DOCUMENTOS NUTRICIONALES

Gmail desarrollosocial mani-casanare.gov.co <desarrollosocial@mani-casanare.gov.co>

Aprobación documentos nutricionales Programa de Alimentación Escolar- PAE, Entidad Territorial NO certificada Maní, Vigencia-2026

2 mensajes

cobertura <cobertura@sedcasanare.gov.co> 17 de septiembre de 2025, 9:36
Para: "desarrollosocial mani-casanare.gov.co" <desarrollosocial@mani-casanare.gov.co>
Cc: PAE <pae@sedcasanare.gov.co>, Carlos David Cuesta Briceño <carlos.cuesta@sedcasanare.gov.co>

Buenos días

Doctora
DIOMIRA AGUILAR PLAZAS
Secretaria de Desarrollo Social
Correo: desarrollosocial@maní-casanare.gov.co
Maní

Cordial saludo

Asunto: Aprobación documentos nutricionales Programa de Alimentación Escolar- PAE, Entidad Territorial NO certificada Maní, Vigencia-2026.

Atentamente,

CARLOS DAVID CUESTA BRICEÑO
Director Técnico de Cobertura Educativa
Secretaría de Educación de Casanare
Tel: (8) 633 6339 ext 1211
Cra 20 No. 8-02 Piso 2 Bloque A
Yopal – Casanare
www.sedcasanare.gov.co

Secretaría de Educación | Gobernación de Casanare

CONFIDENCIALIDAD: Este mensaje y cualquier archivo anexo son confidenciales y para uso exclusivo del destinatario. Esta comunicación puede contener información protegida por derechos de autor. Si usted ha recibido este mensaje por error, equivocación u omisión queda estrictamente prohibida la utilización, copia, reimpresión y/o reenvío del mismo. En tal caso, por favor notificar, de forma inmediata al remitente y borrar el mensaje original y cualquier archivo anexo. Gracias.

CONFIDENTIALITY: This message and any of its attachments are confidential and for the exclusive use of their addressee. This communication may contain information protected under copyright laws. If you have received this message by error, mistake or omission, please be advised that the use, copy, printing or resending of this message becomes strictly prohibited. In such a case, please inform the sender immediately, and proceed to erase the original message and all of its attachments. Thank you

5 adjuntos

Lista de Intercambios Maní 2026.pdf
325K

Guía de Preparación Maní 2026 VF.pdf
6100K

Ciclo de Menús Maní 2026.pdf
1177K

Analisis Nutricional Maní 2026 VF.pdf
6476K

OFICIO 720-324 DRA. DIOMIRA AGUILAR PLAZAS_0001.pdf
972K

---

desarrollosocial mani-casanare.gov.co <desarrollosocial@mani-casanare.gov.co> 17 de septiembre de 2025, 9:43
Para: lilireyes.nutricion@gmail.com

[El texto citado está oculto]
--

LORENA ROMERO
AUXILIAR ADMINISTRATIVA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL
ALCALDIA DE MANI CASANARE

---

5 adjuntos

Lista de Intercambios Maní 2026.pdf
325K

Guía de Preparación Maní 2026 VF.pdf
6100K

Ciclo de Menús Maní 2026.pdf
1177K

Analisis Nutricional Maní 2026 VF.pdf
6476K

OFICIO 720-324 DRA. DIOMIRA AGUILAR PLAZAS_0001.pdf
972K

MINUTA PATRÓN

MINUTA PATRÓN COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA
MODALIDAD PREPARADA EN SITIO

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	FRECUENCIA SEMANAL/5 DÍAS	TAMAÑO DE PORCIÓN (rango de peso neto) NIVEL PREESCOLAR	
			PESO NETO	PORCIÓN SERVIDA
BEBIDA CON LECHE[1]	**Grupo III. Leche y productos lácteos**			
	Leche de vaca entera en polvo o	Todos los días	13 g	200 cm3 (mitad agua - mitad leche)
	Leche de vaca entera liquida pasteurizada o		100 ml	
	Yogurt Con sabor		200 ml	
	Para Preparación de las bebidas			
	Avena/fécula de maiz con sabor/harina de plátano/siete cereales/chocolate/Panela o	Otros alimentos para la preparación de la bebida	10 g	
	o frutas		60 g	
ALIMENTO PROTEICO[2]	**Grupo III. Leche y productos lácteos o Grupo IV. Carnes, Huevo, Leguminosas Secas, Frutos Secos y Semillas**			
	Carne Blanca o	3 veces/semana	38 g	34 g
	Carne Roja o		38 g	34 g
	Huevo de Gallina tipo A o		49 g	46 g
	Huevo de Codorniz* o		40 g	38 g
	Queso Fresco		28 g	28 g
CEREAL ACOMPAÑANTE[3]	**Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos**			
	Arepa o	Todos los días	40 g	38 g
	Pan o Panificados o		36 g	36 g
	Tungo/envuelto o		40 g	38 g
	Plátano o		36 g	34 g
	Papa		36 g	36 g
FRUTAS[4]	**Grupo II. Frutas y Verduras**			
	Fruta entera o en porción	Todos los días	80 g.	
AZÚCARES	**Grupo VI: Azúcares**			
	Grupo VI: Azúcares	Todos los días	7 g	
GRASAS[5]	**Grupo V. Grasas**			
	Aceite de soya o margarina	Todos los días	15 cm3 (Total Semana)	
AGUA[6]	Agua apta para el consumo humano	3 veces/semana	200 ml	
SAZONADORES & MISCELANEOS[7]				

Observaciones:

[1] Bebidas con leche: La porción de leche incluida en la minuta patrón se utiliza diariamente en preparaciones como coladas de plátano,avena, fécula de maiz con sabor, harina de trigo, chocolate, aguapanela con leche, sorbetes de fruta, entre otras, con el objetivo de ofrecer variedad en las bebidas durante la semana.

[2] Alimento proteico: La frecuencia del alimento proteico es de tres veces por semana. Dentro de las carnes rojas se incluyen carne de res, vísceras de Res (corazón, riñón, pajarilla e hígado) y carne de cerdo sin hueso. Para la preparación del caldo de picado, únicamente se permiten las vísceras corazón, riñón y pajarilla y carne de las entrañas, En cuanto las carnes blancas, se incluyen pollo y pescado sin hueso. No se permite el uso de proteínas marinadas ni con conservantes que prologuen su vida util, Para efectos del cálculo del peso bruto en la presente minuta, la carne blanca debe considerarse fresca, sin piel, sin congelar y sin hueso. Si se adquiere con piel y con hueso, se debe incrementar el peso bruto en un 25%. En caso de que el operador adquiera carne congelada, deberá realizar el cálculo del contenido de hielo o agua, con el fin de garantizar que la porción servida cumpla con el gramaje requerido.

Huevos y productos lácteos: El huevo de gallina corresponde al tipo A. Para el caso de los huevos de codorniz, se estima un peso promedio de 10 g por unidad, por lo que se calcula una porción equivalente a cuatro unidades por beneficiario. En cuanto a los productos lácteos, se permite el uso de queso fresco tipo mozzarella o doble crema. Asi mismo, se aclara que la cuajada se utiliza en la preparación de alimentos como arepas, rosquitas, deditos, tungos o envueltos.

[3] Cereal acompañante: Se pueden ofrecer alimentos como pan, galletas, arepas de maiz blanco o de yuca (en forma redonda, deditos o roscas), envueltos de mazorca, tungos de arroz, así como otras preparaciones elaboradas a base de raíces, tubérculos y plátanos. Cuando el alimento proteico está incorporado en un caldo que contiene un carbohidrato complejo (como la papa), el gramaje de dicho carbohidrato debe ser complementado con el gramaje del cereal acompañante -como tostadas, arepuelas, galletas de soda o cascajos de plátano hartón verde - hasta alcanzar el total establecido para este grupo alimenticio. Esta medida busca asegurar el cumplimiento del con el aporte requerido de carbohidratos complejos sin dejar de lado las costumbres y habitos alimenticios de la región, conforme a los lineamientos nutricionales definidos en la minuta patrón del PAE. Con respecto al plátano, al ser maduro en preparación frita, presenta una mayor pérdida de peso, por lo que debe tenerse en cuenta el peso servido para garantizar la porción establecida. En el caso de las arepas, el calculo del gramaje se realiza sumando el peso bruto de cada uno de los ingredientes, sin considerar el agua utilizada para la mezcla; en el peso servido ya se contempla la totalidad de la masa.

[4] Frutas: Se deben ofrecer frutas frescas en su punto óptimo de maduración, ya sea enteras o en porciones, de acuerdo con lo establecido en el ciclo de menú. Para efectos de supervisión y control, la evaluación de la fruta granadilla se realizará por unidad, dado que resulta difícil garantizar su peso exacto, cumpliendo con los parámetros de calidad establecidos en el Anexo Técnico de Calidad e Inocuidad de la Resolución 0335 de 2021. En el caso de la naranja, esta debe ser entregada pelada y en porción. Es importante tener en cuenta que las variedades de frutas ofrecidas deben corresponder a las previamente costeadas en el contrato, por lo tanto, no se permite el cambio arbitrario de fruta ni el uso de pulpas industrializadas.

[5] Grasas: En cuanto al uso de grasas, no se permite el uso de mezclas de aceites vegetales. Únicamente se autoriza el uso de aceites puros, tales como aceite de soya, girasol, canola o maíz.

