RACIÓN PARA PREPARAR EN SITIO
TIPO DE COMPLEMENTO	COMPLEMENTO JM/JT
NIVEL:	TODOS LOS GRADOS ESCOLARES

MENU No 1

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	15	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Poner en una olla a hervir la panela con agua y agregar la canela. 3. Una vez la panela se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibia.
		K033	Panela	7	7	10	10	15						
			Canela	2	2	2	2	2						
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	15	20	30	40	50	36	50	80	90	110	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Dejar las lentejas en remojo desde el día anterior o unas horas antes de la preparación. 2. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 3. Cocinar las lentejas junto con la papa hasta que esten blandos. 4. Hacer un guiso con el aceite, la cebolla y el tomate finamente picados. 5. Mezclar el guiso con las lentejas y agregar sal. 6. Cocinar nuevamente por 5 minutos. 7. Retirar del fuego y servir.
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	7	10	12	15						
		B103	Tomate, crudo	5	7	10	12	15						
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	7	10	10	12	12						
		D012	Aceite de soya	2	3	3	5	7						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15,0	25	35,0	45,0	55,0	45	65	80	130	150	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Hervir el agua con sal y aceite. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	3,0	3	3,0	4,0	4,0						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
FRUTA	RODAJA DE PIÑA	C072	Piña, cruda	145	200	200	200	200	80	110	110	110	110	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Pelar la fruta y picar en rodajas. 3. Servir.

Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**T.P 1.061.762.401**

MENÚS No 2

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Poner en una olla a hervirel chocolate con agua y agregar clavos y canela. 3. Una vez el chocolate se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibio.
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	13	20	15	20	25						
			Clavos	2	2	2	2	2						
			Canela	2	2	2	2	2						
ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS REVUELTOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	55	80	111	111	30	50	72	100	100	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Batir los huevos y agregar sal. 3. Calentar el aceite en un sárten y agregar los huevos batidos. 4. Revolver hasta que los huevos esten completamente cocinados 5. Retirat del fuego y servir.
		D012	Aceite de soya	1	1	1	1	1						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	RETACADA DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	59	59	85	110	160	40	40	58	75	109	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Lavar el plátano. 3. Poner una olla con agua a hervir a fuego alto. 4. Agregar el plátano al agua hirviendo y dejar hasta que se ablande. 5. Retirar del agua y aplastar con ayuda de una tabla o piedra. 6. Fritar en aceite bien caliente. 7. Retirar del fuego, agregar sal y servir.
		D012	Aceite de soya	2	2	2	2	5						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

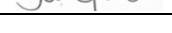
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 3

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Poner en una olla a hervir la panela con agua y agregar la canela. 3. Una vez la panela se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibia.
		K033	Panela	7	15	15	25	25						
			Canela	2	2	2	2	2						
ALIMENTO PROTEÍCO	PESCADO SUDADO	E007	Bagre, magro, sin cabeza, crudo	23	40	50	70	90	30	45	55	75	95	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Pelar la papa y cortar en rodajas. 3. Picar la cebolla y el tomate en cuadros pequeños y hacer un guiso en una olla grande. 4. Agregar el pescado y la papa al guiso y adicionar agua. 5. Dejar cocinar hasta que la papa se ablande. 6. Retirar del fuego y servir.
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	7	10	15	15						
		B103	Tomate, crudo	5	7	10	15	20						
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	7	10	12	15	20						
		D012	Aceite de soya	3	1	4	4	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	35	45	55	35	65	80	130	155	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Sofreir los cabellos de angel en el aceite hasta que esten dorados y agregar el agua y la sal. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	3,0	3,0	2,0	2,0	3,0						
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	5	5	5	5	5						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

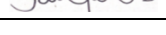
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 4

