## ANEXO No. 5

## MINUTA PATRÓN

**OBJETO A CONTRATAR.** - El Municipio de Villanueva, Casanare, se encuentra interesado en contratar el siguiente objeto: **"SUMINISTRO DE RACIONES ALIMENTARIAS CON DESTINO A LAS PERSONAS PRIVADAS DE LA LIBERTAD Y A LOS INTEGRANTES DE LA FUERZA PÚBLICA ACANTONADOS Y/O DE APOYO, EN EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE PRESERVACIÓN DE LA SEGURIDAD Y EL ORDEN PÚBLICO EN EL MUNICIPIO DE VILLANUEVA, CASANARE"**

### 1. CICLO DE MENÚS ESTÁNDAR MUJERES Y HOMBRES:

| CICLO DE MENÚS ESTÁNDAR MUJERES Y HOMBRES | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **COMPONENTE / DÍA** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| **DESAYUNO** | | | | | | | |
| **CALDO** | Caldo de pollo | Caldo de res | Caldo de pescado | Caldo de pollo | Caldo de res | Caldo de pescado | Caldo de pollo |
| **PROTEICO** | Carne asada | Carne de res en bistec | Hígado encebollado | Huevos revueltos | Guisado de pollo | Carne de res en bistec | Pechuga de pollo a la plancha |
| **ACOMPAÑAMIENTO** | Pan variedad | Arroz | Arepa | Pan variedad | Arroz | Arepa | Arroz |
| **FRUTA** | Manzana | Mandarina | Banano | Naranja | Manzana | Mandarina | Banano |
| **BEBIDA CALIENTE O FRÍA** | Café con leche | Chocolate | Café con leche | Colada de maíz | Avena en leche | Chocolate | Café con leche |
| **ALMUERZO** | | | | | | | |
| **SOPA/CREMA** | Sopa de cebada | Sopa de arroz | Sopa de lentejas | Sopa de verduras | Crema de ahuyama y zanahoria | Mazamorra dulce | Sopa de colicero |
| **PROTEICO** | Pechuga de pollo | Carne de res en bistec | Pechuga de pollo | Albóndigas de res | Carne de cerdo guisado | Pernil de pollo dorado | Hígado de res asado |
| **CEREAL** | Arroz | Arroz con fideos | Arroz | Arroz con fideos | Arroz | Arroz con fideos | Arroz |
| **HORTALIZAS Y VERDURAS** | Ensalada de zanahoria, tomate y cebolla (sal y limón) | Ensalada fría de papa, arveja y zanahoria | Salteado de zanahoria, pimentón y cebolla (sal y limón) | Cocido de habichuela y zanahoria | Ensalada de remolacha, zanahoria y cebolla | Ensalada de pepino, tómate y cebolla (sal y limón) | Ensalada de zanahoria, manzana y espinaca (limón y miel) |
| **TUBÉRCULO RAÍZ O PLÁTANO** | Papa criolla dorada | Papa dorada | Tajadas de plátano madura | Papa criolla dorada | Chips de arracacha | Palitos de yuca dorados | Moneditas de plátano verde |
| **LEGUMINOSA** | Lentejas guisadas | Cocido de arveja amarilla | Garbanzos guisados | Frijoles guisados | Lentejas guisadas | Cocido de arveja amarilla | Garbanzos guisados |
| **BEBIDA DE FRUTA** | Jugo de Guayaba | Jugo de Maracuyá | Jugo de Lulo | Jugo de Mora | Jugo de Guayaba | Jugo de Maracuyá | Jugo de Lulo |
| **CENA** | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **SOPA/CREMA** | Sopa de verduras | Sopa de cebada | Sopa de colicero | Crema de ahuyama y zanahoria | Sopa de arroz | Mazamorra dulce | Sopa de lentejas |
| **PROTEICO** | Pechuga de pollo | Carne de cerdo asada | Albóndigas de res | Hígado de res asado | Pernil de pollo dorado | Carne de res en bistec | Carne de cerdo guisado |
| **CEREAL** | Arroz con fideos | Arroz | Arroz | Arroz con fideos | Arroz | Arroz | Arroz |
| **HORTALIZAS Y VERDURAS** | Ensalada de remolacha, zanahoria y cebolla | Ensalada de zanahoria, tomate y cebolla (sal y limón) | Ensalada de pepino, tómate y cebolla (sal y limón) | Salteado de zanahoria, pimentón y cebolla (sal y limón) | Ensalada de zanahoria, repollo y manzana (sal y limón) | Ensalada fría de papa, arveja y zanahoria (mayonesa) | Cocido de habichuela y zanahoria |
| **TUBÉRCULO RAÍZ O PLÁTANO** | Papa dorada | Chips de arracacha | Palitos de yuca dorados | Plátano maduro asado | Papa dorada | Plátano verde | Papa criolla dorada |
| **LEGUMINOSA** | Cocido de arveja amarilla | Lentejas | Frijoles | Garbanzos | Cocido de arveja amarilla | Lentejas | Garbanzos guisados |
| **BEBIDA DE FRUTA** | Jugo de mora | Jugo de guayaba | Jugo de maracuyá | Jugo de Lulo | Jugo de guayaba | Jugo de lulo | Jugo de Maracuyá |
| **REFRIGERIO** | | | | | | | |
| **BEBIDA** | Empanadas de carne | Dedos de queso | Pandebono | Arepa de queso | Sándwich de jamón y queso | Mantecadas | Empanadas de pollo |
| **DERIVADO DE CEREAL** | Malta | Gaseosa | Jugo de caja | Avena liquida | Malta | Gaseosa | Jugo de caja |