[6] Agua: Debido a que en el mercado local no se encuentra presentación en empaque de 180 ml se decide aumentar la cantidad a 200 ml

[7] Miscelaneos: Se permite el uso de ingredientes misceláneos en algunas preparaciones, con el fin de complementar o resaltar el sabor de los alimentos. Entre estos se incluyen canela, cilantro, cebolla, ajo, tomate, sal, entre otros.

APORTE NUTRICIONAL MINUTA PATRÓN NIVEL PREESCOLAR

	CALORIAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASAS (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Total Aporte Promedio Diario	309,45	9,89	10,63	42,11	197,78	1,59	263,44
Recomendaciones Diarias	1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
% Adecuación Total	24%	22%	25%	23%	28%	28%	23%

MINUTA PATRÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015 PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE VIGENCIA 2026**

FIRMA Liliana Reyes M.

CICLO DE MENÚ

Alimentos para Aprender | Alcaldía de Maní | PAE | Ministerio de Educación Nacional

CICLO DE MENÚS

ENTIDAD TERRITORIAL:	ALCALDIA MUNICIPAL
MUNICIPIO:	MANI
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO:	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN:	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

2026

SEMANA No. 1

COMPONENTE	RANGO DE PESOS RACIÓN SERVIDA	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA CON LECHE	200 ml	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA FRÍA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON SABOR	COLADA DE PLÁTANO FRÍA	SORBETE DE GUAYABA
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNES O 34 g; HUEVOS O Gallina 46 g Codorniz 38 g; QUESO FRESCO 28 g	QUESO FRESCO		HUEVO DE GALLINA PERICOS		CALDO DE POLLO CON PAPA
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA O 38 g; *AREPUELA O TOSTADA O CASCAJOS 12 g; PAN O PRODUCTOS PANIFICADOS O 36 g; TUNGO/ENVUELTO O 38 g; PLÁTANO O 34 g; PAPA 36 g	PAN DE LECHE	DEDITOS DORADOS	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	TUNGO DE ARROZ	Incluido en el proteico + TOSTADAS
FRUTA	80 g	RACIMO DE UVAS	BANANO ENTERO	MANZANA ROYAL	MANGO EN CUBOS	MANDARINA
AGUA	200 ml	Agua Potable		Agua Potable		Agua Potable

* Alimento para complementar el gramaje de la papa en el caldo

CICLO DE MENÚS ELABORADO POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

Este ciclo de menús es unicamente para la vigencia 2026 del Programa de Alimentación Escolar en el Municipio de Mani - Casanare

Alimentos para Aprender | Alcaldía de Maní | PAE | MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

CICLO DE MENÚS

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA MUNICIPAL**
MUNICIPIO:	**MANI**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO:	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN:	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	**Complemento JM/JT**

2026

SEMANA No. 2

COMPONENTE	RANGO DE PESOS RACIÓN SERVIDA	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA CON LECHE	200 ml	AGUAPANELA EN LECHE	COLADA DE HARINA DE TRIGO	YOGURT DE SABOR	SORBETE DE MORA	CHOCOLATE CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNES O 34 g; HUEVOS O Gallina 46 g Codorniz 38 g; QUESO FRESCO 28 g		HUEVO DE CODORNIZ COCIDOS		CALDO DE RES CON PAPA	QUESO FRESCO
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA O 38 g; *AREPUELA O TOSTADA O CARCAJOS 12 g; PAN O PRODUCTOS PANIFICADOS O 36 g; TUNGO/ENVUELTO O 38 g; PLÁTANO D 34 g; PAPA 36 g	ROSQUITAS DE YUCA	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	MANTECADA	Incluido en el proteico + CASCAJOS DE PLÁTANO VERDE	ENVUELTOS DE MAZORCA
FRUTA	80 g	PERA	SANDIA EN PORCIÓN	PAPAYA EN CUBOS	MANDARINA	GRANADILLA
AGUA	200 ml		Agua Potable		Agua Potable	Agua Potable

* Alimento para complementar el gramaje de la papa en el caldo

CICLO DE MENÚS ELABORADO POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03016
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

Este ciclo de menús es unicamente para la vigencia 2026 del Programa de Alimentación Escolar en el Municipio de Mani - Casanare

Alimentos para Aprender | Alcaldía de Maní | PAE | MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

CICLO DE MENÚS

ENTIDAD TERRITORIAL:	ALCALDIA MUNICIPAL
MUNICIPIO:	MANI
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO:	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN:	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

2026

SEMANA No. 3

COMPONENTE	RANGO DE PESOS RACIÓN SERVIDA	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA CON LECHE	200 ml	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON SABOR	SORBETE DE TOMATE DE ÁRBOL	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE PLÁTANO FRÍA	COLADA DE AVENA FRÍA
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNES O 34 g HUEVOS O Gallina 46 g Codorniz 38 g QUESO FRESCO 28 g		CALDO DE POLLO CON PAPA	QUESO FRESCO		HUEVO DE GALLINA REVUELTOS
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA O 38 g *AREPUELA O TOSTADA O CASCAJOS 12 g PAN O PRODUCTOS PANIFICADOS O 36 g TUNGO/REVUELTO O 38 g PLÁTANO O 34 g PAPA 36 g	AREPA ASADA	Incluido en el proteico + AREPUELAS	PAN BLANCO	TUNGO DE ARROZ	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO
FRUTA	80 g	PIÑA GOLD EN TRIANGULO	BANANO ENTERO	MANGO EN CUBOS	MANZANA ROYAL	SANDIA EN PORCIÓN
AGUA	200 ml		Agua Potable	Agua Potable	Agua Potable	

* Alimento para complementar el gramaje de la papa en el caldo

CICLO DE MENÚS ELABORADO POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

Este ciclo de menús es unicamente para la vigencia 2026 del Programa de Alimentación Escolar en el Municipio de Mani - Casanare

Alimentos para Aprender | ALCALDÍA DE MANÍ | PAE | MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

CICLO DE MENÚS

ENTIDAD TERRITORIAL:	ALCALDIA MUNICIPAL
MUNICIPIO:	MANI
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO:	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN:	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

2026

SEMANA No. 4

COMPONENTE	RANGO DE PESOS RACIÓN SERVIDA	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA CON LECHE	200 ml	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON SABOR	YOGURT DE SABOR	SORBETE DE GUANABANA	CHOCOLATE EN LECHE	AGUAPANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEICO	CARNES O 34 g; HUEVOS O Gallina 46 g Codorniz 38 g; QUESO FRESCO 28 g			CALDO DE CARNE CON PAPA	QUESO FRESCO	HUEVO DE GALLINA COCIDO
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA O 38 g; *AREPUELA O TOSTADA O CASCAJOS 12 g; PAN O PRODUCTOS PANIFICADOS O 36 g; TUNGO/ENVUELTO O 38 g; PLÁTANO O 34 g; PAPA 36 g	ENVUELTOS DE MAZORCA	ROSQUITAS DE YUCA	Incluido en el proteico + TOSTADAS	MOGOLLA	TAJADAS DE PLÁTANO
FRUTA	80 g	MANGO EN CUBOS	PAPAYA EN CUBOS	BANANO ENTERO	SANDIA EN PORCIÓN	MANDARINA
AGUA	200 ml		Agua Potable		Agua Potable	Agua Potable

* Alimento para complementar el gramaje de la papa en el caldo

CICLO DE MENÚS ELABORADO POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° '03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

Este ciclo de menús es unicamente para la vigencia 2026 del Programa de Alimentación Escolar en el Municipio de Mani - Casanare

ANALISIS NUTRICIONAL

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDIA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	ALCALDIA DE MANÍ
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Preescolar
MENÚ Nº	15

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES							
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES					
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS Y AZÚCARES	COLADA DE AVENA FRÍA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10,00	41,10	1,69	0,75	6,4	5,4	0,45	0,3
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	7,00	27,79	0,00	0,00	7,0	0	0,007	0
				Canela	TM1337	0,3	0,30	0,78	0,01	0,01	0,2	3,684	0,1143	0,078
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS O GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO DE GALLINA REVUELTO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	54	48,60	72,41	6,12	5,25	0,1	25,76	0,8262	67,554
				Aceite de soya	D012	3	3,00	27,00	0,00	3,00	0,0	0	0	0
				Sal	L015	0,3	0,30	0,00	0,00	0,00	0,0	0,072	0,0009	118,343
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	50	36,00	47,52	0,40	0,07	10,9	1,08	0,18	1,44
				Aceite de soya	D012	3	3,00	27,00	0,00	3,00	0,0	0	0	0
	BEBIDAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	SANDIA EN PORCIÓN	Sandía, cruda	C079	200	80,00	13,60	0,32	0,00	3,0	3,2	0,24	0,8
	Aporte nutricional del CAJM							322	12	16	33	161	2	234
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% DE ADECUACION							25%	26%	36%	18%	23%	34%	21%
	APORTE TOTAL SEMANAL DE NUTRIENTES							327	11	12	43	190	2	318
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% ADECUACIÓN							25%	24%	27%	24%	27%	31%	28%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender