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	JUGO DE MANGO EN LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Lavar y desinfectar. 3. Retirar las partes no consumibles de la fruta. 4. Picar en trozos. 5. Licuar con agua y cernir. 6. Una vez listo, licuar nuevamente con la leche. 7. Servir preferiblemnte frio.
		C051	Mango común, crudo	160	180	180	200	200						
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	7	8	9						
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	55	80	80	111	30	50	72	72	100	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Limpiar y desinfectar la cebolla y el tomate. 3. Picar finamente la cebolla y el tomate. 4. Calentar el aceite en un sárten antiadherente. 5. Sofreir la cebolla y el tomate en el aceite preciamente caliente. 6. Agregar al sárten los huevos batidos y mezclar. 7. Dejar cocinar y retirar del fuego. 8. Servir.
		D012	Aceite de soya	2	2	2	2	2						
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	10	10	10	12						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
		B103	Tomate, crudo	5	10	10	10	12						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	35	45	55	35	65	80	130	155	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Pelar y rallar la zanahoria o picar en cuadros pequeños. 4. Cortar las habichuelas en rodajas delgadas. 5. Hervir el agua del arroz con sal y aceite. 6. Agregar el arroz y las verduraspreviamente organizadas. 7. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 8. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 9. Revolver y servir caliente.
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4	5	7	10	12						
		B052	Habichuela, cruda	4	5	7	10	12						
		D012	Aceite de soya	3	3	3	3	3						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 5

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	**AGUA DE PANELA CON LECHE**	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Poner en una olla a hervir la panela con agua y agregar la canela. 3. Una vez la panela se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibia.
		K033	Panela	20	25	30	30	35						
			Canela	2	2	2	2	2						
ALIMENTO PROTEÍCO	**POLLO A LA PLANCHA**	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	25	30	40	55	65	14	22	33	37	47	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Calentar el aceite en un sárten a fuego alto. 3. Poner el pollo fileteado y agregar sal. 4. Dejar cocinar el pollo por ambos dando vuelta por lado y lado. 5. Retirar del fuego y servir.
		D012	Aceite de soya	2	2	2	3	5						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	**ARROZ BLANCO**	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	35	45	55	45	65	80	130	155	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Hervir el agua con sal y aceite. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	2	2	3	4	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		**DIANA ISABEL PEÑA CARBONERO**	
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**T.P 1.061.762.401**

MENÚ No 6

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200CC	200CC	200CC	220CC	220CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Lavar y desinfectar. 3. Retirar las partes no consumibles de la fruta. 4. Picar en trozos. 5. Licuar con agua y cernir. 6. Una vez listo, licuar nuevamente con la leche. 7. Servir preferiblemnte frio.
		C031	Guayaba, madura, cruda	106	120	120	135	135						
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	7	8	9						
ALIMENTO PROTEÍCO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	55	80	111	111	30	50	72	100	100	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Limpiar y desinfectar la cebolla y el tomate. 3. Picar finamente la cebolla y el tomate. 4. Calentar el aceite en un sárten antiadherente. 5. Sofreir la cebolla y el tomate en el aceite preciamente caliente. 6. Agregar al sárten los huevos batidos y mezclar. 7. Dejar cocinar y retirar del fuego. 8. Servir.
		D012	Aceite de soya	2	3	3	3	3						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	25	45	65	130	130	17	31	45	55	90	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Lavar y pelar la papachina. 3. Cortar en láminas. 4. Calentar el aceite y fritar las papas. 5. Retirar del fuego cuando esten doradas. 6. Agregar sal y servir.
		D012	Aceite de soya	4	4	5	9	9						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

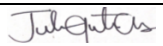
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 7

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Poner en una olla a hervir la panela con agua. 3. Una vez la panela se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibia.
		K033	Panela	7	10	7	13	15						
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	20	30	35	45	50	45	65	70	95	110	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Dejar las lentejas en remojo desde el día anterior o unas horas antes de la preparación. 2. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 3. Cocinar las lentejas junto con la papa hasta que esten blandos. 4. Hacer un guiso con el aceite, la cebolla y el tomate finamente picados. 5. Mezclar el guiso con las lentejas y agregar sal. 6. Cocinar nuevamente por 5 minutos. 7. Retirar del fuego y servir.
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	7	10	12	15						
		B103	Tomate, crudo	5	7	10	12	15						
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	6	8	15	15	15						
		D012	Aceite de soya	2	3	3	3	5						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	35	40	55	35	55	75	95	110	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Hervir el agua con sal y aceite. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	3	3	3	4	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