## 2. CICLO DE MENÚS ESTÁNDAR MUJERES Y HOMBRES

| CICLO DE MENÚS ESTÁNDAR MUJERES Y HOMBRES | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **COMPONENTE / DÍA** | **1** | ***PORCIÓN SERVIDA (g/cc)*** | **2** | ***PORCIÓN SERVIDA (g/cc)*** | **3** | ***PORCIÓN SERVIDA (g/cc)*** | **4** | ***PORCIÓN SERVIDA (g/cc)*** | **5** | ***PORCIÓN SERVIDA (g/cc)*** | **6** | ***PORCIÓN SERVIDA (g/cc)*** | **7** | ***PORCIÓN SERVIDA (g/cc)*** |
| **DESAYUNO** | | | | | | | | | | | | | | |
| **CALDO** | Caldo de pollo | 240 cc | Caldo de res | 240 cc | Caldo de pescado | 240 cc | Caldo de pollo | 240 cc | Caldo de res | 240 cc | Caldo de pescado | 240 cc | Caldo de pollo | 240cc |
| **PROTEICO** | Carne asada | 50g | Carne de res en bistec | 50g | Hígado encebollado | 45g | Huevos revueltos | 48g | Guisado de pollo | 55g | Carne de res en bistec | 50g | Pechuga de pollo a la plancha | 55g |
| **ACOMPAÑAMIENTO** | Pan variedad | 40g | Arroz | 70g | Arepa | 70g | Pan variedad | 40g | Arroz | 70g | Arepa | 60g | Arroz | 70g |
| **FRUTA** | Manzana | 100g | Mandarina | 100g | Banano | 100g | Naranja | 100g | Manzana | 100g | Mandarina | 100g | Banano | 100g |
| **BEBIDA CALIENTE O FRÍA** | Café con leche | 200cc | Chocolate | 200cc | Café con leche | 200cc | Colada de maiz | 200cc | Avena en leche | 200cc | Chocolate | 200cc | Café con leche | 200cc |
| **ALMUERZO** | | | | | | | | | | | | | | |
| **SOPA/CREMA** | Sopa de cebada | 240 cc | Sopa de arroz | 240 cc | Sopa de lentejas | 240 cc | Sopa de verduras | 240 cc | Crema de ahuyama y zanahoria | 240 cc | Mazamorra dulce | 240 cc | Sopa de colicero | 240 cc |
| **PROTEICO** | Pechuga de pollo asada | 90g | Carne de res en bistec | 90g | Pechuga de pollo | 90g | Albóndigas de res | 90g | Carne de cerdo guisado | 90g | Pernil de pollo dorado | 120g | Hígado de res asado | 90g |
| **CEREAL** | Arroz | 159g | Arroz con fideos | 159g | Arroz | 159g | Arroz con fideos | 159g | Arroz | 159g | Arroz con fideos | 159g | Arroz | 159g |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **HORTALIZAS Y VERDURAS** | Ensalada de zanahoria, tomate y cebolla (sal y limón) | 60g | Ensalada fría de papa, arveja y zanahoria | 60g | Salteado de zanahoria, pimentón y cebolla (sal y limón) | 60g | Cocido de habichuela y zanahoria | 60g | Ensalada de remolacha , zanahoria y cebolla | 60g | Ensalada de pepino, tómate y cebolla (sal y limón) | 60g | Ensalada de zanahoria, manzana y espinaca (limón y miel) | 60g |