ALCALDÍA DE MANÍ

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 1

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES							
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES					
								Calorías	Proteína	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO VI.AZÚCARES	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	100,00	55,00	3,20	3,20	3,4	120	0	42
				Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10,00	46,60	0,36	1,66	7,6	3,6	0,35	0
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	QUESO FRESCO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28	28,00	80,08	6,55	5,24	1,7	113,4	0,14	133
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PAN DE LECHE	Pan de leche, horneado	A064	36	36,00	101,16	3,10	1,73	17,9	29,88	1,08	126,72
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	RACIMO DE UVAS	Uva blanca, cruda	C085	89	80,10	30,44	0,40	0,00	6,9	4,806	0,32	1,602
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
Aporte nutricional del CAJM								313	14	12	37	272	2	303
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
% DE ADECUACION								24%	30%	27%	21%	39%	34%	27%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABCRADO POR* LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA *CON MATRICULA PROFESIONAL* Nº 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 2

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES — NUTRIENTES: Calorías	Proteína	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
C A J M	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO VI.AZÚCARES	COLADA DE AVENA FRÍA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	10,00	41,10	1,69	0,75	6,4	5,4	0,45	0,3
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	3,00	11,91	0,00	0,00	3,0	0	0,003	0
				Canela	TM1337	0,3	0,30	0,78	0,01	0,01	0,2	3,684	0,114	0,078
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO VI.AZÚCARES	DEDITOS DORADOS	Harina de maíz blanco, precocida	A034	18	18,00	68,40	1,64	0,67	13,3	0,72	0,486	0,18
				Queso fresco, sem blando, semimagro, tipo cuajada	G016	6	6,00	12,42	0,91	0,92	0,1	29,4	0,09	3,84
				Aceite de soya	D012	4	4,00	36,00	0,00	4,00	0,0	0	0	0
				Azúcar blanco, granulado	K003	4	4,00	15,88	0,00	0,00	4,0	0	0,004	0
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,002	93,905
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	BANANO ENTERO	Banano común, crudo	G010	115	80,50	81,31	1,21	0,08	18,0	8,44	0,725	2,415
	Aporte Nutricional del Almuerzo							**333**	**9**	**10**	**50**	**168**	**2**	**249**
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							**1300,0**	**45,5**	**43,3**	**182,0**	**700,0**	**5,6**	**1133**
	% DE ADECUACION							**26%**	**20%**	**23%**	**27%**	**24%**	**36%**	**22%**

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 3

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO VI.AZÚCARES	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON SABOR	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,085	47,97
				Almidón de maíz, crudo	A001	10	10,00	37,00	0,03	0,01	9,1	0,2	0,05	0,9
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	3,00	11,91	0,00	0,00	3,0	0	0,003	0
				Canela	TM1337	0,3	0,30	0,78	0,01	0,01	0,2	3,684	0,1143	0,078
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO DE GALLINA PERICOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	54	48,60	72,41	6,12	5,25	0,1	25,76	0,8262	67,554
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2,5	1,00	0,37	0,01	0,00	0,1	0,57	0,005	0,15
				Tomate, crudo	B103	3	2,40	0,55	0,02	0,00	0,1	0,216	0,012	0,144
				Aceite de soya	D012	1	1,00	9,00	0,00	1,00	0,0	0	0	0
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,0015	193,905
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. GRASAS	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	50	36,00	47,52	0,40	0,07	10,9	1,08	0,18	1,44
				Aceite de soya	D012	3	3,00	27,00	0,00	3,00	0,0	0	0	0
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANZANA ROYAL	Manzana común cruda	C054	95	80,75	58,14	0,24	0,16	13,3	12,92	0,24225	1,615
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
Aporte nutricional del CAJM								330	10	13	42	167	1	314
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,8	1133
% DE ADECUACION								25%	23%	30%	23%	24%	27%	28%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA *CON MATRICULA PROFESIONAL* Nº 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento J M/J T

NIVEL Preescolar

MENÚ N° 4

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES NUTRIENTES Calorías Kcal	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO VI.AZÚCARES	COLADA DE PLÁTANO FRÍA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Harina de plátano, cruda	B057	10	10,00	34,00	0,33	0,03	8,1	1,1	0,12	0
				Panela	K033	4	4,00	14,56	0,02	0,00	3,6	1,68	0,196	1,56
				Canela	TM1337	0,3	0,30	0,78	0,01	0,01	0,2	3,684	0,114	0,078
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. GRASAS	TUNGO DE ARROZ	Harina de arroz, cruda	A028	15	15,00	54,15	0,90	0,21	12,0	1,2	0,06	0
				Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	12	12,00	24,84	1,82	1,85	0,2	58,8	0,18	7,68
				Margarina de canola	D017	4	4,00	29,24	0,02	3,24	0,0	3,16	0,004	29,68
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	3,00	11,91	0,00	0,00	3,0	0	0,003	0
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,002	193,905
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANGO EN CUBOS	Mango común, crudo	C051	160	80,00	63,20	0,48	0,00	13,7	12	0,4	3,2
				Aporte nutricional del CAJM				**298**	**7**	**9**	**46**	**201**	**1**	**284**
				Recomendaciones diarias (nivel preescolar)				**1300,0**	**45,5**	**43,3**	**182,0**	**700,0**	**5,6**	**1133**
				% DE ADECUACION				**23%**	**15%**	**20%**	**25%**	**29%**	**20%**	**25%**

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **N° 103015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 5

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES — NUTRIENTES: Calorías Kcal	Proteínas g	Grasa g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VLAZÚCARES	SORBETE DE GUAYABA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Guayaba, madura, cruda	C031	80	60,00	42,60	0,54	0,18	8,0	7,8	0,18	1,8
				Azúcar blanco, granulado	K003	4	4,00	15,88	0,00	0,00	4,0	0	0,004	0
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	CALDO DE POLLO CON PAPA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	38	35,34	58,66	7,32	3,25	0,0	3,887	0,247	22,2642
				Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	28	25,20	24,44	0,50	0,05	5,3	2,016	0,202	2,52
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	4	1,60	0,59	0,02	0,00	0,1	0,912	0,008	0,24
				Cilantro, crudo	B035	0,8	0,54	0,24	0,01	0,00	0,0	0,443	0,01	0,2484
				Ajo, crudo	B009	0,1	0,10	0,14	0,00	0,00	0,0	0,038	0,001	0,01805
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,002	193,905
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	Incluido en el proteico + TOSTADA	Tostadas o galados, horneados	A087	12	12,00	47,76	1,20	0,82	8,7	4,8	0,432	68,4
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANDARINA	Mandarina, cruda	C050	115	80,50	43,47	0,72	0,08	9,2	28,18	0,242	1,61
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
	Aporte nutricional del CAJM							299	14	8	40	170	1	339
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% DE ADECUACION							23%	30%	18%	22%	24%	25%	30%
	APORTE TOTAL SEMANAL DE NUTRIENTES							314	11	10	43	196	2	298
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% ADECUACIÓN							24%	24%	24%	23%	28%	39%	26%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABCRADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 6

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES							
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES					
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	AGUAPANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	100,00	55,00	3,20	3,20	3,4	120	0	42
				Panela	K033	10	10,00	36,40	0,06	0,01	9,0	4,2	0,49	3,9
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. GRASAS	ROSQUITAS DE YUCA	Harina de yuca, cruda	B058	18	18,00	63,18	0,20	0,05	15,5	9,54	0,198	0,18
				Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	8	8,00	16,56	1,22	1,23	0,2	39,2	0,12	5,12
				Aceite de soya	D012	4	4,00	36,00	0,00	4,00	0,0	0	0	0
				Azúcar blanco, granulado	K003	5	5,00	19,85	0,00	0,00	5,0	0	0,005	0
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,002	193,905
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PERA	Pera, cruda	C071	95	80,75	50,87	0,24	0,16	10,4	6,46	0,323	0,8075
Aporte nutricional del CAJM								278	5	9	43	180	1	246
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								1300,0	45,6	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
% DE ADECUACION								21%	11%	20%	24%	26%	20%	22%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 7

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES							
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES					
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	COLADA DE HARINA DE TRIGO	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	A040	10	10,00	36,00	1,25	0,17	7,2	1,5	0,43	0,2
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	7,00	27,79	0,00	0,00	7,0	0	0,007	0
				Canela	TM1337	0,3	0,30	0,78	0,01	0,01	0,2	3,684	0,1143	0,078
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS O GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVOS DE CODORNIZ COCIDOS	Huevo de codorniz, entero, crudo	J001	40	36,80	56,67	4,78	4,08	0,2	23,55	1,3248	51,888
				Sal	L015	0,2	0,20	0,00	0,00	0,00	0,0	0,048	0,0006	77,562
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. GRASAS	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	Plátano harton, maduro, crudo	B089	50	36,00	47,52	0,40	0,07	10,9	1,08	0,18	1,44
				Aceite de soya	D012	4	4,00	36,00	0,00	4,00	0,0	0	0	0
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	SANDIA EN PORCIÓN	Sandía, cruda	C079	200	80,00	13,60	0,32	0,00	3,0	3,2	0,24	0,8
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
	Aporte nutricional del CAJM							283	10	12	33	165	2	180
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% DE ADECUACION							22%	22%	27%	18%	22%	42%	16%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos Aprender

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento J WJT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 8