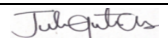
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENU No 8

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Cocinar la avena en agua durante 10 minutos aproximadamente. 3. Agregar el azúcar y la leche. 4. Dejar reposar y licuar. 5. Servir preferiblemente frio.
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	7	10	15	15	20						
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	7	7	8	10						
ALIMENTO PROTEÍCO	PASTAS CON CARNE MOLIDA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	15	15	20	25	30	50	55	75	90	105	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Hacer un sofrito con la cebolla y el tomate finamente picados, agregar la carne molida y la sal. Dejar cocinar hasta que la carne este lista. 3. Cocinar los espaguetis en agua hirviendo. 4. Una vez listos, retirar del agua y mezclar con la carne y el guiso. 5. Rectificar sabores y servir.
		F099	Res, carne magra, cruda	15	20	30	35	45						
		D012	Aceite de soya	4	4	5	9	10						
		B027	Cebolla cabezona, cruda	7	10	10	12	15						
		B103	Tomate, crudo	5	10	10	12	15						
		L015	Sal	0,50	0,50	0,50	0,50	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	20	30	35	35	55	45	65	75	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Hervir el agua con sal y aceite. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	3	3	3	4	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

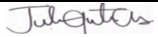
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENU No 9

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Poner en una olla a hervirel chocolate con agua y agregar clavos y canela. 3. Una vez el chocolate se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibio.
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	10	10	10	15	20						
			Clavos	2	2	2	2	2						
			Canela	2	2	2	2	2						
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO CON VERDURAS	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	15	25	35	40	50	20	35	60	70	85	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Dejar las lentejas en remojo desde el día anterior o unas horas antes de la preparación. 2. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 3. Pelar la cebolla y la zanahoria. 4. Picar las verduras en tiras delgadas 5. Picar el pollo en tiras un poco más gruesas que las verduras o en en cubos. 6. Calentar el aceite en un sárten y agregar el pollo hasta que se selle. 7. Aparte sofreir las verduras y cuando esten blandas agregar el pollo. 8. Tapar y dejar cocinar por 5 minutos más. 9. Agregar sal, rectificar sabores y servir.
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5	7	10	12	15						
		B103	Tomate, crudo	5	7	10	12	15						
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	7	10	12	15						
		B080	Pimentón rojo, crudo	5	7	10	12	15						
		D012	Aceite de soya	2	3	3	3	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	35	45	55	45	55	80	130	155	Nota: Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Sofreir los cabellos de angel en el aceite hasta que esten dorados y agregar el agua y la sal. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	3	3	4	4	4						
		L015	Sal	1	0,5	0,5	0,5	0,5						
		D012	Aceite de soya	2	3	2	3	3						
FRUTA	FRUTA DE COSECHA	C050	Mandarina, cruda	115	155	165	170	170	115	155	165	170	170	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Servir.

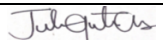
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 10

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30	35	45	60	70	45	65	90	115	130	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones y media de agua. 3. Hervir el agua con azúcar, clavos y canela. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a ablandar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Agregar la leche en polvo y mezclar muy bien. 7. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante. 8. Servir caliente.
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15						
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	7	8	10						
			Clavos	2	2	2	2	2						
			Canela	2	2	2	2	2						
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS SALTIN	A027	Galletas saladas, tipo soda	15	30	35	45	55	15	30	35	45	55	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Entregar las galletas.
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	160	160	180	200	200	80	80	90	100	100	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Pelar la fruta y picar. 3. Servir. Opcional se puede entregar la fruta entera asegurando el peso bruto para cada grado escolar.

Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 11

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 cc	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Cocinar la avena en agua durante 10 minutos aproximadamente. 3. Agregar el azúcar y la leche. 4. Dejar reposar y licuar. 5. Servir preferiblemente frio.
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	10	10	15	15	15						
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	5	8	8						
ALIMENTO PROTEÍCO	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	15	20	30	40	45	36	50	80	90	110	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Dejar las lentejas en remojo desde el día anterior o unas horas antes de la preparación. 2. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 3. Cocinar las lentejas junto con la papa hasta que esten blandos. 4. Hacer un guiso con el aceite, la cebolla y el tomate finamente picados. 5. Mezclar el guiso con las lentejas y agregar sal. 6. Cocinar nuevamente por 5 minutos. 7. Retirar del fuego y servir.
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	7	10	12	15						
		B103	Tomate, crudo	5	7	10	12	15						
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	7	7	7	10	12						
		D012	Aceite de soya	2	2	4	7	7						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	20	25	50	35	55	45	55	130	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Hervir el agua con sal y aceite. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	3	3	3	3	5						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

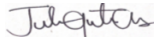
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENU No 12

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	**AGUA DE PANELA CON LECHE**	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Poner en una olla a hervir la panela con agua y agregar la canela. 3. Una vez la panela se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibia.
		K033	Panela	15	15	15	15	15						
			Canela	2	2	2	2	2						
CEREAL ACOMPAÑANTE	**ARROZ BLANCO**	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	40	45	60	30	50	80	90	120	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Hervir el agua con sal y aceite. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	3	3	3	4	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
ALIMENTO PROTEÍCO	**TORTILLA DE HUEVO**	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	30	55	55	80	111	30	50	50	72	100	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Batir los huevos y agregar sal. 3. Calentar el aceite en un sárten y agregar los huevos batidos- 4. Dejar cocinar primero hasta que el huevo empiece a secar. 5. Dar vuelta y dejar cocinar. 6. Servir.
		D012	Aceite de soya	2	2	2	4	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
FRUTA	**MANDARINA**	C050	Mandarina, cruda	115	155	165	170	170	115	155	165	170	170	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Servir.

Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**T.P 1.061.762.401**

MENÚ No 13

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Poner en una olla a hervir el chocolate con agua y agregar clavos y canela. 3. Una vez el chocolate se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibio.
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	7	10	15	20	15						
			Clavos	2	2	2	2	2						
			Canela	2	2	2	2	2						
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO SUDADO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	20	35	35	50	60	25	30	40	55	65	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Lavar y pelar la cebolla; pelar las papas y trocear. 3. Picar finamente el tomate y la cebolla. 4. Poner una olla a calentar con aceite y hacer un guiso con la cebolla y el tomate. 5. Una vez lista la cocción anterior, agregar el pollo junto con laspapas, sal y agua. 7. Dejar hervir hasta que la pechuga este completamente cocinada y las papas hayan ablandado. 8. Retirar del fuego y servir.
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	20	10	10	15	30						
		D012	Aceite de soya	2	3	3	3	5						
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	7	10	15	15						
		B103	Tomate, crudo	5	7	10	15	20						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	40	45	60	30	50	80	90	120	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Hervir el agua con sal y aceite. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	3	3	3	4	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

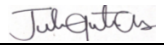
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		**JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS**	
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**T.P 1.061.762.401**

MENU No 14

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30	35	45	60	70	45	65	90	115	130	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones y media de agua. 3. Hervir el agua con azúcar, clavos y canela. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a ablandar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Agregar la leche en polvo y mezclar muy bien. 7. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante. 8. Servir caliente.
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15						
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	7	8	10						
			Clavos	2	2	2	2	2						
			Canela	2	2	2	2	2						
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS SALTIN	A027	Galletas saladas, tipo soda	15	30	35	45	55	15	30	35	45	55	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Entregar las galletas.
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	160	160	180	200	200	80	80	90	100	100	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Pelar la fruta y picar. 3. Servir. Opcional se puede entregar la fruta entera asegurando el peso bruto para cada grado escolar.

Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚS No 15

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Poner en una olla a hervirel chocolate con agua y agregar clavos y canela. 3. Una vez el chocolate se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibio.
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	7	10	20	25	25						
			Clavos	2	2	2	2	2						
			Canela	2	2	2	2	2						
ALIMENTO PROTEICO	PESCADO SUDADO	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	30	50	55	70	85	44	62	69	82	90	Nota: Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Pelar la papa y cortar en rodajas. 3. Picar la cebolla y el tomate en cuadros pequeños y hacer un guiso en una olla grande. 4. Agregar el pescado y la papa al guiso y adicionar agua. 5. Dejar cocinar hasta que la papa se ablande. 6. Retirar del fuego y servir.
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	20	25	25	25	30						
		D012	Aceite de soya	2	3	2	2	2						
		B027	Cebolla cabezona, cruda	4	7	10	15	15						
		B103	Tomate, crudo	4	7	10	15	20						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PLÁTANO VERDE	B092	Plátano hartón, verde, crudo	45	50	85	110	160	31	34	58	75	109	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Lavar y pelar la papachina. 3. Cortar en láminas. 4. Calentar el aceite y fritar las papas. 5. Retirar del fuego cuando esten doradas. 6. Agregar sal y servir.
		D012	Aceite de soya	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENU No 16

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Lavar y desinfectar. 3. Retirar las partes no consumibles de la fruta. 4. Picar en trozos. 5. Licuar con agua y cernir. 6. Una vez listo, licuar nuevamente con la leche. 7. Servir preferiblemnte frio.
		C031	Guayaba, madura, cruda	106	120	120	135	135						
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	5	8	8						
ALIMENTO PROTEÍCO	FRIJOLES GUISADOS	T015	Frijol nima, crudo	20	27	35	50	55	45	70	85	115	125	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Dejar los frijoles en remojo desde el día anterior. 2. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 3. Cocinar los frijoles junto con la papa picada en cuadros pequeños hasta que esten blandos. 4. Hacer un guiso con el aceite, la cebolla y el tomate finamente picados. 5. Mezclar el guiso con los frijoles y agregar sal. 6. Cocinar nuevamente por 5 minutos. 7. Retirar del fuego y servir.
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5	7	10	15	15						
		B103	Tomate, crudo	5	7	10	15	20						
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	7	10	10	15	15						
		D012	Aceite de soya	2	3	3	5	5						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	35	40	55	30	50	70	80	110	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Hervir el agua con sal y aceite. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	3	3	3	3	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

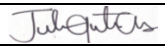
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚS No 17

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
LACTEO	ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30	35	45	60	70	45	65	90	115	130	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones y media de agua. 3. Hervir el agua con azúcar, clavos y canela. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a ablandar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Agregar la leche en polvo y mezclar muy bien. 7. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante. 8. Servir caliente.
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15						
		K003	Azúcar blanco, granulado	7	7	7	8	10						
			Clavos	2	2	2	2	2						
			Canela	2	2	2	2	2						
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS SALTIN	A027	Galletas saladas, tipo soda	15	30	35	45	55	15	30	35	45	55	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Entregar las galletas.
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	160	160	180	200	200	80	80	90	100	100	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Pelar la fruta y picar. 3. Servir. Opcional se puede entregar la fruta entera asegurando el peso bruto para cada grado escolar.

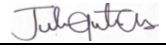
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENU No 18

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LECHEE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Cocinar la avena en agua durante 10 minutos aproximadamente. 3. Agregar el azúcar y la leche. 4. Dejar reposar y licuar. 5. Servir preferiblemente frio.
		K033	Panela	15	15	15	25	30						
			Canela	2	2	2	2	2						
ALIMENTO PROTEÍCO	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	55	80	80	111	33	50	72	72	100	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Batir los huevos y agregar sal. 3. Calentar el aceite en un sárten y agregar los huevos batidos- 4. Dejar cocinar primero hasta que el huevo empiece a secar. 5. Dar vuelta y dejar cocinar. 6. Servir.
		D012	Aceite de soya	2	2	2	2	3						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHIPS DE PAPA CHINA	P064	Malanga, sin cáscara, cruda	30	55	100	120	140	21	38	69	83	97	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Lavar y pelar la papachina. 3. Cortar en láminas. 4. Calentar el aceite y fritar las papas. 5. Retirar del fuego cuando esten doradas. 6. Agregar sal y servir.
		D012	Aceite de soya	3	3	5	6	6						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
FRUTA	NARANJA	C062	Naranja, cruda	100	150	160	170	170	100	150	160	170	170	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Lavar la fruta 3. Servir.

