MINUTA DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026

CICLO DE MENÚS COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE-CAJM/JT, MODALIDAD DE ATENCIÓN PREPARADA EN SITIO Y COMIDA CALIENTE TRANSPORTADA

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS					
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO					
OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	HUILA	MUNICIPIO			
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO /
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X	INDÍGENA		
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					

SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AVENA CON LECHE	COLADA DE CEBADA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AVENA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES EN BISTEC	PORCIÓN DE QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	CARNE DE CERDO EN GOULASH	HUEVO TORTILLA
CEREAL ACOMPAÑANTE	CONSOMÉ DE RES CON PAPA	DEDITOS DE YUCA	PAN HORNEADO	AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	PATACONA
FRUTA	BANANO	MANGO			
AGUA		AGUA			
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	EN EL CEREAL	COLADA DE CEBADA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO A LA CAZADORA	HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	PORCIÓN DE QUESO	HUEVO TORTILLA	POLLO GUISADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	PATACONA	ARROZ CON LECHE	CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	ARROZ CON PAPA
FRUTA		MANDARINA	PAPAYA		
AGUA		AGUA			
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	COLADA DE CEBADA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES EN BISTEC	HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	POLLO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO EN GOULASH	HUEVO TORTILLA
CEREAL ACOMPAÑANTE	CONSOMÉ DE RES CON PAPA	PAN HORNEADO	ARROZ PRIMAVERA	AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	CALENTADO DE FRÍJOL CON ARROZ
FRUTA		EN LA BEBIDA	PIÑA		
AGUA		AGUA			
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE CEBADA CON LECHE	EN EL CEREAL	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	EN EL CEREAL	POLLO A LA CAZADORA	HUEVO TORTILLA	PORCIÓN DE QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE
CEREAL ACOMPAÑANTE	SANDUCHE CON QUESO	CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	ARROZ CON LECHE	PATACONA
FRUTA	MANGO	MANDARINA			
AGUA		AGUA			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE			
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	04573

CICLO DE MENÚS COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE-CAJM/JT, MODALIDAD DE ATENCIÓN PREPARADA EN SITIO Y COMIDA CALIENTE

NIVEL PREESCOLAR

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°1	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	50,0	50,0	60	10,9	1,9	0	10	1,15	31,5	1000	$ 27.176,29	$ 1.358,81
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	44,4	40,0	38	0,8	0,08	8,36	3,2	0,32	0	1000	$ 1.523,43	$ 67,71
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
BANANO	C010	Banano común, crudo	114,3	80,0	80	1,2	0,08	17,84	6,4	0,72	2,4	1000	$ 3.002,43	$ 343,13
APORTE TOTAL MENÚ					356	16,9	11,66	46,57	151,43	2,84	310,1	TOTAL		$ 2.755,50
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					27,4%	37,1%	26,9%	25,6%	21,6%	50,7%	27,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					276	9,9	9,6	36,5	159	1,5	95			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					129%	171%	121%	128%	95%	189%	326%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°2	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccída	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
DEDITOS DE YUCA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	43,8	35,0	55	0,32	0,11	13,09	5,6	0,11	4,9	1000	$ 3.021,57	$ 132,19
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	5,0	5,0	14	1,17	0,94	0,3	20,25	0,03		1000	$ 20.142,86	$ 100,71
	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	5,0	5,0	18	0,63	0,09	3,62	0,75	0,22	0,1	1000	$ 2.704,86	$ 13,52
	J004	Huevo de gallina entero crudo	6,7	6,0	8	0,76	0,65	0,02	3,18	0,11	8,34	55,56	$ 436,14	$ 52,33
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	40,0	40,0	114	9,36	7,48	2,36	162	0,2		1000	$ 20.142,86	$ 805,71
MANGO	C051	Mango común crudo	160,0	80,0	63	0,48	0	13,68	12	0,4		1000	$ 3.338,43	$ 534,15
AGUA	X001	Agua	300,00	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					440	18,51	16,61	52,41	334,9	2,11	177,27	**TOTAL**		$ 2.480,74
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					33,8%	40,7%	38,4%	28,8%	47,8%	37,7%	15,6%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					106%	119%	124%	93%	304%	73%	134%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°3	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 509,00	$ 508,96
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 1.916,00	$ 11,98
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 2.234,00	$ 9,41
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 10.738,00	$ 5,37
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 1.800,00	$ 0,54
PAN HORNEADO	A066	Pan de sal. regular. Horneado	30,0	30,0	102	3,33	1,92	17,79	10,8	0,57	0	30	$ 390,00	$ 390,00
APORTE TOTAL MENÚ					319	14,87	11,32	39	167,13	2,24	231,04	TOTAL		$ 1.432,97
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					24,5%	32,7%	26,1%	21,4%	23,9%	40,0%	20,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					76%	95%	84%	69%	152%	77%	175%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°4	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	50,0	50,0	65	10,25	2,7	0	4	0,6		1000	$ 22.161,86	$ 1.108,09
	B052	Habichuela, cruda	5,6	5,0	2	0,11	0	0,36	2	0,05	0,3	1000	$ 4.167,71	$ 23,15
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	9,4	8,0	3	0,06	0,01	0,76	2,16	0,04	2,8	1000	$ 2.545,71	$ 23,96
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,4	8,0	3	0,12	0,01	0,62	1,92	0,03	0,32	1000	$ 1.972,71	$ 16,61
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	25,0	25,0	95	2,28	0,93	18,48	1	0,68	0,25	1000	$ 2.944,29	$ 73,61
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	5,0	5,0	14	1,17	0,94	0,3	20,25	0,03		1000	$ 20.142,86	$ 100,71
	D018	Margarina con sal	5,0	5,0	36	0,03	4,06	0	0,7	0	43,85	1000	$ 12.642,86	$ 63,21
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
APORTE TOTAL MENÚ					299	17,32	11,87	30,45	155,5	1,82	208,9	TOTAL		$ 1.877,61
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					23,0%	38,1%	27,4%	16,7%	22,2%	32,5%	18,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					72%	111%	89%	54%	141%	63%	158%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°5	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccída	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 9.072,00	$ 136,08
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	58,8	40,0	66	0,48	0,08	15,72	3,2	0,16	10,4	1000	$ 2.272,71	$ 133,69
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
APORTE TOTAL MENÚ					317	12,57	13,82	35,21	160,9	2,06	360,18	TOTAL		$ 1.177,48
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					24,4%	27,6%	31,9%	19,3%	23,0%	36,8%	31,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					276	9,9	9,6	36,5	159	1,5	95			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					115%	127%	144%	96%	101%	137%	379%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°6	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	53,8	50,0	83	10,35	4,6	0,05	5,5	0,35	31,5	1000	$ 14.076,14	$ 756,78
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	44,4	40,0	38	0,8	0,08	8,36	3,2	0,32	0	1000	$ 1.523,43	$ 67,71
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
APORTE TOTAL MENÚ					299	15,15	14,28	28,78	140,53	1,32	307,7	TOTAL		$ 1.810,33
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					23,0%	33,3%	33,0%	15,8%	20,1%	23,6%	27,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					72%	97%	107%	51%	128%	46%	233%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°7	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	58,8	40,0	66	0,48	0,08	15,72	3,2	0,16	10,4	1000	$ 2.272,71	$ 133,69
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
MANDARINA	C050	Mandarina cruda	114,3	80,0	43	0,72	0,08	9,12	28	0,24	1,6	1000	$ 4.299,71	$ 491,40
AGUA	X001	Agua	300,00	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					296	10,86	12,29	35,23	182,21	1,67	359,39	**TOTAL**		$ 1.784,40
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					22,8%	23,9%	28,4%	19,4%	26,0%	29,8%	31,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					71%	70%	92%	63%	166%	58%	272%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°8	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	40,0	40,0	114	9,36	7,48	2,36	162	0,2	0	1000	$ 20.142,86	$ 805,71
PAPAYA	C065	Papaya madura cruda	114,3	80,0	32	0,4	0,08	6,56	19,2	0,24	4	1000	$ 2.630,57	$ 300,64
APORTE TOTAL MENÚ					343	15,05	10,91	45,77	314,24	1,37	50,03	TOTAL		$ 1.781,28
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					26,4%	33,1%	25,2%	25,1%	44,9%	24,5%	4,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					82%	96%	81%	81%	286%	47%	38%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°9	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,74
	T026	Lenteja común cruda	10,0	10,0	38	2,31	0,09	6,1	5,1	0,72	0,6	1000	$ 7.232,57	$ 72,33
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	11,1	10,0	9	0,2	0,02	2,09	0,8	0,08		1000	$ 1.523,43	$ 16,93
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	2,0	2,0	18	0	2	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 14,84
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
APORTE TOTAL MENÚ					400	16,09	13,16	53,56	166,57	2,74	464,92	TOTAL		$ 1.224,77
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					30,8%	35,4%	30,4%	29,4%	23,8%	48,9%	41,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					96%	103%	98%	95%	151%	94%	352%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°10	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
POLLO GUISADO	F085	Pollo pechuga con piel cruda	53,8	50,0	83	10,35	4,6	0,05	5,5	0,35	31,5	1000	$ 14.076,14	$ 756,78
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ CON PAPA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,74
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	11,1	10	9	0,2	0,02	2,09	0,8	0,08	0	1000	$ 1.523,43	$ 16,93
APORTE TOTAL MENÚ					297	15,98	10	36,66	134,82	1,12	309,59	TOTAL		$ 1.398,68
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					22,8%	35,1%	23,1%	20,1%	19,3%	20,0%	27,3%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					71%	102%	75%	65%	123%	39%	235%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°11	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	50,0	50,0	60	10,9	1,9	0	10	1,15	31,5	1000	$ 27.176,29	$ 1.358,81
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	44,4	40,0	38	0,8	0,08	8,36	3,2	0,32	0	1000	$ 1.523,43	$ 67,71
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
APORTE TOTAL MENÚ					276	15,7	11,58	28,73	145,03	2,12	307,7	TOTAL		$ 2.412,36
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					21,2%	34,5%	26,7%	15,8%	20,7%	37,9%	27,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					66%	101%	86%	51%	132%	73%	233%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°12	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	C031	Guayaba. Madura, Cruda	106,7	80,0	56	0,72	0,24	10,72	10,4	0,24	2,4	1000	$ 2.874,43	$ 306,61
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01		1000	$ 3.561,14	$ 17,81
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
PAN DE SAL	A066	Pan de sal. regular. Homeado	30,0	30,0	102	3,33	1,92	17,79	10,8	0,57	0	30	$ 390,00	$ 390,00
AGUA	X001	Agua	300,00	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					312	13,66	11,28	37,55	169,19	1,73	230,71	TOTAL		$ 1.810,02
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					24,0%	30,0%	26,1%	20,6%	24,2%	30,9%	20,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					75%	88%	84%	67%	154%	60%	175%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°13	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
POLLO EN SALSA CRIOLLA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	53,8	50,0	83	10,35	4,6	0,05	5,5	0,35	31,5	1000	$ 14.076,14	$ 756,78
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ PRIMAVERA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,74
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	5,9	5,0	2	0,04	0,01	0,48	1,35	0,02	1,75	1000	$ 2.545,71	$ 14,97
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
PIÑA	C072	Piña cruda	145,5	80,0	44	0,48	0,08	9,92	12,8	0,4	2,4	1000	$ 2.647,00	$ 385,02
APORTE TOTAL MENÚ					391	18,2	10,35	55,92	153,71	1,88	313,74	**TOTAL**		$ 1.854,26
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					30,1%	40,0%	23,9%	30,7%	22,0%	33,6%	27,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					94%	117%	77%	99%	140%	65%	238%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°14	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccida	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	50,0	50,0	65	10,25	2,7	0	4	0,6		1000	$ 22.161,86	$ 1.108,09
	B052	Habichuela, cruda	5,6	5,0	2	0,11	0	0,36	2	0,05	0,3	1000	$ 4.167,71	$ 23,15
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	9,4	8,0	3	0,06	0,01	0,76	2,16	0,04	2,8	1000	$ 2.545,71	$ 23,96
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,4	8,0	3	0,12	0,01	0,62	1,92	0,03	0,32	1000	$ 1.972,71	$ 16,61
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	25,0	25,0	95	2,28	0,93	18,48	1	0,68	0,25	1000	$ 2.944,29	$ 73,61
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	5,0	5,0	14	1,17	0,94	0,3	20,25	0,03		1000	$ 20.142,86	$ 100,71
	D018	Margarina con sal	5,0	5,0	36	0,03	4,06	0	0,7	0	43,85	1000	$ 12.642,86	$ 63,21
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
APORTE TOTAL MENÚ					360	19,86	13	40,07	163,6	2,5	211,75	TOTAL		$ 2.036,22
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					27,7%	43,6%	30,0%	22,0%	23,4%	44,6%	18,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					86%	127%	97%	71%	149%	86%	160%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°15	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
CALENTADO DE FRIJOL CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,74
	T011	Frijol cargamanto rojo crudo	10,0	10,0	38	2,28	0,15	6,04	11,9	0,53	1	1000	$ 9.398,29	$ 93,98
	B092	Plátano hartón verde,crudo	14,7	10,0	16	0,12	0,02	3,93	0,8	0,04	2,6	1000	$ 2.272,71	$ 33,42
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	2,0	2,0	18	0	2	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 14,84
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
APORTE TOTAL MENÚ					350	14,1	12,95	44,52	167,97	2,1	467,92	TOTAL		$ 1.196,76
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					26,9%	31,0%	29,9%	24,5%	24,0%	37,5%	41,3%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					84%	90%	97%	79%	153%	72%	354%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°16	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
SANDUCHE CON QUESO	A061	Pan blanco. tipo molde. hormeado	44,0	44,0	122	3,92	0,71	25	11	0,84		44	$ 616,00	$ 616,00
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	40,0	40,0	114	9,36	7,48	2,36	162	0,2		1000	$ 20.142,86	$ 805,71
	D018	Margarina con sal	5,0	5,0	36	0,03	4,06	0	0,7	0	43,85	1000	$ 12.642,86	$ 63,21
MANGO	C051	Mango común crudo	160,0	80,0	63	0,48	0	13,68	12	0,4		1000	$ 3.338,43	$ 534,15
APORTE TOTAL MENÚ					415	17,04	15,46	50,76	308,64	1,79	88,58	TOTAL		$ 2.459,64
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					31,9%	37,5%	35,7%	27,9%	44,1%	32,0%	7,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					100%	109%	115%	90%	281%	62%	67%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°17	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	53,8	50,0	83	10,35	4,6	0,05	5,5	0,35	31,5	1000	$ 14.076,14	$ 756,78
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	44,4	40,0	38	0,8	0,08	8,36	3,2	0,32	0	1000	$ 1.523,43	$ 67,71
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
MANGO	C050	Mandarina cruda	114,3	80,0	43	0,72	0,08	9,12	28	0,24	1,6	1000	$ 4.299,71	$ 491,40
AGUA	X001	Agua	300,00	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					342	15,87	14,36	37,9	168,53	1,56	309,3	**TOTAL**		$ 2.521,73
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					26,3%	34,9%	33,2%	20,8%	24,1%	27,9%	27,3%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					82%	102%	107%	67%	153%	54%	234%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°18	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,74
	T026	Lenteja común cruda	10,0	10,0	38	2,31	0,09	6,1	5,1	0,72	0,6	1000	$ 7.232,57	$ 72,33
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	11,1	10,0	9	0,2	0,02	2,09	0,8	0,08		1000	$ 1.523,43	$ 16,93
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	2,0	2,0	18	0	2	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 14,84
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
APORTE TOTAL MENÚ					400	16,09	13,16	53,56	166,57	2,74	464,92	TOTAL		$ 1.224,77
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					30,8%	35,4%	30,4%	29,4%	23,8%	48,9%	41,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					96%	103%	98%	95%	151%	94%	352%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°19	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	40,0	40,0	114	9,36	7,48	2,36	162	0,2	0	1000	$ 20.142,86	$ 805,71
APORTE TOTAL MENÚ					311	14,65	10,83	39,21	295,04	1,13	46,03	**TOTAL**		$ 1.480,64
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					23,9%	32,2%	25,0%	21,5%	42,1%	20,2%	4,1%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					75%	94%	81%	70%	268%	39%	35%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PREESCOLAR