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES							
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES					
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS YLAZÚCARES	YOGURT CON SABOR	yogurt, bebible, entero, con azúcar	G028	200	200,00	162,00	5,80	5,60	22,4	178	0	80
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAICES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. PRASAS	MANTECADA	Mantecada, horneada	A054	36	36,00	145,80	2,84	8,71	13,9	31,68	1,044	182,16
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PAPAYA EN CUBOS	Papaya, madura, cruda	C065	115	80,50	32,20	0,40	0,08	6,6	19,32	0,242	4,025
Aporte nutricional del CAJM								340	9	14	43	229	1	266
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
% DE ADECUACION								26%	20%	33%	24%	33%	23%	23%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABCRADO POR* LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA *CON MATRICULA PROFESIONAL* Nº 703015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO: Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN: Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO: Complemento J M/J T

NIVEL: Preescolar

MENÚ Nº: 9

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	SORBETE DE MORA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Mora de castilla, cruda	C061	67	60,30	44,62	0,60	0,06	8,8	35,33	1,025	0,603
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	7,00	27,79	0,00	0,00	7,0	0	0,007	0
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS GRUPO V. GRASAS	CALDO DE CARNE CON PAPA	Res, carne magra, cruda	F099	8	8,00	11,12	1,74	0,46	0,0	3,48	0,216	4,08
				Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	B074	22	20,00	17,80	0,42	0,02	3,8	2,4	0,16	1,2
				Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	6	6,00	5,76	0,13	0,01	1,3	3,66	0,06	1,08
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	6	2,40	0,89	0,03	0,00	0,2	1,368	0,012	0,36
				Cilantro, crudo	B035	0,8	0,72	0,32	0,02	0,00	0,0	0,59	0,013	0,3312
				Ajo, crudo	B009	0,1	0,10	0,14	0,00	0,00	0,0	0,038	0,001	0,01805
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,002	193,905
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	Incluido en el proteico + CASCAJOS DE PLÁTANO HARTÓN VERDE	Plátano hartón, verde, crudo	B092	32	21,76	36,12	0,26	0,04	8,6	1,741	0,087	5,6576
				Aceite de soya	D012	4	4,00	36,00	0,00	4,00	0,0	0	0	0
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANDARINA	Mandarina, cruda	C050	115	80,50	43,47	0,72	0,08	9,2	28,18	0,242	1,61
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
	Aporte nutricional del CAJM							289	7	8	44	183	2	257
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% DE ADECUACION							22%	16%	19%	24%	26%	34%	23%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA *CON MATRICULA PROFESIONAL* N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	ALCALDIA DE MANÍ
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Preescolar
MENÚ Nº	10

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VIAZÚCARES	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	100,00	55,00	3,20	3,20	3,4	120	0	42
				Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10,00	46,60	0,36	1,66	7,6	3,6	0,35	0
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	QUESO FRESCO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema.	G021	28	28,00	80,08	6,55	5,24	1,7	113,4	0,14	133
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS y GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	ENVUELTO DE MAZORCA	Envuelto de mazorca, precocido	A019	36	36,00	66,60	1,73	2,84	8,5	37,44	0,072	47,52
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	GRANADILLA*	Granadilla, cruda	G028	267	80,10	76,10	1,68	1,28	11,9	8,612	0,721	16,02
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
Aporte nutricional del CAJM								324	14	14	33	284	1	239
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
% DE ADECUACION								25%	30%	33%	18%	41%	23%	21%
APORTE TOTAL SEMANAL DE NUTRIENTES								305	9	11	40	207	2	262
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
% ADECUACION								23%	20%	27%	22%	30%	29%	23%

* Este alimento en este caso el gramaje no tiene la hoja contemplada y esta precocido.

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA *CON MATRICULA PROFESIONAL* N° 13015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA

Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO: Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN: Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO: Complemento JM/JT

NIVEL: Preescolar

MENÚ Nº: 11

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS Y AZÚCARES	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON SABOR	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Almidón de maíz, crudo	A001	10	10,00	37,00	0,03	0,01	9,1	0,2	0,05	0,9
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	3,00	11,91	0,00	0,00	3,0	0	0,003	0
				Canela	TM1337	0,3	0,30	0,78	0,01	0,01	0,2	3,684	0,1143	0,078
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	AREPA ASADA	Harina de maíz blanco, precocida	A034	18	18,00	68,40	1,64	0,67	13,3	0,72	0,486	0,18
				Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	6	6,00	12,42	0,91	0,92	0,1	29,4	0,09	3,84
				Aceite de soya	D012	4	4,00	36,00	0,00	4,00	0,0	0	0	0
				Azúcar blanco, granulado	K003	4	4,00	15,88	0,00	0,00	4,0	0	0,004	0
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,0015	193,905
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PIÑA GOLD EN TRIANGULO	Piña, cruda	C072	146	80,30	44,97	0,48	0,08	10,0	12,85	0,4015	2,409
	Aporte nutricional del CAJM							**292**	**6**	**9**	**45**	**169**	**1**	**249**
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							**1300,0**	**46,5**	**43,3**	**182,0**	**700,0**	**5,6**	**1133**
	% DE ADECUACION							**22%**	**14%**	**21%**	**25%**	**24%**	**22%**	**22%**

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

2026

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 12

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	SORBETE DE TOMATE DE ÁRBOL	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Tomate de árbol amarillo, crudo	C081	100	60,00	34,80	1,02	0,06	7,5	6	0,48	0,6
				Azúcar blanco, granulado	K003	4	4,00	15,88	0,00	0,00	4,0	0	0,004	0
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CALDO DE POLLO CON PAPA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	38	35,34	58,66	7,32	3,25	0,0	5,887	0,247	22,2642
				Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	22	19,80	19,21	0,40	0,04	4,1	1,584	0,158	1,98
				Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	6	6,00	5,76	0,13	0,01	1,3	0,66	0,06	1,08
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	5	2,00	0,74	0,02	0,00	0,1	1,14	0,01	0,3
				Cilantro, crudo	B035	0,8	0,72	0,32	0,02	0,00	0,0	0,59	0,013	0,3312
				Ajo, crudo	B009	0,1	0,10	0,14	0,00	0,00	0,0	0,038	0,001	0,01805
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,002	193,905
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	Incluido en el proteico + AREPUELAS	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	A040	10	10,00	36,00	1,25	0,17	7,2	1,5	0,43	0,2
				Margarina, con sal	D018	3	3,00	21,96	0,02	2,43	0,0	0,42	0	26,31
				Aceite de soya	D012	4	4,00	36,00	0,00	4,00	0,0	0	0	0
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	3,00	11,91	0,00	0,00	3,0	0	0,003	0
				Sal	L015	0,4	0,40	0,00	0,00	0,00	0,0	0,096	0,001	155,124
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	BANANO ENTERO	Banano común, crudo	C010	115	80,50	81,31	1,21	0,08	18,0	3,44	0,725	2,415
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
	Aporte nutricional del CAJM							388	15	14	50	145	2	452
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% DE ADECUACION							30%	33%	31%	28%	21%	36%	40%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA DE MANÍ**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	**Preescolar**
MENÚ Nº	**13**

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
C A J M	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS VIAZÚCARES	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	100,00	55,00	3,20	3,20	3,4	120	0	42
				Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10,00	46,60	0,36	1,66	7,6	3,6	0,35	0
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS GRUPO I.	QUESO FRESCO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28	28,00	80,08	6,55	5,24	1,7	113,4	0,14	133
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PAN BLANCO	Pan blanco, regular, horneado	A060	36	36,00	96,48	3,20	1,22	17,6	19,44	1,08	194,76
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANGO EN CUBOS	Mango común, crudo	C051	160	80,00	63,20	0,48	0,00	13,7	12	0,4	3,2
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
Aporte nutricional del CAJM								341	14	11	44	288	2	373
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,8	1133
% DE ADECUACIÓN								26%	30%	26%	24%	38%	35%	33%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

2026

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 14

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	COLADA DE PLÁTANO FRÍA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Harina de plátano, cruda	B057	10	10,00	34,00	0,33	0,03	8,1	1,1	0,12	0
				Panela	K033	4	4,00	14,56	0,02	0,00	3,6	1,88	0,196	1,56
				Canela	TM1337	0,3	0,30	0,78	0,01	0,01	0,2	3,884	0,114	0,078
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	TUNGO DE ARROZ	Harina de arroz, cruda	A026	15	15,00	54,15	0,90	0,21	12,0	1,2	0,06	0
				Queso fresco, semidando, semimagro, tipo cuajada	G016	12	12,00	24,84	1,82	1,85	0,2	58,8	0,18	7,68
				Margarina de canola	D017	4	4,00	29,24	0,02	3,24	0,0	3,16	0,004	29,68
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	3,00	11,91	0,00	0,00	3,0	0	0,003	0
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	3,12	0,002	193,905
	BEBIDAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANZANA ROYAL	Manzana común cruda	C054	95	80,75	58,14	0,24	0,16	13,3	12,92	0,242	1,615
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
	Aporte nutricional del CAJM							292	7	9	45	202	1	282
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% DE ADECUACIÓN							22%	15%	21%	25%	29%	18%	25%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA DE MANÍ**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	**Preescolar**
MENÚ Nº	**16**

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS:11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteína s	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON SABOR	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Almidón de maíz, crudo	A001	10	10,00	37,00	0,03	0,01	9,1	0,2	0,05	0,9
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	7,00	27,79	0,00	0,00	7,0	0	0,007	0
				Canela	TM1337	0,3	0,30	0,78	0,01	0,01	0,2	3,684	0,1143	0,078
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ENVUELTO DE MAZORCA*	Envuelto de mazorca, precocido	A019	36	36,00	66,60	1,73	2,84	8,5	37,44	0,072	47,52
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANGO EN CUBOS	Mango común, crudo	C051	160	80,00	63,20	0,48	0,00	13,7	12	0,4	3,2
	Aporte nutricional del CAJM							260	6	6	43	178	1	100
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% DE ADECUACIÓN							20%	12%	16%	24%	25%	13%	9%

* Este alimento en este caso el gramaje no tiene la hoja contemplada y esta precocido.