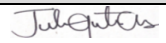
Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENU No 19

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Poner en una olla a hervirel chocolate con agua y agregar clavos y canela. 3. Una vez el chocolate se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibio.
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	15	15	15	20	25						
			Clavos	2	2	2	2	2						
			Canela	2	2	2	2	2						
ALIMENTO PROTEÍCO	CERDO A LA PLANCHA	F011	Cerdo, carne magra, cruda	25	30	40	45	55	25	30	40	45	55	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Calentar el aceite en un sárten a fuego alto. 3. Poner el pollo fileteado y agregar sal. 4. Dejar cocinar el pollo por ambos dando vuelta por lado y lado. 5. Retirar del fuego y servir.
		D012	Aceite de soya	2	2	3	3	4						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	40	55	65	30	50	80	110	130	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Hervir el agua con sal y aceite. 4. Agregar el arroz. 5. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 6. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 7. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	3,0	3,0	3,0	3,0	5,0						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

Nota: Se deberá mantener actualizado el inventario con las entradas y salidas de alimentos conforme a la preparación del día.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.061.762.401

MENÚ No 20

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	CÓDIGO DEL ALIMENTO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO GR/CC					PESO PORCIÓN SERVIDA GR/CC					PROCEDIMIENTO PREPARACIÓN
				GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	GRADO PREESCOLAR	GRADO 1 A 3	GRADO 4 A 5	GRADO 6 A 9	GRADO 10 A 11	
BEBIDA	SORBETE DE AVENA CON LECHE	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13	13	13	15	15	200 CC	200 CC	200 CC	220 CC	220 CC	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto 2. Poner en una olla a hervir la panela con agua y agregar la canela. 3. Una vez la panela se haya disuelto, agregar la leche y mezclar. 4. Retirar del fuego y servir preferiblemente tibia.
		A012	Avena en Hojuelas, Precocida	10	10	15	15	15						
		K003	Azúcar blanco, granulado	5	5	5	5	9						
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVOS CON TOMATE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	33	55	55	80	111	33	50	50	72	100	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Lavar el tomate. 3. Rallar o picar dinamente el tomate. 4. Calentar el aceite en un sárten antiadherente. 5. Sofreir el tomate en el aceite previamente caliente. 6. Agregar al sárten los huevos batidos y mezclar. 7. Dejar cocinar y retirar del fuego. 8. Servir
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						
		D012	Aceite de soya	1	1	1	1	1						
		B103	Tomate, crudo	14	14	14	20	25						
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15	25	40	50	60	45	65	80	130	150	**Nota:** Antes y durante la preparación recuerde aplicar los procedimientos de limpieza y desinfección, además de garantizar que el agua sea potable o segura. 1. Pesar los ingredientes teniendo como referencia el peso bruto. 2. Medir el agua en proporción de arroz; por cada porción de arroz deben adicionar dos porciones de agua. 3. Pelar la zanahoria en cuadros pequeños o rallar. 4. Hervir el agua con la sal y el aceite. 5. Agregar el arroz y la zanahoria. 6. Cuando el arroz empiece a secar, bajar la temperatura para terminar de cocinar. 7. Retirar del fuego cuando el arroz tenga una tonalidad brillante y este suelto. 8. Servir caliente.
		D012	Aceite de soya	2	2	3	3	3						
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3	7	10	15	15						
		L015	Sal	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5						

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS		
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	T.P 1.062.317.446