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°20	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	58,8	40,0	66	0,48	0,08	15,72	3,2	0,16	10,4	1000	$ 2.272,71	$ 133,69
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,3	0,300	0	0	0	0	0,08	0,01	116,35	1000	$ 2.265,86	$ 0,68
APORTE TOTAL MENÚ					253	10,14	12,21	26,11	154,21	1,43	357,79	TOTAL		$ 1.073,00
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					19,5%	22,3%	28,2%	14,3%	22,0%	25,5%	31,6%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					417	15,6	13,4	56,3	110	2,9	132			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					61%	65%	91%	46%	140%	49%	271%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLO DE MENÚS COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE-CAJM/JT, MODALIDAD DE ATENCIÓN PREPARADA EN SITIO Y COMIDA CALIENTE

NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°1	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	50,0	50,0	60	10,9	1,9	0	10	1,15	31,5	1000	$ 27.176,29	$ 1.358,81
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	44,4	40,0	38	0,8	0,08	8,36	3,2	0,32	0	1000	$ 1.523,43	$ 67,71
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
BANANO	C010	Banano común, crudo	157,1	110,0	111	1,65	0,11	24,53	8,8	0,99	3,3	1000	$ 3.002,43	$ 471,81
APORTE TOTAL MENÚ					387	17,35	11,69	53,26	153,83	3,11	326,62	**TOTAL**		$ 2.884,26
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					23,8%	30,4%	21,5%	23,3%	19,2%	50,2%	27,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					334	11,8	11,2	45	171	1,9	108			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					116%	147%	104%	118%	90%	164%	302%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°2	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccída	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
DEDITOS DE YUCA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	50,0	40,0	63	0,36	0,12	14,96	6,4	0,12	5,6	1000	$ 3.021,57	$ 151,08
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	10,0	10,0	28	2,34	1,87	0,59	40,5	0,05		1000	$ 20.142,86	$ 201,43
	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	10,0	10,0	36	1,25	0,17	7,23	1,5	0,43	0,2	1000	$ 2.704,86	$ 27,05
	J004	Huevo de gallina entero crudo	6,7	6,0	8	0,76	0,65	0,02	3,18	0,11	8,34	55,56	$ 436,14	$ 52,33
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	50,0	50,0	143	11,7	9,35	2,95	202,5	0,25		1000	$ 20.142,86	$ 1.007,14
MANGO	C051	Mango común crudo	220,0	110,0	86	0,66	0	18,81	16,5	0,55		1000	$ 3.338,43	$ 734,45
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					541	22,86	20,5	63,9	401,7	2,55	185,88	TOTAL		$ 3.023,06
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					33,2%	40,1%	37,8%	28,0%	50,2%	41,1%	15,5%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					108%	124%	127%	95%	329%	73%	122%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°3	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,8	5,5	2	0,08	0,01	0,43	1,32	0,02	0,22	1000	$ 1.972,71	$ 11,42
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
PAN HORNEADO	A066	Pan de sal. regular. Horneado	30,0	30,0	102	3,33	1,92	17,79	10,8	0,57	0	30	$ 390,00	$ 390,00
APORTE TOTAL MENÚ					320	14,89	11,32	39,12	167,49	2,24	238,91	TOTAL		$ 1.375,69
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					19,6%	26,1%	20,8%	17,2%	20,9%	36,1%	19,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					64%	80%	70%	58%	137%	64%	157%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°4	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	55,0	55,0	72	11,28	2,97	0	4,4	0,66		1000	$ 22.161,86	$ 1.218,90
	B052	Habichuela, cruda	6,7	6,0	2	0,13	0	0,44	2,4	0,06	0,36	1000	$ 4.167,71	$ 27,78
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	9,4	8,0	3	0,06	0,01	0,76	2,16	0,04	2,8	1000	$ 2.545,71	$ 23,96
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,3	6,0	2	0,09	0,01	0,47	1,44	0,02	0,24	1000	$ 1.972,71	$ 12,46
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	35,0	35,0	133	3,19	1,3	25,87	1,4	0,95	0,35	1000	$ 2.944,29	$ 103,05
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	10,0	10,0	28	2,34	1,87	0,59	40,5	0,05		1000	$ 20.142,86	$ 201,43
	D018	Margarina con sal	7,0	7,0	51	0,05	5,68	0	0,98	0	61,39	1000	$ 12.642,86	$ 88,50
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
APORTE TOTAL MENÚ					372	20,44	15,06	38,06	176,75	2,17	234,33	TOTAL		$ 2.144,38
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					22,8%	35,9%	27,7%	16,7%	22,1%	35,0%	19,5%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					75%	110%	93%	57%	145%	62%	154%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°5	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccida	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	58,8	40,0	66	0,48	0,08	15,72	3,2	0,16	10,4	1000	$ 2.272,71	$ 133,69
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
APORTE TOTAL MENÚ					326	12,57	14,82	35,21	160,9	2,06	375,8	TOTAL		$ 1.207,52
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,0%	22,1%	27,3%	15,4%	20,1%	33,2%	31,3%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					65%	68%	91%	52%	132%	59%	247%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°6	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	59,1	55,0	91	11,39	5,06	0,06	6,05	0,39	34,65	1000	$ 14.076,14	$ 832,46
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	44,4	40,0	38	0,8	0,08	8,36	3,2	0,32	0	1000	$ 1.523,43	$ 67,71
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
APORTE TOTAL MENÚ					307	16,19	14,74	28,79	141,08	1,36	326,47	**TOTAL**		$ 1.886,10
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					18,8%	28,4%	27,1%	12,6%	17,6%	21,9%	27,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					62%	88%	91%	43%	116%	39%	215%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°7	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,8	5,5	2	0,08	0,01	0,43	1,32	0,02	0,22	1000	$ 1.972,71	$ 11,42
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	58,8	40,0	66	0,48	0,08	15,72	3,2	0,16	10,4	1000	$ 2.272,71	$ 133,69
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
MANDARINA	C050	Mandarina cruda	157,1	110,0	59	0,99	0,11	12,54	38,5	0,33	2,2	1000	$ 4.299,71	$ 675,67
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					322	11,15	13,32	38,77	193,07	1,76	375,67	TOTAL		$ 1.979,29
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					19,8%	19,6%	24,5%	17,0%	24,1%	28,4%	31,3%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					65%	60%	82%	58%	158%	50%	247%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°8	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	50,0	50,0	143	11,7	9,35	2,95	202,5	0,25	0	1000	$ 20.142,86	$ 1.007,14
PAPAYA	C065	Papaya madura cruda	157,1	110,0	44	0,55	0,11	9,02	26,4	0,33	5,5	1000	$ 2.630,57	$ 413,38
APORTE TOTAL MENÚ					384	17,54	12,81	48,82	361,94	1,51	51,53	TOTAL		$ 2.095,44
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					23,6%	30,8%	23,6%	21,4%	45,2%	24,4%	4,3%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					77%	95%	79%	73%	297%	43%	34%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°9	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,77
	T026	Lenteja común cruda	10,0	10,0	38	2,31	0,09	6,1	5,1	0,72	0,6	1000	$ 7.232,57	$ 72,33
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	11,1	10,0	9	0,2	0,02	2,09	0,8	0,08		1000	$ 1.523,43	$ 16,93
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	2,0	2,0	18	0	2	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 14,84
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
APORTE TOTAL MENÚ					400	16,09	13,16	53,56	166,57	2,74	488,35	TOTAL		$ 1.224,93
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					24,6%	28,2%	24,2%	23,5%	20,8%	44,2%	40,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					80%	87%	81%	80%	137%	78%	321%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°10	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
POLLO GUISADO	F085	Pollo pechuga con piel cruda	59,1	55,0	91	11,39	5,06	0,06	6,05	0,39	34,65	1000	$ 14.076,14	$ 832,46
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ CON PAPA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,77
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	11,1	10	9	0,2	0,02	2,09	0,8	0,08	0	1000	$ 1.523,43	$ 16,93
APORTE TOTAL MENÚ					305	17,02	10,46	36,67	135,37	1,16	328,36	TOTAL		$ 1.474,47
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					18,7%	29,9%	19,3%	16,1%	16,9%	18,7%	27,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					61%	92%	65%	54%	111%	33%	216%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°11	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	50,0	50,0	60	10,9	1,9	0	10	1,15	31,5	1000	$ 27.176,29	$ 1.358,81
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	44,4	40,0	38	0,8	0,08	8,36	3,2	0,32	0	1000	$ 1.523,43	$ 67,71
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
APORTE TOTAL MENÚ					276	15,7	11,58	28,73	145,03	2,12	323,32	TOTAL		$ 2.412,45
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					16,9%	27,5%	21,3%	12,6%	18,1%	34,2%	26,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					55%	85%	71%	43%	119%	61%	213%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°12	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	C031	Guayaba. Madura, Cruda	146,7	110,0	78	0,99	0,33	14,74	14,3	0,33	3,3	1000	$ 2.874,43	$ 421,58
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01		1000	$ 3.561,14	$ 17,81
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,8	5,5	2	0,08	0,01	0,43	1,32	0,02	0,22	1000	$ 1.972,71	$ 11,42
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
PAN DE SAL	A066	Pan de sal. regular. Horneado	30,0	30,0	102	3,33	1,92	17,79	10,8	0,57	0	30	$ 390,00	$ 390,00
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					335	13,95	11,37	41,69	173,45	1,82	239,48	TOTAL		$ 1.928,16
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,6%	24,5%	20,9%	18,3%	21,7%	29,4%	20,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					67%	75%	70%	62%	142%	52%	158%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°13	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
POLLO EN SALSA CRIOLLA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	59,1	55,0	91	11,39	5,06	0,06	6,05	0,39	34,65	1000	$ 14.076,14	$ 832,46
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ PRIMAVERA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,77
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	5,9	5,0	2	0,04	0,01	0,48	1,35	0,02	1,75	1000	$ 2.545,71	$ 14,97
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
PIÑA	C072	Piña cruda	200,0	110,0	61	0,66	0,11	13,64	17,6	0,55	3,3	1000	$ 2.647,00	$ 529,40
APORTE TOTAL MENÚ					416	19,42	10,84	59,65	159,06	2,07	333,41	TOTAL		$ 2.074,43
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					25,5%	34,1%	20,0%	26,2%	19,9%	33,4%	27,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					83%	105%	67%	89%	130%	59%	219%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°14	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccída	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	55,0	55,0	72	11,28	2,97	0	4,4	0,66		1000	$ 22.161,86	$ 1.218,90
	B052	Habichuela, cruda	6,7	6,0	2	0,13	0	0,44	2,4	0,06	0,36	1000	$ 4.167,71	$ 27,78
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	9,4	8,0	3	0,06	0,01	0,76	2,16	0,04	2,8	1000	$ 2.545,71	$ 23,96
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,4	8,0	3	0,12	0,01	0,62	1,92	0,03	0,32	1000	$ 1.972,71	$ 16,61
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	35,0	35,0	133	3,19	1,3	25,87	1,4	0,95	0,35	1000	$ 2.944,29	$ 103,05
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	10,0	10,0	28	2,34	1,87	0,59	40,5	0,05		1000	$ 20.142,86	$ 201,43
	D018	Margarina con sal	7,0	7,0	51	0,05	5,68	0	0,98	0	61,39	1000	$ 12.642,86	$ 88,50
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
APORTE TOTAL MENÚ					434	23,01	16,19	47,83	185,33	2,86	237,26	**TOTAL**		$ 2.307,15
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					26,6%	40,4%	29,8%	21,0%	23,2%	46,1%	19,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					87%	124%	100%	71%	152%	82%	156%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°15	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
CALENTADO DE FRIJOL CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,77
	T011	Frijol cargamanto rojo crudo	10,0	10,0	38	2,28	0,15	6,04	11,9	0,53	1	1000	$ 9.398,29	$ 93,98
	B092	Plátano hartón verde,crudo	14,7	10,0	16	0,12	0,02	3,93	0,8	0,04	2,6	1000	$ 2.272,71	$ 33,42
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	2,0	2,0	18	0	2	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 14,84
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
APORTE TOTAL MENÚ					350	14,1	12,95	44,52	167,97	2,1	491,35	TOTAL		$ 1.196,92
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					21,5%	24,7%	23,8%	19,5%	21,0%	33,9%	40,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					70%	76%	80%	66%	138%	60%	323%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°16	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
SANDUCHE CON QUESO	A061	Pan blanco. tipo molde. hormeado	44,0	44,0	122	3,92	0,71	25	11	0,84		44	$ 616,00	$ 616,00
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	50,0	50,0	143	11,7	9,35	2,95	202,5	0,25		1000	$ 20.142,86	$ 1.007,14
	D018	Margarina con sal	5,0	5,0	36	0,03	4,06	0	0,7	0	43,85	1000	$ 12.642,86	$ 63,21
MANGO	C051	Mango común crudo	220,0	110,0	86	0,66	0	18,81	16,5	0,55		1000	$ 3.338,43	$ 734,45
APORTE TOTAL MENÚ					467	19,56	17,33	56,48	353,64	1,99	88,58	TOTAL		$ 2.861,38
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					28,7%	34,3%	31,9%	24,8%	44,2%	32,1%	7,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					94%	106%	107%	84%	290%	57%	58%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°17	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	59,1	55,0	91	11,39	5,06	0,06	6,05	0,39	34,65	1000	$ 14.076,14	$ 832,46
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	44,4	40,0	38	0,8	0,08	8,36	3,2	0,32	0	1000	$ 1.523,43	$ 67,71
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
MANGO	C050	Mandarina cruda	157,1	110,0	59	0,99	0,11	12,54	38,5	0,33	2,2	1000	$ 4.299,71	$ 675,67
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					366	17,18	14,85	41,33	179,58	1,69	328,67	TOTAL		$ 2.781,77
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					22,5%	30,1%	27,3%	18,1%	22,4%	27,3%	27,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					73%	93%	92%	61%	147%	48%	216%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°18	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,3	1,3	0	0,02	0,01	0,09	0,76	0,01	0,2	1000	$ 2.656,14	$ 8,77
	T026	Lenteja común cruda	10,0	10,0	38	2,31	0,09	6,1	5,1	0,72	0,6	1000	$ 7.232,57	$ 72,33
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	11,1	10,0	9	0,2	0,02	2,09	0,8	0,08		1000	$ 1.523,43	$ 16,93
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	2,0	2,0	18	0	2	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 14,84
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
APORTE TOTAL MENÚ					400	16,09	13,16	53,56	166,57	2,74	488,35	TOTAL		$ 1.224,93
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					24,6%	28,2%	24,2%	23,5%	20,8%	44,2%	40,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					80%	87%	81%	80%	137%	78%	321%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°19	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	30,0	30,0	105	2,01	0,12	24,03	2,7	0,24	0	1000	$ 3.729,57	$ 111,89
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	50,0	50,0	143	11,7	9,35	2,95	202,5	0,25	0	1000	$ 20.142,86	$ 1.007,14
APORTE TOTAL MENÚ					340	16,99	12,7	39,8	335,54	1,18	46,03	TOTAL		$ 1.682,07
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,9%	29,8%	23,4%	17,4%	41,9%	19,0%	3,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					68%	92%	78%	59%	275%	34%	30%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 1°-2°-3°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°20	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,8	5,5	2	0,08	0,01	0,43	1,32	0,02	0,22	1000	$ 1.972,71	$ 11,42
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	58,8	40,0	66	0,48	0,08	15,72	3,2	0,16	10,4	1000	$ 2.272,71	$ 133,69
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,3	0,320	0	0	0	0	0,08	0,01	124,16	1000	$ 2.265,86	$ 0,73
APORTE TOTAL MENÚ					263	10,16	13,21	26,23	154,57	1,43	373,47	TOTAL		$ 1.083,62
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					16,1%	17,8%	24,3%	11,5%	19,3%	23,1%	31,1%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					499	18,5	16,2	67,3	122	3,5	152			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					53%	55%	82%	39%	127%	41%	246%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLO DE MENÚS COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE-CAJM/JT, MODALIDAD DE ATENCIÓN PREPARADA EN SITIO Y COMIDA CALIENTE