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

2026

NIVEL Preescolar

MENÚ N° 17

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES							
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES					
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	YOGURT CON SABOR	yogurt, bebible, entero, con azúcar	G028	200	200,00	162,00	5,80	5,60	22,4	176	0	80
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ROSQUITAS DE YUCA	Harina de yuca, cruda	B058	18	18,00	63,18	0,20	0,05	15,5	9,54	0,198	0,18
				Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	8	8,00	16,56	1,22	1,23	0,2	39,2	0,12	5,12
				Aceite de soya	D012	4	4,00	36,00	0,00	4,00	0,0	0	0	0
				Azúcar blanco, granulado	K003	5	5,00	19,85	0,00	0,00	5,0	0	0,005	0
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,002	193,905
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PAPAYA EN CUBOS	Papaya, madura, cruda	C065	115	80,50	32,20	0,40	0,08	6,6	19,32	0,242	4,025
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
Aporte nutricional del CAJM								330	8	11	50	246	1	283
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								1300,0	45,6	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
% DE ADECUACION								25%	17%	25%	27%	35%	10%	25%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **N° 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO: Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN: Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO: Complemento JM/JT

NIVEL: Preescolar

MENÚ Nº: 18

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES							
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES					
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	SORBETE DE GUANABANA	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada	G012	100	100,00	55,00	3,20	3,20	3,4	120	0	42
				Guanábana, cruda	C030	86	80,20	19,87	0,36	0,12	4,1	6,622	0,1204	5,418
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	7,00	27,79	0,00	0,00	7,0	0	0,007	0
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS, GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	CALDO DE CARNE CON PAPA	Res, carne magra, cruda	F099	8	8,00	11,12	1,74	0,46	0,0	0,48	0,216	4,08
				Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	B074	22	22,00	19,58	0,46	0,02	4,2	2,64	0,176	1,32
				Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	6	6,00	5,76	0,13	0,01	1,3	0,66	0,06	1,08
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	6	2,40	0,89	0,03	0,00	0,2	1,368	0,012	0,36
				Cilantro, crudo	B035	0,8	0,72	0,32	0,02	0,00	0,0	0,59	0 01296	0,3312
				Ajo, crudo	B009	0,1	0,10	0,14	0,00	0,00	0,0	0,038	0 00124	0,01805
				Sal	L015	0,5	0,50	0,00	0,00	0,00	0,0	0,12	0,0015	193,905
	CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	Incluido en el proteico + TOSTADAS	Tostadas o calados, horneados	A087	12	12,00	47,76	1,20	0,82	8,7	4,8	0,432	68,4
	BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	BANANO ENTERO	Banano común, crudo	C010	115	80,50	81,31	1,21	0,08	18,0	8,44	0,7245	2,415
Aporte nutricional del CAJM								270	8	5	47	144	2	319
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
% DE ADECUACION								21%	18%	11%	26%	21%	31%	28%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 19

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS VI.AZÚCARES	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	64,87	3,42	3,46	5,0	122,2	0,065	47,97
				Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10,00	46,60	0,36	1,66	7,6	3,6	0,35	0
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS O GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	QUESO FRESCO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28	28,00	80,08	6,55	5,24	1,7	113,4	0,14	133
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	MOGOLLA	Mogolla, integral, horneada	A057	36	36,00	111,60	2,59	0,68	23,8	14,4	2,16	0,36
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	SANDIA EN PORCIÓN	Sandía, cruda	C079	200	80,00	13,60	0,32	0,00	3,0	3,2	0,24	0,8
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200								
Aporte nutricional del CAJM								**317**	**13**	**11**	**41**	**257**	**3**	**182**
Recomendaciones diarias (nivel preescolar)								**1300,0**	**45,5**	**43,3**	**182,0**	**700,0**	**5,6**	**1133**
% DE ADECUACION								**24%**	**29%**	**25%**	**23%**	**37%**	**53%**	**16%**

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender

ALCALDÍA DE MANÍ

ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 20

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES								
						PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc	NUTRIENTES						
								Calorías	Proteínas	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
								Kcal	g	g	g	mg	mg	mg
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	AGUAPANELA CON LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	100,00	55,00	3,20	3,20	3,4	120	0	42
				Panela	K033	10	10,00	36,40	0,06	0,01	9,0	4,2	0,49	3,9
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO DE GALLINA COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	54	48,60	72,41	6,12	5,25	0,1	25,76	0,828	67,554
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	50	36,00	47,52	0,40	0,07	10,9	1,08	0,18	1,44
				Aceite de soya	D012	4	4,00	36,00	0,00	4,00	0,0	0	0	0
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANDARINA	Mandarina, cruda	C050	115	80,50	43,47	0,72	0,08	9,2	28,18	0,242	1,61
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	200							
	Aporte nutricional del CAJM							291	11	13	33	179	2	117
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% DE ADECUACIÓN							22%	23%	29%	18%	26%	31%	10%
	APORTE TOTAL SEMANAL DE NUTRIENTES							302	11	10	42	201	2	203
	Recomendaciones diarias (nivel preescolar)							1300,0	45,5	43,3	182,0	700,0	5,6	1133
	% ADECUACIÓN							23%	23%	22%	23%	29%	32%	18%

ANALISIS NUTRICIONAL *ELABORADO POR* **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA** *CON MATRICULA PROFESIONAL* **Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

GUÍAS DE PREPARACIÓN

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDIA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 1

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO VI.AZÚCARES	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	Vierta en una olleta la leche previamente diluida en agua, agregue el chocolate, deje hervir. Apague el fuego, deje reposar y Sirvase.
				Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	QUESO FRESCO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28	Limpie y desinfecte el empaque, porcione el queso fresco según el gramaje establecido y sírvalo.
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PAN DE LECHE	Pan de leche, horneado	A064	36	Sirva el pan fresco, garantizando el cumplimiento de los estándares de calidad e inocuidad
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	RACIMO DE UVAS	Uva blanca, cruda	C085	89	Desinfecte y lave con abundante agua las uvas, porcione la cantidad necesaria para cumplir con el peso neto establecido y proceda a servir.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° '03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDIA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 2

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO VI.AZÚCARES	COLADA DE AVENA FRÍA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Vierta en una olla la cantidad de agua, avena, azúcar y canela. Deje hervir durante 10 a 15 minutos, retire del fuego y deje enfriar. Posteriormente, mezcle con la leche previamente disuelta en agua potable, licúe, cuele y deje en el refrigerador, sírvase fría
				Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	
				Canela	TM1337	0,3	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO VI.AZÚCARES	DEDITOS DORADOS	Harina de maíz blanco, precocida	A034	18	Mezcle la harina de maíz blanco precocida con la cuajada, el azúcar y la sal. Aparte, caliente agua potable apta para el consumo humano y agréguela a la mezcla. Amasar muy bien hasta obtener una masa homogénea. Deje reposar la masa durante aproximadamente 5 minutos, luego amase nuevamente y forme los deditos. Fríalos en aceite previamente caliente hasta que doren, retire del aceite, apague el fuego y sirva.
				Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	6	
				Aceite de soya	D012	4	
				Azúcar blanco, granulado	K003	4	
				Sal	L015	0,5	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	BANANO ENTERO	Banano común, crudo	C010	115	Retire las impurezas del banano, desinféctelo, séquelo cuidadosamente y proceda a servir.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDIA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 3

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO VLAZÚCARES	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON SABOR	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	vierta en una olla parte del agua requerida junto con la canela en astilla y lleve a hervir; aparte, disuelva la fécula de maíz con sabor en agua a temperatura ambiente y, una vez que el agua esté hirviendo, incorpórela lentamente mientras mezcla constantemente. Añada la leche previamente diluida junto con el azúcar, y deje hervir durante aproximadamente 10 minutos sin dejar de revolver. Finalmente, retire del fuego y sirva caliente.
				Almidón de maíz, crudo	A001	10	
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	
				Canela	TM1337	0,3	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO DE GALLINA PERICOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	54	en un sartén con aceite previamente caliente, incorpore la cebolla y el tomate, previamente pelados y cortados en trozos muy pequeños; deje sofreír muy bien, luego agregue el huevo batido, añada sal al gusto, cocine por unos minutos hasta que el huevo esté en el punto deseado y sirva caliente.
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2,5	
				Tomate, crudo	B103	3	
				Aceite de soya	D012	1	
				Sal	L015	0,5	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. GRASAS	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	50	Lave, pele y corte el plátano en tajadas ovaladas; luego fríalas en aceite caliente hasta que estén doradas por ambos lados. Retírelas del aceite y sirva caliente.
				Aceite de soya	D012	3	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANZANA ROYAL	Manzana común cruda	C054	95	Desinfecte adecuadamente la manzana royal y sírvala entera, según lo establecido en el ciclo de menú.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA DE MANÍ**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	**Preescolar**
MENÚ Nº	**4**