| **TUBÉRCULO RAÍZ O PLÁTANO** | Papa criolla dorada | 77g | Papa dorada | 77g | Tajadas de plátano madura | 77g | Papa criolla dorada | 77g | Chips de arracacha | 77g | Palitos de yuca dorados | 77g | Moneditas de plátano verde | 77g |
| **LEGUMINOSA** | Lentejas guisadas | 60g | Cocido de arveja amarilla | 60g | Garbanzos guisados | 60g | Frijoles guisados | 60g | Lentejas guisadas | 60g | Cocido de arveja amarilla | 60g | Garbanzos guisados | 60g |
| **BEBIDA DE FRUTA** | Jugo de Guayaba | 250cc | Jugo de Maracuyá | 250cc | Jugo de Lulo | 250cc | Jugo de Mora | 250cc | Jugo de Guayaba | 250cc | Jugo de Maracuyá | 250cc | Jugo de Lulo | 250cc |
| **CENA** | | | | | | | | | | | | | | |
| **SOPA/CREMA** | Sopa de verduras | 240 cc | Sopa de cebada | 240 cc | Sopa de colicero | 240 cc | Crema de ahuyama y zanahoria | 240 cc | Sopa de arroz | 240 cc | Mazamorra dulce | 240 cc | Sopa de lentejas | 240 cc |
| **PROTEICO** | Pechuga de pollo | 90g | Carne de cerdo asada | 90g | Albóndigas de res | 90g | Hígado de res asado | 90g | Pernil de pollo dorado | 120g | Carne de res en bistec | 90g | Carne de cerdo guisado | 90g |
| **CEREAL** | Arroz con fideos | 159g | Arroz | 159g | Arroz | 159g | Arroz con fideos | 159g | Arroz | 159g | Arroz | 159g | Arroz | 159g |
| **HORTALIZAS Y VERDURAS** | Ensalada de remolacha zanahoria y cebolla | 60g | Ensalada de zanahoria, tomate y cebolla (sal y limón) | 60g | Ensalada de pepino, tómate y cebolla (sal y limón) | 60g | Salteado de zanahoria, pimentón y cebolla (sal y limón) | 60g | Ensalada de zanahoria, repollo y manzana (sal y limón) | 60g | Ensalada fría de papa, arveja y zanahoria (mayonesa) | 60g | Cocido de habichuela y zanahoria | 60g |
| **TUBÉRCULO RAÍZ O PLÁTANO** | Papa dorada | 77g | Chips de arracacha | 77g | Palitos de yuca dorados | 77g | Plátano maduro asado | 77g | Papa dorada | 77g | Plátano verde | 77g | Papa criolla dorada | 77g |
| **LEGUMINOSA** | Cocido de arveja amarilla | 60g | Lentejas | 60g | Frijoles | 60g | Garbanzos | 60g | Cocido de arveja amarilla | 60g | Lentejas | 60g | Garbanzos guisados | 60g |
| **BEBIDA DE FRUTA** | Jugo de mora | 250cc | Jugo de guayaba | 250cc | Jugo de maracuyá | 250cc | Jugo de Lulo | 250cc | Jugo de guayaba | 250cc | Jugo de lulo | 250cc | Jugo de Maracuyá | 250cc |