NIVEL PRIMARIA N°2: CUARTO Y QUINTO

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°1	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	63,0	63,0	76	13,74	2,4	0	12,6	1,45	39,69	1000	$ 27.176,29	$ 1.712,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,5	4,5	40	0	4,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 33,38
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	55,6	50,0	48	1	0,1	10,45	4	0,4	0	1000	$ 1.523,43	$ 84,63
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
BANANO	C010	Banano común, crudo	157,1	110,0	111	1,65	0,11	24,53	8,8	0,99	3,3	1000	$ 3.002,43	$ 471,81
APORTE TOTAL MENÚ					417	20,39	12,71	55,35	157,27	3,49	396,47	**TOTAL**		$ 3.258,55
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,9%	29,2%	19,1%	19,8%	14,3%	40,1%	26,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					407	14,9	13,3	54,8	191	2,4	139			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					102%	137%	96%	101%	82%	145%	285%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°2	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccida	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
DEDITOS DE YUCA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	62,5	50,0	79	0,45	0,15	18,7	8	0,15	7	1000	$ 3.021,57	$ 188,85
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	15,0	15,0	42	3,51	2,81	0,89	60,75	0,08		1000	$ 20.142,86	$ 302,14
	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	20,0	20,0	72	2,5	0,34	14,46	3	0,86	0,4	1000	$ 2.704,86	$ 54,10
	J004	Huevo de gallina entero crudo	6,7	6,0	8	0,76	0,65	0,02	3,18	0,11	8,34	55,56	$ 436,14	$ 52,33
	D013	Aceite, mezcla vegetal	6,0	6,0	54	0	6	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 44,51
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	55,0	55,0	157	12,87	10,29	3,25	222,75	0,28		1000	$ 20.142,86	$ 1.107,86
MANGO	C051	Mango común crudo	220,0	110,0	86	0,66	0	18,81	16,5	0,55		1000	$ 3.338,43	$ 734,45
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					639	26,54	24,58	75,47	445,32	3,07	218,31	TOTAL		$ 3.304,33
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					32,0%	38,0%	37,0%	27,0%	40,5%	35,3%	14,6%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					104%	116%	122%	92%	278%	75%	109%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°3	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,8	5,5	2	0,08	0,01	0,43	1,32	0,02	0,22	1000	$ 1.972,71	$ 11,42
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
PAN HORNEADO	A066	Pan de sal. regular. Homeado	30,0	30,0	102	3,33	1,92	17,79	10,8	0,57	0	30	$ 390,00	$ 390,00
APORTE TOTAL MENÚ					320	14,89	11,32	39,12	167,51	2,24	269,74	TOTAL		$ 1.375,87
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					16,0%	21,3%	17,0%	14,0%	15,2%	25,7%	18,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					52%	65%	56%	47%	105%	55%	134%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°4	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	63,0	63,0	82	12,92	3,41	0	5,04	0,76		1000	$ 22.161,86	$ 1.396,20
	B052	Habichuela, cruda	7,8	7,0	3	0,15	0	0,51	2,8	0,07	0,42	1000	$ 4.167,71	$ 32,42
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	11,2	9,5	4	0,07	0,01	0,91	2,57	0,04	3,33	1000	$ 2.545,71	$ 28,45
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	10,0	9,5	3	0,14	0,01	0,74	2,28	0,03	0,38	1000	$ 1.972,71	$ 19,73
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	60,0	60,0	228	5,46	2,22	44,34	2,4	1,62	0,6	1000	$ 2.944,29	$ 176,66
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	15,0	15,0	42	3,51	2,81	0,89	60,75	0,08		1000	$ 20.142,86	$ 302,14
	D018	Margarina con sal	9,0	9,0	65	0,06	7,3	0	1,26	0	78,93	1000	$ 12.642,86	$ 113,79
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
APORTE TOTAL MENÚ					508	25,61	18,98	57,32	200,59	2,99	283,68	**TOTAL**		$ 2.537,86
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					25,5%	36,7%	28,5%	20,5%	18,2%	34,4%	18,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					83%	112%	94%	70%	125%	73%	141%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°5	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. precccída	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	73,5	50,0	83	0,6	0,1	19,65	4	0,2	13	1000	$ 2.272,71	$ 167,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	6,0	6,0	54	0	6	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 44,51
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
APORTE TOTAL MENÚ					361	12,69	16,84	39,14	161,74	2,1	440,06	TOTAL		$ 1.256,14
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					18,1%	18,2%	25,3%	14,0%	14,7%	24,1%	29,3%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					59%	56%	84%	48%	101%	51%	219%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°6	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	67,7	63,0	104	13,05	5,8	0,07	6,93	0,45	39,69	1000	$ 14.076,14	$ 953,55
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,5	4,5	40	0	4,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 33,38
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	55,6	50,0	48	1	0,1	10,45	4	0,4	0	1000	$ 1.523,43	$ 84,63
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
APORTE TOTAL MENÚ					334	18,05	16	30,89	142,8	1,5	393,17	**TOTAL**		$ 2.028,18
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					16,8%	25,9%	24,1%	11,1%	13,0%	17,2%	26,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					54%	79%	80%	37%	89%	37%	196%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°7	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,8	5,5	2	0,08	0,01	0,43	1,32	0,02	0,22	1000	$ 1.972,71	$ 11,42
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	73,5	50,0	83	0,6	0,1	19,65	4	0,2	13	1000	$ 2.272,71	$ 167,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	6,0	6,0	54	0	6	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 44,51
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
MANDARINA	C050	Mandarina cruda	157,1	110,0	59	0,99	0,11	12,54	38,5	0,33	2,2	1000	$ 4.299,71	$ 675,67
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					357	11,27	15,34	42,7	193,91	1,8	FALSO	**TOTAL**		$ 2.027,91
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					17,9%	16,1%	23,1%	15,3%	17,6%	20,7%	0,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					58%	49%	76%	52%	121%	44%	0%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°8	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	55,0	55,0	157	12,87	10,29	3,25	222,75	0,28	0	1000	$ 20.142,86	$ 1.107,86
PAPAYA	C065	Papaya madura cruda	157,1	110,0	44	0,55	0,11	9,02	26,4	0,33	5,5	1000	$ 2.630,57	$ 413,38
APORTE TOTAL MENÚ					416	19,05	13,77	53,13	382,64	1,58	51,53	**TOTAL**		$ 2.214,80
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,9%	27,3%	20,7%	19,0%	34,8%	18,2%	3,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					68%	84%	69%	64%	239%	39%	26%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°9	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,29
	T026	Lenteja común cruda	10,0	10,0	38	2,31	0,09	6,1	5,1	0,72	0,6	1000	$ 7.232,57	$ 72,33
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	16,7	15,0	14	0,3	0,03	3,14	1,2	0,12		1000	$ 1.523,43	$ 25,39
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
APORTE TOTAL MENÚ					432	16,53	14,19	58,63	167,52	2,82	580,85	TOTAL		$ 1.260,52
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					21,7%	23,7%	21,3%	21,0%	15,2%	32,4%	38,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					70%	73%	71%	71%	105%	69%	289%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°10	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
POLLO GUISADO	F085	Pollo pechuga con piel cruda	67,7	63,0	104	13,05	5,8	0,07	6,93	0,45	39,69	1000	$ 14.076,14	$ 953,55
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ CON PAPA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,29
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	16,7	15,0	14	0,3	0,03	3,14	1,2	0,12	0	1000	$ 1.523,43	$ 25,39
APORTE TOTAL MENÚ					341	19,12	11,23	41,75	137,18	1,3	395,07	TOTAL		$ 1.623,56
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					17,1%	27,4%	16,9%	15,0%	12,5%	14,9%	26,3%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					56%	84%	56%	51%	86%	32%	197%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°11	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	63,0	63,0	76	13,74	2,4	0	12,6	1,45	39,69	1000	$ 27.176,29	$ 1.712,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,5	4,5	40	0	4,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 33,38
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	55,6	50,0	48	1	0,1	10,45	4	0,4	0	1000	$ 1.523,43	$ 84,63
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
APORTE TOTAL MENÚ					306	18,74	12,6	30,82	148,47	2,5	393,17	TOTAL		$ 2.786,74
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					15,3%	26,8%	18,9%	11,0%	13,5%	28,7%	26,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					50%	82%	63%	37%	93%	61%	196%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°12	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	C031	Guayaba. Madura, Cruda	146,7	110,0	78	0,99	0,33	14,74	14,3	0,33	3,3	1000	$ 2.874,43	$ 421,58
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01		1000	$ 3.561,14	$ 17,81
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,8	5,5	2	0,08	0,01	0,43	1,32	0,02	0,22	1000	$ 1.972,71	$ 11,42
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
PAN DE SAL	A066	Pan de sal. regular. Homeado	30,0	30,0	102	3,33	1,92	17,79	10,8	0,57	0	30	$ 390,00	$ 390,00
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					335	13,95	11,37	41,69	173,47	1,82	270,31	**TOTAL**		$ 1.928,34
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					16,8%	20,0%	17,1%	14,9%	15,8%	20,9%	18,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					55%	61%	57%	51%	108%	44%	134%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°13	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
POLLO EN SALSA CRIOLLA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	67,7	63,0	104	13,05	5,8	0,07	6,93	0,45	39,69	1000	$ 14.076,14	$ 953,55
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ PRIMAVERA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,29
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	5,9	5,0	2	0,04	0,01	0,48	1,35	0,02	1,75	1000	$ 2.545,71	$ 14,97
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
PIÑA	C072	Piña cruda	200,0	110,0	61	0,66	0,11	13,64	17,6	0,55	3,3	1000	$ 2.647,00	$ 529,40
APORTE TOTAL MENÚ					447	21,42	11,6	63,68	160,47	2,17	400,12	TOTAL		$ 2.215,05
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					22,4%	30,7%	17,4%	22,8%	14,6%	24,9%	26,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					73%	94%	58%	77%	100%	53%	199%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°14	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. precccída	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	63,0	63,0	82	12,92	3,41	0	5,04	0,76		1000	$ 22.161,86	$ 1.396,20
	B052	Habichuela, cruda	7,8	7,0	3	0,15	0	0,51	2,8	0,07	0,42	1000	$ 4.167,71	$ 32,42
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	11,2	9,5	4	0,07	0,01	0,91	2,57	0,04	3,33	1000	$ 2.545,71	$ 28,45
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	10,0	9,5	3	0,14	0,01	0,74	2,28	0,03	0,38	1000	$ 1.972,71	$ 19,73
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	60,0	60,0	228	5,46	2,22	44,34	2,4	1,62	0,6	1000	$ 2.944,29	$ 176,66
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	15,0	15,0	42	3,51	2,81	0,89	60,75	0,08		1000	$ 20.142,86	$ 302,14
	D018	Margarina con sal	9,0	9,0	65	0,06	7,3	0	1,26	0	78,93	1000	$ 12.642,86	$ 113,79
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
APORTE TOTAL MENÚ					569	28,15	20,11	66,94	208,69	3,67	286,53	**TOTAL**		$ 2.696,47
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					28,5%	40,3%	30,2%	24,0%	19,0%	42,2%	19,1%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					93%	123%	100%	81%	130%	90%	143%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°15	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
CALENTADO DE FRIJOL CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,29
	T011	Frijol cargamanto rojo crudo	10,0	10,0	38	2,28	0,15	6,04	11,9	0,53	1	1000	$ 9.398,29	$ 93,98
	B092	Plátano hartón verde,crudo	22,1	15,0	24	0,18	0,03	5,9	1,2	0,06	3,9	1000	$ 2.272,71	$ 50,13
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
APORTE TOTAL MENÚ					385	14,5	13,98	50,51	168,92	2,16	585,15	TOTAL		$ 1.240,77
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					19,3%	20,8%	21,0%	18,1%	15,4%	24,8%	39,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					63%	64%	70%	61%	106%	53%	291%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°16	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
SANDUCHE CON QUESO	A061	Pan blanco. tipo molde. hormeado	44,0	44,0	122	3,92	0,71	25	11	0,84		44	$ 616,00	$ 616,00
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	55,0	55,0	157	12,87	10,29	3,25	222,75	0,28		1000	$ 20.142,86	$ 1.107,86
	D018	Margarina con sal	5,0	5,0	36	0,03	4,06	0	0,7	0	43,85	1000	$ 12.642,86	$ 63,21
MANGO	C051	Mango común crudo	220,0	110,0	86	0,66	0	18,81	16,5	0,55		1000	$ 3.338,43	$ 734,45
APORTE TOTAL MENÚ					481	20,73	18,27	56,78	373,89	2,02	88,58	TOTAL		$ 2.962,09
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					24,1%	29,7%	27,5%	20,3%	34,0%	23,2%	5,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					78%	91%	91%	69%	234%	49%	44%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°17	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	5,0	5,0	19	0	0	4,97	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 17,81
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	67,7	63,0	104	13,05	5,8	0,07	6,93	0,45	39,69	1000	$ 14.076,14	$ 953,55
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,5	4,5	40	0	4,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 33,38
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	55,6	50,0	48	1	0,1	10,45	4	0,4	0	1000	$ 1.523,43	$ 84,63
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
MANGO	C050	Mandarina cruda	157,1	110,0	59	0,99	0,11	12,54	38,5	0,33	2,2	1000	$ 4.299,71	$ 675,67
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					393	19,04	16,11	43,43	181,3	1,83	395,37	**TOTAL**		$ 2.923,85
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					19,7%	27,3%	24,2%	15,6%	16,5%	21,0%	26,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					64%	84%	80%	53%	113%	45%	197%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°18	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,29
	T026	Lenteja común cruda	10,0	10,0	38	2,31	0,09	6,1	5,1	0,72	0,6	1000	$ 7.232,57	$ 72,33
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	16,7	15,0	14	0,3	0,03	3,14	1,2	0,12		1000	$ 1.523,43	$ 25,39
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
APORTE TOTAL MENÚ					432	16,53	14,19	58,63	167,52	2,82	580,85	**TOTAL**		$ 1.260,52
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					21,7%	23,7%	21,3%	21,0%	15,2%	32,4%	38,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					70%	73%	71%	71%	105%	69%	289%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°19	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	55,0	55,0	157	12,87	10,29	3,25	222,75	0,28	0	1000	$ 20.142,86	$ 1.107,86
APORTE TOTAL MENÚ					372	18,5	13,66	44,11	356,24	1,25	46,03	**TOTAL**		$ 1.801,43
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					18,7%	26,5%	20,5%	15,8%	32,4%	14,4%	3,1%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					61%	81%	68%	54%	223%	30%	23%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL PRIMARIA 4° Y 5°