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS GRUPO VI.AZÚCARES	COLADA DE PLÁTANO FRÍA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Vierta en una olla la canela, la panela y la leche en polvo previamente diluida, y llévela al fuego; disuelva la harina de plátano en agua a temperatura ambiente y agréguela a la mezcla hirviendo, revolviendo constantemente. Deje hervir durante 10 a 15 minutos, retire del fuego y deje enfriar antes de servir.
				Harina de plátano, cruda	B057	10	
				Panela	K033	4	
				Canela	TM1337	0,3	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. GRASAS	TUNGO DE ARROZ	Harina de arroz, cruda	A028	15	Mezcle todos los ingredientes (harina de arroz, cuajada previamente rallada, margarina, azúcar y sal), agregue el agua necesaria y forme una mezcla homogénea. Luego, envuelva la masa en hojas de bijao, preferiblemente, respetando el gramaje establecido en la minuta patrón. Cocine a baño María durante aproximadamente dos horas. Después, retire del fuego, deje reposar y sirva sin la hoja.
				Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	12	
				Margarina de canola	D017	4	
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	
				Sal	L015	0,5	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANGO EN CUBOS	Mango común, crudo	C051	160	Lave y desinfecte el mango, retire la cáscara, porciónelo en cubos pequeños y sírvalo de manera inmediata.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 5

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES: PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	SORBETE DE GUAYABA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Lave, desinfecte y corte las guayabas; añada la leche previamente disuelta en agua y el azúcar, licúe todo junto, cuele la mezcla y sirva el sorbete de guayaba bien frío.
				Guayaba, madura, cruda	C031	80	
				Azúcar blanco, granulado	K003	4	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	CALDO CON POLLO CON PAPA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	38	En una olla, agregue agua de acuerdo con la cantidad de raciones a preparar, deje hervir y agregue el pollo; incorpore la cebolla, el ajo, una rama de cilantro y sal al gusto. Deje cocinar, luego añadá la papa pelada y picada, y cocine durante 10 a 20 minutos más. Finalmente, retire del fuego, deje reposar y sirva caliente.
				Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	28	
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	4	
				Cilantro, crudo	B035	0,6	
				Ajo, crudo	B009	0,1	
				Sal	L015	0,5	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	Incluido en el proteico + TOSTADA	Tostadas o calados, horneados	A087	12	Sirva la tostada, asegurándose de que esté fresca, con textura crujiente y cumpla con los estándares de calidad.
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANDARINA	Mandarina, cruda	C050	115	Desinfecte adecuadamente las mandarinas, lávelas con abundante agua, verifique que se encuentren en óptimas condiciones de calidad y que cumplan con el peso servido correspondiente, y proceda a su correcta distribución.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA DE MANÍ**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	**Preescolar**
MENÚ Nº	**6**

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	AGUAPANELA CON LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	Vierta en una olla la cantidad de agua requerida, añada la panela y déjela hervir hasta que se disuelva completamente. Agregue la leche en polvo previamente diluida, mezcle bien, retire del fuego y sirva caliente.
				Panela	K033	10	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. GRASAS	ROSQUITAS DE YUCA	Harina de yuca, cruda	B058	18	Para preparar rosquitas de yuca, mezcle la harina de yuca con el azúcar, la sal y la cuajada previamente rallada. Caliente agua apta para consumo y agréguela poco a poco a la mezcla, amasando muy bien. Deje reposar la masa aproximadamente 5 minutos, luego amase nuevamente y forme las rosquitas. Incorporalo en el aceite previamente caliente, deje dorar, retire del fuego y sirva caliente.
				Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	8	
				Aceite de soya	D012	4	
				Azúcar blanco, granulado	K003	5	
				Sal	L015	0,5	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PERA	Pera, cruda	C071	95	Desinfecte adecuadamente la pera, enjuáguela con abundante agua, verifique que se encuentre en óptimas condiciones de calidad y que cumpla con el peso servido correspondiente, y proceda a su correcta distribución.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 7

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	COLADA DE HARINA DE TRIGO	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Vierta en una olla la cantidad de agua requerida junto con el azúcar y la astilla de canela, y déjela hervir. Disuelva la harina de trigo previamente tostada en agua a temperatura ambiente e incorpórela al agua hirviendo, mezclando constantemente. Deje hervir durante 10 minutos, retire del fuego, deje enfriar y, por último, licúe la mezcla con la leche en polvo, retirando previamente la canela. Srvase fría
				Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	A040	10	
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	
				Canela	TM1337	0,3	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVOS DE CODORNIZ COCIDOS	Huevo de codorniz, entero, crudo	J001	40	En una olla con agua hirviendo, vierta la cantidad de huevos de codorniz necesaria, cocinarlo por unos minutos, retirarlos del agua, retirar la cascara, adicionar la sal, servir caliente.
				Sal	L015	0,2	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. GRASAS	TAJADAS DE PLATANO MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	50	Lave, pele y corte el plátano en tajadas ovaladas; luego frialas en aceite caliente hasta que estén doradas por ambos lados. Retírelas del aceite y sirva caliente.
				Aceite de soya	D012	4	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	SANDIA EN PORCIÓN	Sandía, cruda	C079	200	Desinfecte adecuadamente la sandia fresca, retire la cáscara y corte en triangulos uniforme para mayor presentación, retire las semillas y proceda a servir preferiblemente fría.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender

ALCALDÍA DE MANÍ

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 8

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	YOGURT CON SABOR	yogurt, bebible, entero, con azúcar	G028	200	Desinfecte el empaque y verifique las condiciones de calidad del producto. Agite o mezcle el yogur si es necesario para homogeneizar su textura. Sirva la porción deseada en un vaso individual, asegurándose de que se mantenga en el rango de temperatura óptimo para lácteos, preferiblemente bien frío.
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO V. GRASAS	MANTECADA	Mantecada, horneada	A054	36	Verifique que la mantecada esté fresca y cumpla con los estándares de calidad e inocuidad. Sirva la porción correspondiente en un plato, garantizando el peso establecido, y utilice utensilios limpios y desinfectados para evitar la contaminación.
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PAPAYA EN CUBOS	Papaya, madura, cruda	C065	115	Desinfecte la papaya y consérvela preferiblemente en refrigeración. Retire la cáscara y las semillas, pórciónela en cubos y proceda a servir.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

GUÍA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 9

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	SORBETE DE MORA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Lave y retire las hojas, desinfecte las moras, añada la leche previamente disuelta en agua y el azúcar, licúe todo junto, cuele la mezcla y sirva el sorbete de moras bien frío.
				Mora de castilla, cruda	C081	67	
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS GRUPO V. GRASAS	CALDO DE RES CON PAPA	Res, carne magra, cruda	F099	8	En una olla a presión, agregue agua y vierta la carne de res previamente picada en cuadritos muy pequeños. Deje cocinar junto con cebolla, ajo, una rama de cilantro y sal al gusto. Cuando la carne esté blanda, agregue la papa pastusa y la papa criolla peladas y picadas. Cocine por unos minutos más, hasta que las papas estén blancas. Luego, retire del fuego, deje reposar y sirva caliente.
				Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	B074	22	
				Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara cruda	B071	6	
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	6	
				Cilantro, crudo	B035	0,8	
				Ajo, crudo	B009	0,1	
				Sal	L015	0,5	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	Incluido en el proteico + CASCAJOS DE PLÁTANO VERDE	Plátano hartón, verde, crudo	B092	32	Lave, pele y corte el plátano hartón verde en tajadas delgadas; frialas en aceite caliente hasta que doren por ambos lados. Retirelas del aceite y colóquelas sobre un colador para eliminar el exceso de grasa.
				Aceite de soya	D012	4	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANDARINA	Mandarina, cruda	C050	115	Desinfecte adecuadamente las mandarinas, lávelas con abundante agua, verifique que se encuentren en óptimas condiciones de calidad y que cumplan con el peso servido correspondiente, y proceda a su correcta distribución.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — ALCALDÍA MANÍ

GUÍA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

2026

NIVEL Preescolar

MENÚ N° 10

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES: PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	Vierta en una olleta la leche previamente dilulda en agua. agregue el chocolate, deja hervir. Apague el fuego, deje reposar y Sirvase.
				Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	QUESO FRESCO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28	Limpie y desinfecte el empaque porcione el queso fresco según el gramaje establecido y sírvalo.
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS y GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	ENVUELTO DE MAZORCA	Envuelto de mazorca, precocido	A019	36	Mezcle homogéneamente la mazorca molda, la cuajada, la margarina, el azúcar y la sal si es necesario, agregue un poco de agua y amase muy bien. Luego, envuelva la masa en el amero y cocine a baño María durante aproximadamente dos horas. Retire del fuego y sirva caliente.
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	GRANADILLA*	Granadilla, cruda	C028	267	Lave y desinfecte bien la granadilla, sírvala en un plato limpio. Asegúrese de que esté fresca y refrigerada.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

Se debe tener encuenta que el envuelto de mazoca para la preparación requiere margarina.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 103015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 11