Gobernación del CAUCA | Secretaría de Educación y Cultura

PAE Cauca – Programa de Alimentación Escolar

LISTA DE INTERCAMBIOS

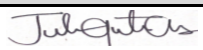
COMPLEMENTO ALIMENTARIO / RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRADO	TODOS LOS GRADOS		**OPERADOR**			
DEPARTAMENTO	CAUCA		**MUNICIPIO**			
GRUPO ETNICO	**INDÍGENA**		**COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA**		**AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS**	
	RAIZAL		**ROM**		**SIN PERTENENCIA ÉTNICA**	X

		PESO BRUTO EN GRAMOS O CC				
COMPONENTE	**LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO**	**GRUPO I**	**GRUPO 2**	**GRUPO 3**	**GRUPO 4**	**GRUPO 5**
LÁCTEOS	LECHE EN POLVO ENTERA	13	13	13	15	15
	LECHE ENTERA LIQUIDA DE VACA	100	100	100	150	150
	QUESO PASTEURIZADO	20	20	30	30-40	30-40
ALIMENTO PROTEÍCO VEGETAL	FRIJOL SECO (TODAS LAS VARIEDADES)	20	30	35	50	55
	LENTEJAS	15	25	35	40	50
	BLANQUILLO	15	25	35	40	50
	GARBANZOS	15	25	35	40	50
	ARVEJAS SECA	15	20	20	30	40
ALIMENTO PROTEICO ANIMAL	POLLO PECHUGA	15-20	25-30	35-40	40-45	50-60
	TRUCHA	30	40-50	50-55	70	85-90
	PESCADO DE RIO Y DE MAR	30	50	50-55	70	85-90
	CARNE DE CERDO	25	30	40	45	55
	CARNE DE RES	15	20	40	50	60
TUBERCULOS, RAICES Y PLATANOS	PAPA (TODAS LAS VARIEDADES)	40	40	65	90	110
	YUCA	40	40	65	90	110
	ARRACACHA	40	40	65	90	110
	PLÁTANO	40	40	65	90	110
CEREALES	AREPA	30	40	50	60	70
	MAIZ SECO	30	40	50	60	70
	PASTA ALIMENTICIA	15	30	40	50	60
	PAN (TODAS LAS PRESENTACIONES Y VARIEDADES)	30	40	50	60	70
	TOSTADAS	30	40	50	60	70
	GALLETAS	30	40	50	60	70
	AVENA EN HOJUELAS	10_12	10_12	10_15	15_20	15_25
	ARROZ	20	30	35	50	55

FRUTA	FRESA	70	88	110	110	122
	GUAYABA BLANCA	106	120	120	135	135
	GUAYABA ROSADA	106	120	120	135	135
	LULO	58	93	115	115	127
	MORA DE CASTILLA	55	88	110	110	122
	PAPAYA	65	105	133	133	145
	PIÑA	65	105	133	133	145
	TOMATE DE ARBOL	58	93	115	115	127
	BANANO COMÚN	60	80	120	120	120
	GUANÁBANA	65	105	133	133	145
	MANDARINA ENTERA	115	155	165	170	170
	MANGO ENTERO	160	160	180	200	200
	PERA	90	100	100	110	110
	MANZANA	90	100	100	110	110
	MARACUYA	200	200	250	300	300
	NARANJA ENTERA	115	155	165	170	170
AZÚCARES	AZUCAR	5	5	7	8	9
	PANELA	7_10	7_15	10_15	15-25	15-25
	COCOA DESENGRASADA	7_13	10_15	10_15	15-20	15-20
	CHOCOLATE CON AZÚCAR, CLAVOS Y CANELA	7_13	10_15	10_15	15-20	15-20
	CHOCOLATE SIN AZUCAR	7_13	10_15	10_15	15-20	15-20
GRASAS	ACEITE	2	2	3	5	5
	MANTEQUILLA	2	2	3	5	5
	MARGARINA	2	2	3	5	5

Nota: *Los intercambios deben solicitarce de manera previa debido a que los gramajes pueden variar de un menú a otro*

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		**JULIANA ALEJANDRA GUTIERREZ ARENAS**	
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**1.061.762.401**