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°20	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	7,0	7,0	25	0,05	0,01	6,32	2,94	0,35	2,73	1000	$ 5.823,71	$ 40,77
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	B103	Tomate, crudo	6,3	5,0	1	0,05	0,01	0,21	0,45	0,03	0,3	1000	$ 4.321,00	$ 27,01
	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,8	5,5	2	0,08	0,01	0,43	1,32	0,02	0,22	1000	$ 1.972,71	$ 11,42
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	73,5	50,0	83	0,6	0,1	19,65	4	0,2	13	1000	$ 2.272,71	$ 167,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	6,0	6,0	54	0	6	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 44,51
	L015	Sal	0,4	0,400	0	0	0	0	0,1	0,01	154,99	1000	$ 2.265,86	$ 0,91
APORTE TOTAL MENÚ					298	10,28	15,23	30,16	155,41	1,47	437,73	**TOTAL**		$ 1.132,24
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					14,9%	14,7%	22,9%	10,8%	14,1%	16,9%	29,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					614	22,8	20,1	82,4	160	4,1	201			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					49%	45%	76%	37%	97%	36%	218%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLO DE MENÚS COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE-CAJM/JT, MODALIDAD DE ATENCIÓN PREPARADA EN SITIO Y COMIDA CALIENTE

NIVEL SECUNDARIA

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°1	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 28,49
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	78,0	78,0	94	17,01	2,97	0	15,6	1,8	49,14	1000	$ 27.176,29	$ 2.119,75
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	5,0	5,0	45	0	5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 37,09
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	83,3	75,0	72	1,5	0,15	15,68	6	0,6	0	1000	$ 1.523,43	$ 126,95
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
BANANO	C010	Banano común, crudo	185,7	130,0	131	1,95	0,13	28,99	10,4	1,17	3,9	1000	$ 3.002,43	$ 557,59
APORTE TOTAL MENÚ					496	24,49	13,85	68,14	164,14	4,23	403,74	**TOTAL**		$ 3.824,88
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					19,9%	28,1%	16,7%	19,5%	14,9%	44,5%	26,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					509	18,3	17	68,2	230	3	172			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					97%	134%	81%	100%	71%	141%	235%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°2	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccída	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
DEDITOS DE YUCA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	87,5	70,0	111	0,63	0,21	26,18	11,2	0,21	9,8	1000	$ 3.021,57	$ 264,39
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	20,0	20,0	57	4,68	3,74	1,18	81	0,1		1000	$ 20.142,86	$ 402,86
	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	20,0	20,0	72	2,5	0,34	14,46	3	0,86	0,4	1000	$ 2.704,86	$ 54,10
	J004	Huevo de gallina entero crudo	6,7	6,0	8	0,76	0,65	0,02	3,18	0,11	8,34	55,56	$ 436,14	$ 52,33
	D013	Aceite, mezcla vegetal	8,0	8,0	72	0	8	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 59,35
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	60,0	60,0	171	14,04	11,22	3,54	243	0,3		1000	$ 20.142,86	$ 1.208,57
MANGO	C051	Mango común crudo	260,0	130,0	102	0,78	0	22,23	19,5	0,65		1000	$ 3.338,43	$ 867,99
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					745	29,19	28,5	89,65	493,28	3,41	220,8	**TOTAL**		$ 3.747,13
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					29,9%	33,5%	34,3%	25,7%	44,8%	35,9%	14,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					509	18,3	17	68,2	230	3	172			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					146%	160%	168%	131%	214%	114%	128%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°3	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,4	7,0	2	0,1	0,01	0,54	1,68	0,03	0,28	1000	$ 1.972,71	$ 14,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
PAN HORNEADO	A066	Pan de sal. regular. Homeado	60,0	60,0	204	6,66	3,84	35,58	21,6	1,14	0	30	$ 390,00	$ 780,00
APORTE TOTAL MENÚ					508	24,58	18,64	59,99	206,7	3,82	339,17	**TOTAL**		$ 2.238,76
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,4%	28,2%	22,5%	17,2%	18,8%	40,2%	22,6%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					66%	87%	75%	58%	111%	75%	143%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°4	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	78,0	78,0	102	15,99	4,22	0	6,24	0,94		1000	$ 22.161,86	$ 1.728,62
	B052	Habichuela, cruda	8,9	8,0	3	0,17	0	0,58	3,2	0,08	0,48	1000	$ 4.167,71	$ 37,05
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	11,2	9,5	4	0,07	0,01	0,91	2,57	0,04	3,33	1000	$ 2.545,71	$ 28,45
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	10,0	9,5	3	0,14	0,01	0,74	2,28	0,03	0,38	1000	$ 1.972,71	$ 19,73
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	80,0	80,0	304	7,28	2,96	59,12	3,2	2,16	0,8	1000	$ 2.944,29	$ 235,54
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	20,0	20,0	57	4,68	3,74	1,18	81	0,1		1000	$ 20.142,86	$ 402,86
	D018	Margarina con sal	9,0	9,0	65	0,06	7,3	0	1,26	0	78,93	1000	$ 12.642,86	$ 113,79
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
APORTE TOTAL MENÚ					630	31,73	21,46	75,28	224,77	3,89	283,81	**TOTAL**		$ 3.068,18
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					25,3%	36,4%	25,9%	21,6%	20,4%	40,9%	18,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					82%	112%	87%	73%	120%	76%	120%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°5	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccída	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	117,6	80,0	132	0,96	0,16	31,44	6,4	0,32	20,8	1000	$ 2.272,71	$ 267,38
	D013	Aceite, mezcla vegetal	8,0	8,0	72	0	8	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 59,35
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
APORTE TOTAL MENÚ					514	19,36	24,3	53,78	191,9	3,21	515,57	**TOTAL**		$ 1.824,80
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,6%	22,2%	29,3%	15,4%	17,4%	33,8%	34,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					67%	68%	98%	52%	103%	63%	218%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°6	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 28,49
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	83,9	78,0	129	16,15	7,18	0,08	8,58	0,55	49,14	1000	$ 14.076,14	$ 1.180,58
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	5,0	5,0	45	0	5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 37,09
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	83,3	75,0	72	1,5	0,15	15,68	6	0,6	0	1000	$ 1.523,43	$ 126,95
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
APORTE TOTAL MENÚ					400	21,68	17,93	39,23	146,72	1,81	399,84	**TOTAL**		$ 2.328,11
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					16,1%	24,9%	21,6%	11,3%	13,3%	19,1%	26,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					52%	77%	73%	38%	78%	35%	169%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°7	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,4	7,0	2	0,1	0,01	0,54	1,68	0,03	0,28	1000	$ 1.972,71	$ 14,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	117,6	80,0	132	0,96	0,16	31,44	6,4	0,32	20,8	1000	$ 2.272,71	$ 267,38
	D013	Aceite, mezcla vegetal	8,0	8,0	72	0	8	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 59,35
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
MANDARINA	C050	Mandarina cruda	185,7	130,0	70	1,17	0,13	14,82	45,5	0,39	2,6	1000	$ 4.299,71	$ 798,52
AGUA	X001	Agua	300,00	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					521	18,17	22,82	59,85	231,7	2,99	516,08	**TOTAL**		$ 2.738,75
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,9%	20,8%	27,5%	17,2%	21,1%	31,5%	34,4%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					68%	64%	92%	58%	124%	59%	218%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°8	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	12,0	12,0	43	0,08	0,02	10,83	5,04	0,59	4,68	1000	$ 5.823,71	$ 69,88
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	60,0	60,0	171	14,04	11,22	3,54	243	0,3	0	1000	$ 20.142,86	$ 1.208,57
PAPAYA	C065	Papaya madura cruda	185,7	130,0	52	0,65	0,13	10,66	31,2	0,39	6,5	1000	$ 2.630,57	$ 488,53
APORTE TOTAL MENÚ					445	20,34	14,73	56,87	408,53	1,76	53,31	**TOTAL**		$ 2.402,33
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					17,9%	23,3%	17,7%	16,3%	37,1%	18,5%	3,6%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					58%	72%	60%	55%	218%	35%	22%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°9	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,27
	T026	Lenteja común cruda	27,0	27,0	104	6,24	0,25	16,47	13,77	1,95	1,62	1000	$ 7.232,57	$ 195,28
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	16,7	15,0	14	0,3	0,03	3,14	1,2	0,12		1000	$ 1.523,43	$ 25,39
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
APORTE TOTAL MENÚ					509	20,47	14,35	71,7	177,45	4,19	578,6	**TOTAL**		$ 1.400,90
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,4%	23,5%	17,3%	20,6%	16,1%	44,1%	38,6%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					67%	72%	58%	69%	95%	82%	244%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°10	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
POLLO GUISADO	F085	Pollo pechuga con piel cruda	83,9	78,0	129	16,15	7,18	0,08	8,58	0,55	49,14	1000	$ 14.076,14	$ 1.180,58
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ CON PAPA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,27