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON SABOR	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Vierta en una olla parte del agua requerida junto con la canela en astilla y lleve a hervir; aparte, disuelva la fécula de maíz con sabor en agua a temperatura ambiente y, una vez que el agua esté hirviendo, incorpórela lentamente mientras mezcla constantemente. Añada la leche previamente diluida junto con el azúcar, y deje hervir durante aproximadamente 10 minutos sin dejar de revolver. Finalmente, retire del fuego y sirva caliente.
				Almidón de maíz, crudo	A001	10	
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	
				Canela	TM1337	0,3	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	AREPA ASADA	Harina de maíz blanco, precocida	A034	18	Se mezcla la harina de maíz blanco precocida, con la cuajada, el azucar y la sal, Caliente agua potable apta para consumo humano y agréguela poco a poco a la mezcla, amasando muy bien. Deje reposar la masa aproximadamente 5 minutos, luego amase nuevamente y forme las arepas. Colóquelas en un sartén con aceite previamente caliente, dore por ambos lados, retire del fuego y sirva caliente.
				Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	6	
				Aceite de soya	D012	4	
				Azúcar blanco, granulado	K003	4	
				Sal	L015	0,5	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PIÑA GOLD EN TRIANGULO	Piña, cruda	C072	146	Desinfecte adecuadamente la fruta, retire completamente la cáscara y el corazón, porcione en triangulo y proceda a servir.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL Nº 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ N° 12

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	SORBETE DE TOMATE DE ÁRBOL	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Lave, desinfecte y retire la cáscara del tomate de árbol; córtelo en trozos, añada la leche previamente disuelta en agua y el azúcar. Licúe la mezcla, cuélela y sirva fría.
				Tomate de árbol amarillo, crudo	C031	100	
				Azúcar blanco, granulado	K003	4	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	CALDO DE POLLO CON PAPA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	38	En una olla, agregue agua de acuerdo con la cantidad de raciones a preparar, deje hervir y agregue el pollo; incorpore la cebolla, el ajo una rama de cilantro y sal al gusto. Deje cocinar, luego añada la papa pelada y picada, y cocine durante 10 a 20 minutos más. Finalmente, retire del fuego, deje reposar y sirva caliente.
				Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	22	
				Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	B071	6	
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	5	
				Cilantro, crudo	B035	0,8	
				Ajo, crudo	B009	0,1	
				Sal	L015	0,5	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	Incluido en el proteico + AREPUELAS	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	A040	10	Mezcle la harina de trigo con el azúcar, la margarina y la sal. Incorpore agua poco a poco y amase muy bien hasta obtener una masa homogénea. Deje reposar aproximadamente 20 minutos, luego amase nuevamente, extienda la masa y córtela en tiras. Fría las tiras en un sartén con aceite previamente caliente hasta que doren por ambos lados. Retírelas del fuego y sirva.
				Margarina, con sal	D018	3	
				Aceite de soya	D012	4	
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	
				Sal	L015	0,4	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	BANANO ENTERO	Banano común, crudo	C010	115	Retire las impurezas del banano, desinféctelo, séquelo cuidadosamente y proceda a servir.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL:	ALCALDIA DE MANÍ
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Preescolar
MENÚ N°	13

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS VI.AZÚCARES	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	Vierta en una olleta la leche previamente diluida en agua, agregue el chocolate, deje hervir. Apague el fuego, deje reposar y Sirvase.
				Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	QUESO FRESCO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28	Limpie y desinfecte el empaque porcione el queso fresco según el gramaje establecido y sirvalo.
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PAN BLANCO	Pan blanco, regular, horneado	A080	36	Sirva el pan fresco, garantizando el cumplimiento de los estándares de calidad e inocuidad
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANGO EN CUBOS	Mango común, crudo	C051	160	Lave y desinfecte el mango, retire la cáscara, porciónelo en cubos pequeños y sirvalo de manera inmediata.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 703015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

Alimentos para Aprender — Alcaldía de Maní

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ N° 14

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO g o cc	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	COLADA DE PLÁTANO	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Vierta en una olla la canela, la panela y la leche en polvo previamente diluida, y llévela al fuego; disuelva la harina de plátano en agua a temperatura ambiente y agréguela a la mezcla hirviendo, revolviendo constantemente. Deje hervir durante 10 a 15 minutos, retire del fuego y deje enfriar antes de servir.
				Harina de plátano, cruda	B057	10	
				Panela	K033	4	
				Canela	TM1337	0,3	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	TUNGO DE ARROZ	Harina de arroz, cruda	A028	15	Mezcle todos los ingredientes (harina de arroz, cuajada previamente rallada, margarina, azúcar y sal), agregue el agua necesaria y forme una mezcla homogénea. Luego, envuelva la masa en hojas de bijao, preferiblemente, respetando el gramaje establecido en la minuta patrón. Cocine a baño María durante aproximadamente dos horas. Después, retire del fuego, deje reposar y sirva sin la hoja.
				Queso fresco, semiblando, semi magro, tipo cuajada	G016	12	
				Margarina de canola	D017	4	
				Azúcar blanco, granulado	K003	3	
				Sal	L015	0,5	
	BEBIDAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANZANA ROYAL	Manzana común cruda	C054	95	Desinfecte adecuadamente la manzana royal y sírvala entera, según lo establecido en el ciclo de menú.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA DE MANÍ**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	**Preescolar**
MENÚ N°	**15**

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
C A J M	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	COLADA DE AVENA FRÍA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Vierta en una olla la cantidad de agua, avena, azúcar y canela. Deje hervir durante 10 a 15 minutos, retire del fuego y deje enfriar. Posteriormente, mezcle con la leche, licúe, cuele y deje en el refrigerador, sírvase fría.
				Avena en Hojuelas, Precocida	A012	10	
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	
				Canela	TM1337	0,3	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS O GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS,	HUEVO DE GALLINA REVUELTO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	54	En un sartén con aceite previamente caliente, incorpore el huevo batido, añada sal al gusto, cocine durante unos minutos y sirva caliente.
				Aceite de soya	D012	3	
				Sal	L015	0,3	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B039	50	Lave, pele y corte el plátano en tajadas ovaladas; luego fríalas en aceite caliente hasta que estén doradas por ambos lados. Retírelas del aceite y sirva caliente.
				Aceite de soya	D012	3	
	BEBIDAS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	SANDIA EN PORCIÓN	Sandía, cruda	C079	200	Desinfecte adecuadamente la sandia fresca, retire la cáscara y corte en triangulos uniforme para mayor presentación, retire las semillas y proceda a servir preferiblemente fría.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA DE MANÍ**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	**Preescolar**
MENÚ Nº	**16**

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON SABOR	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Vierta en una olla parte del agua requerida junto con la canela en astilla y lleve a hervir; aparte, disuelva la fécula de maíz con sabor en agua a temperatura ambiente y, una vez que el agua esté hirviendo, incorpórela lentamente mientras mezcla constantemente. Añada la leche previamente diluida junto con el azúcar, y deje hervir durante aproximadamente 10 minutos sin dejar de revolver. Finalmente, retire del fuego y sirva.
				Almidón de maíz, crudo	A001	10	
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	
				Canela	TM1337	0,3	
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ENVUELTO DE MAZORCA	Envuelto de mazorca, precocido	A019	36	Mezcle homogéneamente la mazorca molida, la cuajada, la margarina, el azúcar y la sal; si es necesario, agregue un poco de agua y amase muy bien. Luego, envuelva la masa en el amero y cocine a baño María durante aproximadamente dos horas. Retire del fuego y sirva caliente.
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANGO EN CUBOS	Mango común, crudo	C051	160	Lave y desinfecte el mango, retire la cáscara, porciónelo en cubos pequeños y sírvalo de manera inmediata.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015**
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA DE MANÍ**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	**Preparada en Sitio**
TIPO DE COMPLEMENTO	**Complemento JM/JT**
NIVEL	**Preescolar**
MENÚ N°	**17**

2026

	COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES: PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	YOGURT CON SABOR	yogurt, bebible, entero, con azúcar	G028	200	Desinfecte el empaque y verifique las condiciones de calidad del producto. Agite o mezcle el yogurt si es necesario para homogeneizar su textura. Sirva la porción deseada en un vaso individual, asegurándose de que se mantenga en el rango de temperatura óptimo para lácteos, preferiblemente bien frío.
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	ROSQUITAS DE YUCA	Harina de yuca, cruda	B058	18	Para preparar rosquitas de yuca, mezcle la harina de yuca con el azúcar, la sal y la cuajada previamente rallada. Caliente agua apta para consumo y agréguela poco a poco a la mezcla, amasando muy bien. Deje reposar la masa aproximadamente 5 minutos, luego amase nuevamente y forme las rosquitas. Incorporelo en el aceite previamente caliente, deje dorar, retire del fuego y sirva caliente.
				Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	8	
				Aceite de soya	D012	4	
				Azúcar blanco, granulado	K003	5	
				Sal	L015	0,5	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	PAPAYA EN CUBOS	Papaya, madura, cruda	C065	115	Desinfecte, pele y retire las semillas, porcionela en cubos pequeños y sirvase inmediatamente
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUIA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDIA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL: ALCALDIA DE MANÍ

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Preparada en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

NIVEL Preescolar

MENÚ Nº 18

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES: PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	SORBETE DE GUANABANA	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	Lave, desinfecte y corte la guanábana; retire la cáscara y las semillas. Añada la leche, el agua y el azúcar, licúe la mezcla, cuélela y sirva fría.
				Guanábana, cruda	C030	86	
				Azúcar blanco, granulado	K003	7	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS, GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	CALDO DE CARNE CON PAPA	Res, carne magra, cruda	F009	8	En una olla a presión, agregue agua y vierta la carne de res previamente picada en cuadritos muy pequeños. Deje cocinar junto con cebolla, ajo, una rama de cilantro y sal al gusto. Cuando la carne esté blanda, agregue la papa pastusa y la papa criolla peladas y picadas. Cocine por unos minutos más, hasta que las papas estén blancas. Luego, retire del fuego, deje reposar y sirva caliente.
				Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	B074	22	
				Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara cruda	B071	6	
				Cebolla junca, tallos, cruda	B029	6	
				Cilantro, crudo	B035	0,8	
				Ajo, crudo	B009	0,1	
				Sal	L015	0,5	
	CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	Incluido en el proteico + TOSTADAS	Tostadas o calados, horneados	A087	12	Sirva la tostada, asegurándose de que esté fresca, con textura crujiente y cumpla con los estándares de calidad.
	BEBIDA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	BANANO ENTERO	Banano común, crudo	C010	115	Retire las impurezas del banano, desinféctelo, séquelo cuidadosamente y proceda a servir.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA, NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL Nº 103015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA DE MANÍ**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	**Preescolar**
MENÚ Nº	**19**

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS VI.AZÚCARES	CHOCOLATE EN LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	Vierta en una olleta la leche previamente diluida en agua, agregue el chocolate, deje hervir. Apague el fuego, deje reposar y Sirvase.
				Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS O GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	QUESO FRESCO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28	Limpie y desinfecte el empaque, porcione el queso fresco según el gramaje establecido y sírvalo.
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	MOGOLLA	Mogolla, integral, horneada	A057	36	Sirva la mogolla fresca, garantizando el cumplimiento de los estándares de calidad e inocuidad
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	SANDIA EN PORCIÓN	Sandía, cruda	C079	200	Desinfecte adecuadamente la sandia fresca, retire la cáscara y corte en triangulos uniforme para mayor presentación, retire las semillas y proceda a servir preferiblemente fría.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos para Aprender

GUIA DE PREPARACIÓN CAJM

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA DE MANÍ**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	**Preescolar**
MENÚ Nº	**20**

2026

COMPONENTE		GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CODIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR RANGO DE EDAD 3 - 5 AÑOS 11 MESES	
						PESO BRUTO g o cc	PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN
CAJM	BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS VI.AZÚCARES	AGUAPANELA CON LECHE	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	100	Vierta en una olla la cantidad de agua requerida, añada la panela y déjela hervir hasta que se disuelva completamente. Agregue la leche en polvo previamente diluida, mezcle bien, retire del fuego y sirva caliente.
				Panela	K033	10	
	ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO DE GALLINA COCIDO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	54	Hervir suficiente agua en una olla, deje hervir, cuando esta este en punto de ebullición, sumergir los huevos, contabilizar seis minutos. Luego retíralos del agua caliente y sumérgirlos en agua fría para dar un choque termico y detener la cocción, pelar y servir.
	CEREAL ACOMPAÑANTE	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	50	Lave, pele y corte el plátano en tajadas ovaladas; luego fríalas en aceite caliente hasta que estén doradas por ambos lados. Retírelas del aceite y sirva caliente.
				Aceite de soya	D012	4	
	FRUTA	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	MANDARINA	Mandarina, cruda	C050	115	Desinfecte adecuadamente las mandarinas, lávelas con abundante agua, verifique que se encuentren en óptimas condiciones de calidad y que cumplan con el peso servido correspondiente, y proceda a su correcta distribución.
	AGUA	AGUA PARA CONSUMO HUMANO	AGUA POTABLE	Agua Potable	NA	200	Desinfecte la bolsa de agua antes de su manipulación y proceda a entregarla de manera individual a cada beneficiario.

GUÍA DE PREPARACIÓN ELABORADA POR LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° 03015
UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes M.

LISTA DE INTERCAMBIOS

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

ALCALDÍA DE MANÍ — Alimentos Aprender

LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIOS

ENTIDAD TERRITORIAL:	ALCALDIA MUNICIPAL
MUNICIPIO	MANÍ - CASANARE
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

2026

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RANGO DE PESO EN GRAMOS O ML AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
BEBIDA CON LECHE	AGUAPANELA CON LECHE	200 ml	Leche saborizada, Chocolate con leche de vaca entera pasteurizada o en polvo.
	CHOCOLATE CON LECHE		Leche saborizada, Aguapanela con leche de vaca entera pasteurizada o en polvo.
	COLADA DE AVENA		Colada de Plátano, Colada a Harina de Trigo, Colada a base de fecula de maiz con sabor, Colada Siete Cereales.
	COLADA DE PLÁTANO		Colada de Avena, Colada a base de Fécula de Maiz con sabor, Colada a Harina de Trigo, Colada Siete Cereales.
	YOGURT CON SABOR		Kumis.
	SORBETE DE GUAYABA		Sorbete de Mora, Sorbete de Tomate de Arbol, Sorbete de Guanabana, Sorbete de Fresa, Sorbete de Maracuya, Sorbete de Lulo, Sorbete de Banano, Sorbete de Curuba, Sorbete de Feijoa, Sorbete de Mango.
ALIMENTO PROTEICO	QUESO FRESCO TIPO DOBLE CREMA	28 g	Queso Fresco tipo Mozarella.
	HUEVO DE GALLINA REVUELTO	46 g	Huevo de Gallina Tibio- Cocido, Huevo de Gallina perico, Huevo de Gallina Frito, Caldo de Huevo de Gallina en poche, Huevo de Codorniz Cocido.
	HUEVO DE CODORNIZ COCIDO	38 g	Huevo de Gallina Tibio- Cocido, Huevo de Gallina perico, Huevo de Gallina Frito, Huevo De Gallina Revuelto.
	CALDO DE POLLO CON PAPA	34 g	Caldo de Filete de Pescado (Sin hueso) con Papa, Pechuga de pollo asada con Papa o Plátano Hartón Verde o Arepuela.
	CALDO DE CARNE DE RES CON PAPA	34 g	Caldo de Picado (vísceras de res) con Papa, Higado a la Plancha con Picado de Cilantro y Cebolla con Papa o Tajadas de Plátano Hartón Verde o Arepuela. Carne de Res en Salsa Criolla con Papa o Tajadas de Plátano Hartón Verde o Arepuela, Carne de Res Asada con Papa oTajadas de Plátano Hartón Verde o Arepuela, Carne de Res Encebollada con Papa o Tajadas de Plátano Hartón Verde o Arepuela, Carne de Cerdo con Papa o Tajadas de Plátano Hartón Verde o Arepuela.
DERIVADO DE CEREAL	PAN DE LECHE	36 g	Pan Blanco, Pan Mantequilla, Pan Integral, Mogolla, Pan Mojicón, o Pan Dulce, Pan de Centeno.
	MANTECADA	36 g	Croissant, Roscón con Dulce, Galletas de Dulce.
	DEDITOS DORADOS	38 g	Arepa de Maiz Blanco Asada, Roscas de Maiz Blanco Dorada, Arepa de Chocio, Arepa de Yuca, Rosquitas de Yuca.
	TAJADAS DE PLÁTANO HARTÓN MADURO	34 g	Patacón de Plátano pintón o verde, Tajadas de Arracacha, Yuca Dorada, Papa Variedad Pastusa, Papa Variedad Criolla.
	TUNGO DE ARROZ	38 g	Envuelto de Mazorca o Maiz tierno.
	AREPUELAS	12 g	Tostadas, Calados, Cascajos de Plátano Hartón Verde, Galletas de Soda.
FRUTA ENTERA O EN PORCIÓN	BANANO COMÚN	80 g	Ciruela, Durazno Nacional, Durazno Importado, Fresas, Granadilla, Mandarina, Manzana Royal, Manzana Verde, Pera Nacional o Importada, Uvas Nacionales o Importadas.
	MANGO		Kiwi, Melón, Naranja, Papaya, Piña Variedad Gold, Sandia o Patilla.

NOTA:

1. Tener en cuenta no repetir la preparación en la semana del intercambio para garantizar la variedad durante la semana.
2. El sabor del Yogurt se debe alternar durante el ciclo de menú.
3. En las frutas los intercambios se debe dar predilección por las frutas de cosecha ya que se facilita su consecución. En el Caso de maracuya no se permite cocinar y preparar el sorbete con la cascará. Como el nivel educativo es preescolar no se permite la entrega de Naranja con cascara por la dificultad para pelar esta fruta por los beneficiarios.
4. El gramaje de la arepula es porque es el complemento de papa pastusa o papa criolla que va incluida en los caldos, la cual se complementa con tostadas, calados, arepuela, cascajos de plátano hartón verde o galletas de soda.

PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS ELABORADO POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA - DIETISTA CON MATRICULA PROFESIONAL N° '03015** UNICAMENTE PARA EL MUNICIPIO DE MANÍ CASANARE PARA LA VIGENCIA 2026

FIRMA Liliana Reyes