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	16,7	15,0	14	0,3	0,03	3,14	1,2	0,12	0	1000	$ 1.523,43	$ 25,39
APORTE TOTAL MENÚ					377	22,26	12,61	44,58	140,36	1,55	402,91	TOTAL		$ 1.884,22
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					15,1%	25,5%	15,2%	12,8%	12,8%	16,3%	26,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					49%	79%	51%	43%	75%	30%	170%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°11	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 28,49
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	78,0	78,0	94	17,01	2,97	0	15,6	1,8	49,14	1000	$ 27.176,29	$ 2.119,75
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	5,0	5,0	45	0	5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 37,09
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	83,3	75,0	72	1,5	0,15	15,68	6	0,6	0	1000	$ 1.523,43	$ 126,95
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
APORTE TOTAL MENÚ					365	22,54	13,72	39,15	153,74	3,06	399,84	**TOTAL**		$ 3.267,28
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					14,7%	25,8%	16,5%	11,2%	14,0%	32,2%	26,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					48%	80%	56%	38%	82%	60%	169%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°12	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	C031	Guayaba. Madura, Cruda	173,3	130,0	92	1,17	0,39	17,42	16,9	0,39	3,9	1000	$ 2.874,43	$ 498,23
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01		1000	$ 3.561,14	$ 28,49
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,4	7,0	2	0,1	0,01	0,54	1,68	0,03	0,28	1000	$ 1.972,71	$ 14,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
PAN DE SAL	A066	Pan de sal. regular. Homeado	60,0	60,0	204	6,66	3,84	35,58	21,6	1,14	0	30	$ 390,00	$ 780,00
AGUA	X001	Agua	300,00	200	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					538	23,81	18,75	65,52	214	3,32	339,17	**TOTAL**		$ 2.861,09
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					21,6%	27,3%	22,6%	18,8%	19,5%	34,9%	22,6%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					70%	84%	76%	63%	114%	65%	143%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°13	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
POLLO EN SALSA CRIOLLA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	83,9	78,0	129	16,15	7,18	0,08	8,58	0,55	49,14	1000	$ 14.076,14	$ 1.180,58
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ PRIMAVERA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,27
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	5,9	5,0	2	0,04	0,01	0,48	1,35	0,02	1,75	1000	$ 2.545,71	$ 14,97
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
PIÑA	C072	Piña cruda	236,4	130,0	72	0,78	0,13	16,12	20,8	0,65	3,9	1000	$ 2.647,00	$ 625,65
APORTE TOTAL MENÚ					494	24,68	13	68,99	166,85	2,52	408,56	**TOTAL**		$ 2.571,98
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					19,8%	28,3%	15,7%	19,8%	15,2%	26,5%	27,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					65%	87%	53%	67%	89%	49%	172%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°14	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccída	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	78,0	78,0	102	15,99	4,22	0	6,24	0,94		1000	$ 22.161,86	$ 1.728,62
	B052	Habichuela, cruda	8,9	8,0	3	0,17	0	0,58	3,2	0,08	0,48	1000	$ 4.167,71	$ 37,05
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	11,2	9,5	4	0,07	0,01	0,91	2,57	0,04	3,33	1000	$ 2.545,71	$ 28,45
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	10,0	9,5	3	0,14	0,01	0,74	2,28	0,03	0,38	1000	$ 1.972,71	$ 19,73
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	80,0	80,0	304	7,28	2,96	59,12	3,2	2,16	0,8	1000	$ 2.944,29	$ 235,54
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	20,0	20,0	57	4,68	3,74	1,18	81	0,1		1000	$ 20.142,86	$ 402,86
	D018	Margarina con sal	9,0	9,0	65	0,06	7,3	0	1,26	0	78,93	1000	$ 12.642,86	$ 113,79
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
APORTE TOTAL MENÚ					691	34,27	22,59	84,9	232,87	4,57	286,66	**TOTAL**		$ 3.226,79
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					27,7%	39,3%	27,2%	24,3%	21,2%	48,1%	19,1%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					90%	121%	91%	82%	125%	90%	121%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°15	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
CALENTADO DE FRIJOL CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,27
	T011	Frijol cargamanto rojo crudo	27,0	27,0	104	6,16	0,41	16,31	32,13	1,44	2,7	1000	$ 9.398,29	$ 253,75
	B092	Plátano hartón verde,crudo	22,1	15,0	24	0,18	0,03	5,9	1,2	0,06	3,9	1000	$ 2.272,71	$ 50,13
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
APORTE TOTAL MENÚ					462	18,39	14,24	63,48	190,41	3,21	583,58	TOTAL		$ 1.417,96
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					18,5%	21,1%	17,2%	18,2%	17,3%	33,8%	38,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					60%	65%	58%	61%	102%	63%	246%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°16	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
SANDUCHE CON QUESO	A061	Pan blanco. tipo molde. hormeado	44,0	44,0	122	3,92	0,71	25	11	0,84		44	$ 616,00	$ 616,00
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	60,0	60,0	171	14,04	11,22	3,54	243	0,3		1000	$ 20.142,86	$ 1.208,57
	D018	Margarina con sal	5,0	5,0	36	0,03	4,06	0	0,7	0	43,85	1000	$ 12.642,86	$ 63,21
MANGO	C051	Mango común crudo	260,0	130,0	102	0,78	0	22,23	19,5	0,65		1000	$ 3.338,43	$ 867,99
APORTE TOTAL MENÚ					522	22,03	19,2	63,19	398,4	2,28	89,75	TOTAL		$ 3.213,81
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					21,0%	25,3%	23,1%	18,1%	36,2%	24,0%	6,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					509	18,3	17	68,2	230	3	172			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					103%	120%	113%	93%	173%	76%	52%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°17	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 28,49
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	83,9	78,0	129	16,15	7,18	0,08	8,58	0,55	49,14	1000	$ 14.076,14	$ 1.180,58
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	5,0	5,0	45	0	5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 37,09
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	83,3	75,0	72	1,5	0,15	15,68	6	0,6	0	1000	$ 1.523,43	$ 126,95
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
MANGO	C050	Mandarina cruda	185,7	130,0	70	1,17	0,13	14,82	45,5	0,39	2,6	1000	$ 4.299,71	$ 798,52
AGUA	X001	Agua	300,00	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					470	22,85	18,06	54,05	192,22	2,2	402,44	**TOTAL**		$ 3.346,63
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					18,9%	26,2%	21,8%	15,5%	17,5%	23,2%	26,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					62%	81%	73%	52%	103%	43%	170%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°18	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,5	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,8	0,01	0,21	1000	$ 2.656,14	$ 9,27
	T026	Lenteja común cruda	27,0	27,0	104	6,24	0,25	16,47	13,77	1,95	1,62	1000	$ 7.232,57	$ 195,28
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	16,7	15,0	14	0,3	0,03	3,14	1,2	0,12		1000	$ 1.523,43	$ 25,39
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	3,0	3,0	27	0	3	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 22,26
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
APORTE TOTAL MENÚ					509	20,47	14,35	71,7	177,45	4,19	578,6	TOTAL		$ 1.400,90
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					20,4%	23,5%	17,3%	20,6%	16,1%	44,1%	38,6%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					67%	72%	58%	69%	95%	82%	244%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°19	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	35,0	35,0	123	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0	1000	$ 3.729,57	$ 130,54
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	12,0	12,0	43	0,08	0,02	10,83	5,04	0,59	4,68	1000	$ 5.823,71	$ 69,88
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	60,0	60,0	171	14,04	11,22	3,54	243	0,3	0	1000	$ 20.142,86	$ 1.208,57
APORTE TOTAL MENÚ					393	19,69	14,6	46,21	377,33	1,37	46,81	**TOTAL**		$ 1.913,79
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					15,8%	22,6%	17,6%	13,3%	34,3%	14,4%	3,1%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					51%	70%	59%	45%	202%	27%	20%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL SECUNDARIA

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°20	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,4	7,0	2	0,1	0,01	0,54	1,68	0,03	0,28	1000	$ 1.972,71	$ 14,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	117,6	80,0	132	0,96	0,16	31,44	6,4	0,32	20,8	1000	$ 2.272,71	$ 267,38
	D013	Aceite, mezcla vegetal	8,0	8,0	72	0	8	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 59,35
	L015	Sal	0,4	0,396	0	0	0	0	0,1	0,01	153,51	1000	$ 2.265,86	$ 0,90
APORTE TOTAL MENÚ					451	17	22,69	45,03	186,2	2,6	513,48	TOTAL		$ 1.720,23
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					18,1%	19,5%	27,3%	12,9%	16,9%	27,4%	34,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					764	28,3	24,7	103,4	187	5,1	237			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					59%	60%	92%	44%	100%	51%	217%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLO DE MENÚS COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE-CAJM/JT, MODALIDAD DE ATENCIÓN PREPARADA EN SITIO Y COMIDA CALIENTE

NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°1	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 28,49
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	94,0	94,0	113	20,5	3,58	0	18,8	2,17	59,22	1000	$ 27.176,29	$ 2.554,57
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	6,0	6,0	54	0	6	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 44,51
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	105,6	95,0	92	1,9	0,19	19,86	7,6	0,76	0	1000	$ 1.523,43	$ 160,81
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
BANANO	C010	Banano común, crudo	192,9	135,0	136	2,03	0,14	30,11	10,8	1,22	4,05	1000	$ 3.002,43	$ 579,04
APORTE TOTAL MENÚ					549	28,46	15,51	73,44	169,36	4,81	447,23	**TOTAL**		$ 4.322,61
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					28,9%	28,0%	16,0%	18,1%	15,4%	40,8%	29,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					592	21,1	19,9	79,3	245	3,5	191			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					93%	135%	78%	93%	69%	137%	234%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°2	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccida	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
DEDITOS DE YUCA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	106,3	85,0	135	0,77	0,26	31,79	13,6	0,26	11,9	1000	$ 3.021,57	$ 321,04
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	25,0	25,0	71	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13		1000	$ 20.142,86	$ 503,57
	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	27,0	27,0	97	3,38	0,46	19,53	4,05	1,17	0,54	1000	$ 2.704,86	$ 73,03
	J004	Huevo de gallina entero crudo	6,7	6,0	8	0,76	0,65	0,02	3,18	0,11	8,34	55,56	$ 436,14	$ 52,33
	D013	Aceite, mezcla vegetal	10,0	10,0	90	0	10	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 74,19
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	65,0	65,0	185	15,21	12,16	3,84	263,25	0,33		1000	$ 20.142,86	$ 1.309,29
MANGO	C051	Mango común crudo	270,0	135,0	106	0,81	0	23,09	20,25	0,68		1000	$ 3.338,43	$ 901,38
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					844	32,58	32,55	101,79	537,99	3,86	239,67	TOTAL		$ 4.072,47
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					44,4%	32,1%	33,7%	25,1%	48,9%	32,7%	16,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					94%	96%	113%	84%	241%	63%	83%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°3	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,4	7,0	2	0,1	0,01	0,54	1,68	0,03	0,28	1000	$ 1.972,71	$ 14,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
PAN HORNEADO	A066	Pan de sal. regular. Homeado	60,0	60,0	204	6,66	3,84	35,58	21,6	1,14	0	30	$ 390,00	$ 780,00
APORTE TOTAL MENÚ					508	24,58	18,64	59,99	206,71	3,82	355,8	TOTAL		$ 2.238,86
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					26,7%	24,2%	19,3%	14,8%	18,8%	32,4%	23,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					57%	72%	65%	50%	93%	63%	123%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°4	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	94,0	94,0	123	19,27	5,08	0	7,52	1,13		1000	$ 22.161,86	$ 2.083,21
	B052	Habichuela, cruda	10,0	9,0	3	0,19	0	0,65	3,6	0,09	0,54	1000	$ 4.167,71	$ 41,68
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	12,9	11,0	5	0,08	0,02	1,05	2,97	0,05	3,85	1000	$ 2.545,71	$ 32,94
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	11,6	11,0	4	0,16	0,02	0,85	2,64	0,04	0,44	1000	$ 1.972,71	$ 22,84
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	100,0	100,0	380	9,1	3,7	73,9	4	2,7	1	1000	$ 2.944,29	$ 294,43
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	25,0	25,0	71	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13		1000	$ 20.142,86	$ 503,57
	D018	Margarina con sal	9,0	9,0	65	0,06	7,3	0	1,26	0	78,93	1000	$ 12.642,86	$ 113,79
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
APORTE TOTAL MENÚ					743	38,05	24,02	90,68	248,27	4,68	301,28	**TOTAL**		$ 3.594,71
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					39,1%	37,5%	24,8%	22,3%	22,6%	39,7%	20,1%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					83%	112%	83%	75%	111%	77%	104%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°5	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccción	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	147,1	100,0	166	1,2	0,2	39,3	8	0,4	26	1000	$ 2.272,71	$ 334,22
	D013	Aceite, mezcla vegetal	10,0	10,0	90	0	10	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 74,19
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
APORTE TOTAL MENÚ					566	19,6	26,34	61,64	193,52	3,29	554,03	TOTAL		$ 1.906,68
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					29,8%	19,3%	27,2%	15,2%	17,6%	27,9%	36,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					63%	58%	91%	51%	87%	54%	192%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°6	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 28,49
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	101,1	94,0	156	19,46	8,65	0,1	10,34	0,66	59,22	1000	$ 14.076,14	$ 1.422,75
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	6,0	6,0	54	0	6	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 44,51
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	105,6	95,0	92	1,9	0,19	19,86	7,6	0,76	0	1000	$ 1.523,43	$ 160,81
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
APORTE TOTAL MENÚ					456	25,39	20,44	43,43	150,1	2,08	443,18	TOTAL		$ 2.611,75
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					24,0%	25,0%	21,1%	10,7%	13,6%	17,6%	29,5%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					51%	75%	71%	36%	67%	34%	153%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°7	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,4	7,0	2	0,1	0,01	0,54	1,68	0,03	0,28	1000	$ 1.972,71	$ 14,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	147,1	100,0	166	1,2	0,2	39,3	8	0,4	26	1000	$ 2.272,71	$ 334,22
	D013	Aceite, mezcla vegetal	10,0	10,0	90	0	10	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 74,19
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
MANDARINA	C050	Mandarina cruda	192,9	135,0	72	1,22	0,14	15,39	47,25	0,41	2,7	1000	$ 4.299,71	$ 829,23
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					575	18,46	24,87	68,28	235,07	3,09	554,64	**TOTAL**		$ 2.851,34
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					30,3%	18,2%	25,7%	16,8%	21,4%	26,2%	37,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					64%	54%	86%	56%	105%	51%	192%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°8	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	40,0	40,0	141	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0	1000	$ 3.729,57	$ 149,18
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	12,0	12,0	43	0,08	0,02	10,83	5,04	0,59	4,68	1000	$ 5.823,71	$ 69,88
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	65,0	65,0	185	15,21	12,16	3,84	263,25	0,33	0	1000	$ 20.142,86	$ 1.309,29
PAPAYA	C065	Papaya madura cruda	192,9	135,0	54	0,68	0,14	11,07	32,4	0,41	6,75	1000	$ 2.630,57	$ 507,32
APORTE TOTAL MENÚ					479	21,87	15,7	61,58	430,43	1,85	53,56	TOTAL		$ 2.540,48
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					25,2%	21,5%	16,2%	15,2%	39,1%	15,7%	3,6%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					53%	64%	55%	51%	193%	30%	19%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°9	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	40,0	40,0	141	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0	1000	$ 3.729,57	$ 149,18
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,6	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,83	0,01	0,22	1000	$ 2.656,14	$ 9,55
	T026	Lenteja común cruda	27,0	27,0	104	6,24	0,25	16,47	13,77	1,95	0	1000	$ 7.232,57	$ 195,28
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	16,7	15,0	14	0,3	0,03	3,14	1,2	0,12		1000	$ 1.523,43	$ 25,39
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
APORTE TOTAL MENÚ					536	20,8	15,37	75,7	177,96	4,23	626,88	TOTAL		$ 1.427,54
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					28,2%	20,5%	15,9%	18,6%	16,2%	35,8%	41,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					60%	61%	53%	63%	80%	69%	217%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°10	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
POLLO GUISADO	F085	Pollo pechuga con piel cruda	101,1	94,0	156	19,46	8,65	0,1	10,34	0,66	59,22	1000	$ 14.076,14	$ 1.422,75
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ CON PAPA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	40,0	40,0	141	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0	1000	$ 3.729,57	$ 149,18
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,6	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,83	0,01	0,22	1000	$ 2.656,14	$ 9,55
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	16,7	15,0	14	0,3	0,03	3,14	1,2	0,12	0	1000	$ 1.523,43	$ 25,39
APORTE TOTAL MENÚ					422	25,9	14,1	48,6	142,62	1,7	446,26	TOTAL		$ 2.145,52
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					22,2%	25,5%	14,6%	12,0%	13,0%	14,4%	29,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					47%	76%	49%	40%	64%	28%	154%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°11	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 28,49
CARNE DE RES EN BISTEC	F118	Res, pierna cruda	94,0	94,0	113	20,5	3,58	0	18,8	2,17	59,22	1000	$ 27.176,29	$ 2.554,57
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	6,0	6,0	54	0	6	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 44,51
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
CONSOMÉ DE RES CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	105,6	95,0	92	1,9	0,19	19,86	7,6	0,76	0	1000	$ 1.523,43	$ 160,81
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
APORTE TOTAL MENÚ					413	26,43	15,37	43,33	158,56	3,59	443,18	TOTAL		$ 3.743,57
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					21,7%	26,0%	15,9%	10,7%	14,4%	30,4%	29,5%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					46%	78%	53%	36%	71%	59%	153%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°12	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	C031	Guayaba. Madura, Cruda	180,0	135,0	95	1,22	0,41	18,09	17,55	0,41	4,05	1000	$ 2.874,43	$ 517,40
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01		1000	$ 3.561,14	$ 28,49
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,4	7,0	2	0,1	0,01	0,54	1,68	0,03	0,28	1000	$ 1.972,71	$ 14,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
PAN DE SAL	A066	Pan de sal. regular. Homeado	60,0	60,0	204	6,66	3,84	35,58	21,6	1,14	0	30	$ 390,00	$ 780,00
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					541	23,86	18,77	66,19	214,66	3,34	355,95	TOTAL		$ 2.880,35
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					28,5%	23,5%	19,4%	16,3%	19,5%	28,3%	23,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					60%	70%	65%	55%	96%	55%	123%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°13	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
POLLO EN SALSA CRIOLLA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	101,1	94,0	156	19,46	8,65	0,1	10,34	0,66	59,22	1000	$ 14.076,14	$ 1.422,75
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	4,0	1	0,06	0,01	0,31	0,96	0,02	0,16	1000	$ 1.972,71	$ 8,31
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
ARROZ PRIMAVERA	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	40,0	40,0	141	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0	1000	$ 3.729,57	$ 149,18
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,6	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,83	0,01	0,22	1000	$ 2.656,14	$ 9,55
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	5,9	5,0	2	0,04	0,01	0,48	1,35	0,02	1,75	1000	$ 2.545,71	$ 14,97
	B080	Pimentón rojo crudo	2,4	2,0	0	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0	1000	$ 2.702,71	$ 6,36
PIÑA	C072	Piña cruda	245,5	135,0	75	0,81	0,14	16,74	21,6	0,68	4,05	1000	$ 2.647,00	$ 649,72
APORTE TOTAL MENÚ					542	28,35	14,5	73,63	169,91	2,7	452,06	**TOTAL**		$ 2.857,34
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					28,5%	27,9%	15,0%	18,1%	15,4%	22,9%	30,1%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					60%	83%	50%	61%	76%	44%	156%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°14	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AVENA CON LECHE	A012	Avena en hojuelas. preccción	15,0	15,0	61	2,54	1,13	9,62	8,1	0,68	2,85	1000	$ 10.574,00	$ 158,61
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
CARNE DE CERDO EN GOULASH	F025	Cerdo pierna o pernil cruda	94,0	94,0	123	19,27	5,08	0	7,52	1,13		1000	$ 22.161,86	$ 2.083,21
	B052	Habichuela, cruda	10,0	9,0	3	0,19	0	0,65	3,6	0,09	0,54	1000	$ 4.167,71	$ 41,68
	B110	Zanahoria, con cáscara, cruda	12,9	11,0	5	0,08	0,02	1,05	2,97	0,05	3,85	1000	$ 2.545,71	$ 32,94
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	11,6	11,0	4	0,16	0,02	0,85	2,64	0,04	0,44	1000	$ 1.972,71	$ 22,84
AREPA ASADA CON QUESO Y MARGARINA	A034	Harina de maíz blanco, precocida	100,0	100,0	380	9,1	3,7	73,9	4	2,7	1	1000	$ 2.944,29	$ 294,43
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	25,0	25,0	71	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13		1000	$ 20.142,86	$ 503,57
	D018	Margarina con sal	9,0	9,0	65	0,06	7,3	0	1,26	0	78,93	1000	$ 12.642,86	$ 113,79
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
APORTE TOTAL MENÚ					804	40,59	25,15	100,3	256,37	5,36	304,13	**TOTAL**		$ 3.753,32
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					42,3%	40,0%	26,0%	24,7%	23,3%	45,4%	20,3%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					90%	119%	87%	83%	115%	88%	105%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°15	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
CALENTADO DE FRIJOL CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	40,0	40,0	141	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0	1000	$ 3.729,57	$ 149,18
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,6	1,4	0	0,02	0,01	0,1	0,83	0,01	0,22	1000	$ 2.656,14	$ 9,55
	T011	Frijol cargamanto rojo crudo	27,0	27,0	104	6,16	0,41	16,31	32,13	1,44	2,7	1000	$ 9.398,29	$ 253,75
	B092	Plátano hartón verde,crudo	22,1	15,0	24	0,18	0,03	5,9	1,2	0,06	3,9	1000	$ 2.272,71	$ 50,13
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
APORTE TOTAL MENÚ					489	18,72	15,26	67,48	190,92	3,25	633,48	TOTAL		$ 1.444,60
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					25,7%	18,4%	15,8%	16,6%	17,4%	27,5%	42,2%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					55%	55%	53%	56%	86%	53%	219%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°16	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
SANDUCHE CON QUESO	A061	Pan blanco. tipo molde. hormeado	44,0	44,0	122	3,92	0,71	25	11	0,84		44	$ 616,00	$ 616,00
	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	65,0	65,0	185	15,21	12,16	3,84	263,25	0,33		1000	$ 20.142,86	$ 1.309,29
	D018	Margarina con sal	5,0	5,0	36	0,03	4,06	0	0,7	0	43,85	1000	$ 12.642,86	$ 63,21
MANGO	C051	Mango común crudo	270,0	135,0	106	0,81	0	23,09	20,25	0,68		1000	$ 3.338,43	$ 901,38
APORTE TOTAL MENÚ					540	23,23	20,14	64,35	419,4	2,34	89,75	TOTAL		$ 3.347,91
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					28,4%	22,9%	20,8%	15,8%	38,1%	19,8%	6,0%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					60%	68%	70%	53%	188%	38%	31%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°17	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate en pastilla con azúcar	14,0	14,0	63	0,51	2,33	10,57	5,04	0,49	0	1000	$ 30.325,43	$ 424,56
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K003	Azucar blanco granulado	8,0	8,0	31	0	0	7,95	0	0,01	0	1000	$ 3.561,14	$ 28,49
POLLO A LA CAZADORA	F085	Pollo pechuga con piel cruda	101,1	94,0	156	19,46	8,65	0,1	10,34	0,66	59,22	1000	$ 14.076,14	$ 1.422,75
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	6,0	6,0	54	0	6	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 44,51
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
CONSOMÉ DE POLLO CON PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	105,6	95,0	92	1,9	0,19	19,86	7,6	0,76	0	1000	$ 1.523,43	$ 160,81
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10,0	4,0	1	0,05	0,01	0,28	2,28	0,02	0,6	1000	$ 2.656,14	$ 26,56
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
MANGO	C050	Mandarina cruda	192,9	135,0	72	1,22	0,14	15,39	47,25	0,41	2,7	1000	$ 4.299,71	$ 829,23
AGUA	X001	Agua	300,0	300	0	0	0	0	0	0	0	300	$ 220,00	$ 220,00
APORTE TOTAL MENÚ					528	26,61	20,58	58,82	197,35	2,49	445,88	TOTAL		$ 3.660,98
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					27,8%	26,2%	21,3%	14,5%	17,9%	21,1%	29,7%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					59%	78%	71%	49%	88%	41%	154%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°18	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
COLADA DE CEBADA CON LECHE	A014	Cebada, perlada, cruda	15,0	15,0	57	1,88	0,27	10,82	5,4	0,41	0	1000	$ 4.410,29	$ 66,15
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
HUEVO TORTILLA	J004	Huevo de gallina entero crudo	55,6	50,0	74	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5	55,56	$ 436,14	$ 436,11
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
CALENTADO DE LENTEJAS CON ARROZ	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	40,0	40,0	141	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0	1000	$ 3.729,57	$ 149,18
	D013	Aceite, mezcla vegetal	1,0	1,0	9	0	1	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 7,42
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	3,6	1,4								1000	$ 2.656,14	$ 9,55
	T026	Lenteja común cruda	27,0	27,0	104	6,24	0,25	16,47	13,77	1,95	1,62	1000	$ 7.232,57	$ 195,28
	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara cruda.	16,7	15,0	14	0,3	0,03	3,14	1,2	0,12		1000	$ 1.523,43	$ 25,39
	B103	Tomate, crudo	2,5	2,0	0	0,02	0,01	0,09	0,18	0,01	0,12	1000	$ 4.321,00	$ 10,80
	B029	Cebolla junca, tallos, cruda	5,0	2,0	0	0,03	0,01	0,14	1,14	0,01	0,3	1000	$ 2.656,14	$ 13,28
	B009	Ajo Crudo	1,1	1,0	1	0,05	0,01	0,3	0,4	0,02	0,19	1000	$ 9.834,57	$ 10,35
	B035	Cilantro crudo	0,6	0,5	0	0,02	0,01	0,03	0,41	0,01	0,23	1000	$ 10.631,00	$ 5,91
	D013	Aceite, mezcla vegetal	4,0	4,0	36	0	4	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 29,67
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
APORTE TOTAL MENÚ					536	20,78	15,36	75,6	177,13	4,22	628,28	TOTAL		$ 1.427,54
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					28,2%	20,5%	15,9%	18,6%	16,1%	35,8%	41,9%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					60%	61%	53%	63%	79%	69%	217%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ
MATRICULA PROFESIONAL	MND 04573
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°19	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
ARROZ CON LECHE	A010	Arroz blanco. pulido. crudo	40,0	40,0	141	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0	1000	$ 3.729,57	$ 149,18
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
	K033	Panela	12,0	12,0	43	0,08	0,02	10,83	5,04	0,59	4,68	1000	$ 5.823,71	$ 69,88
	796	Canela molida	0,5	0,5	1	0,02	0,02	0,4	6,14	0,2	0,13	20	$ 4.200,00	$ 105,00
PORCIÓN DE QUESO	G021	Queso fresco semiduro, semimagro tipo doblecrema	65,0	65,0	185	15,21	12,16	3,84	263,25	0,33	0	1000	$ 20.142,86	$ 1.309,29
APORTE TOTAL MENÚ					425	21,19	15,56	50,51	398,03	1,44	46,81	**TOTAL**		$ 2.033,15
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					22,4%	20,9%	16,1%	12,4%	36,2%	12,2%	3,1%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					47%	62%	54%	42%	178%	24%	16%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	

CICLOS DE MENÚS DEPARTAMENTO DEL HUILA 2026 NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO

PREPARACIÓN	CODIGO	MENÚ N°20	PESO BRUTO	PESO NETO	CALORIAS	PR (g)	GR (g)	CHO (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNIDAD DE MEDIDA	COSTO PORCIÓN
AGUA PANELA CON LECHE	K033	Panela	10,0	10,0	36	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49	3,9	1000	$ 5.823,71	$ 58,24
	G012	Leche de vaca entera liquida pasteurizada	100,0	100,0	55	3,2	3,2	3,4	120	0	42	1000	$ 3.998,00	$ 399,80
HUEVOS REVUELTOS CON CEBOLLA Y TOMATE	J004	Huevo de gallina entero crudo	111,1	100,0	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139	55,56	$ 436,14	$ 872,22
	B103	Tomate, crudo	10,0	8,0	1	0,08	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48	1000	$ 4.321,00	$ 43,21
	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,4	7,0	2	0,1	0,01	0,54	1,68	0,03	0,28	1000	$ 1.972,71	$ 14,54
	D013	Aceite, mezcla vegetal	0,5	0,5	4	0	0,5	0	0	0	0	1000	$ 7.418,57	$ 3,71
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
PATACONA	B092	Plátano hartón verde,crudo	147,1	100,0	166	1,2	0,2	39,3	8	0,4	26	1000	$ 2.272,71	$ 334,22
	D013	Aceite, mezcla vegetal	10,0	10,0	90	0	10	0	0	0		1000	$ 7.418,57	$ 74,19
	L015	Sal	0,4	0,439	0	0	0	0	0,11	0,01	170,14	1000	$ 2.265,86	$ 0,99
APORTE TOTAL MENÚ					503	17,24	24,73	52,89	187,82	2,68	551,94	TOTAL		$ 1.802,10
% ADECUACIÓN RECOMENDACIONES DIARIAS POR NIVEL EDUCATIVO					26,5%	17,0%	25,6%	13,0%	17,1%	22,7%	36,8%			
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO MINUTA PATRÓN					897	34	28,8	120,9	223	6,1	289			
% ADECUACIÓN PROMEDIO MINUTA PATRÓN					56%	51%	86%	44%	84%	44%	191%			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	**MARIA ALEJANDRA GÓNGORA GUTIÉRREZ**
MATRICULA PROFESIONAL	**MND 04573**
FIRMA	