## 3. MINUTA PATRÓN

**MINUTA PATRÓN**

**Notas:**
**1.** GRUPO DE ALIMENTOS: Es la representación mínima de los productos que puede contiene el grupo
**2.** TIPO DE COCCIÓN/PRESENTACIÓN: Son los tipos de cocción o presentación que se establecen para el tiempo de comida (útil para el diseño semanal de los menús)
**3.** PESO BRUTO (g/cc): Es la cantidad teórica de referencia de materia prima estimada por parte de los operadores teniendo en cuenta la merma de materia prima por preparación para dar cumplimiento con el gramaje mínimo establecido en la columna "PORCIÓN SERVIDA".
**4.** PORCIÓN SERVIDA (g/cc): Es el gramaje mínimo de cumplimiento obligatorio a suministrar para cada PPL.
**5.** UNIDADES DE MEDIDA: g: gramos - cc: centímetro cúbico

**GRUPO: HOMBRE Y MUJERES**
***DESAYUNO***

| ***GRUPO DE ALIMENTO*** | ***TIPO DE COCCIÓN/PRESENTACIÓN*** | ***PESO BRUTO (g/cc)*** | ***PORCIÓN SERVIDA (g/cc)*** | ***MEDIDA CASERA*** |
|---|---|---|---|---|
| | | ***Caldos*** | | |
| ***Caldo de res costilla, pollo, y pescado*** | ***COCIDO*** | 240cc<br>Papa o tubérculo 70g + Proteína animal 40g+cebolla+ajo+cilantro+sal | 240cc<br>Papa o tubérculo 70g + Proteína animal 40g+cebolla+ajo+cilantro+sal | ***1 taza*** |
| | | **Frutas** | | |
| Pera | ENTERA | 82 | 82,35 g (70 g comestible) | 1 unidad |
| Ciruela | ENTERA | 74 | 73,68 g (70 g comestible) | 1 unidad |
| Granadilla | ENTERA | 150 | 150 g (70 g comestible) | 1 unidad |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Naranja | ENTERA | 117 | 116,67 g (70 g comestible) | 1 unidad |
| Manzana común | ENTERA | 100 | 82,35 g (70 g comestible) | 1 unidad |
| Mango común | ENTERA | 140 | 140 g (70 g comestible) | 1 unidad |
| Durazno | ENTERA | 82 | 82,35 g (70 g comestible) | 1 unidad |
| Banano común | ENTERA | 100 | 100 g (70 g comestible) | 1 unidad |
| Mandarina | ENTERA | 100 | 100 g (70 g comestible) | 1 unidad |
| **Bebida caliente o fría con leche** | | | | |
| Leche de vaca entera liquida / leche de vaca entera en polvo | POCILLO / VASO | 150 cc liquida o reconstituida min 18 g de leche en polvo | 240 cc<br>150 cc leche (18 g leche de vaca en polvo) + ingrediente principal (misceláneo 12 g o cereal 12 g o café 5 g) | 1 vaso / pocillo |
| Misceláneos (chocolate, panela, cocoa) | | 12 | | |
| Cereal (Fécula de Maíz, avena molida, avena en hojuelas, harina de plátano) | | 12 | | |
| Café | | 5 | | |
| **Carnes / huevos** | | | | |
| Carne de res (cortes permitidos cadera, centro de pierna, bola) | COCIDO/ASADO | 70 | 50 | 1 trozo mediano |
| Hígado de res | ASADO | 70 | 45 | 1 trozo mediano |
| Pechuga de pollo | COCIDO/ASADO | 70 | 55 | 1 trozo mediano |
| Huevo | COCIDO | 55 | 50 | 1 unidad |
| | REVUELTO | | 48 | 1 porción |
| | FRITO | | 45 | 1 unidad |
| **Cereales / Tubérculo acompañante** | | | | |
| Panes (blandito, pan dulce, rollo, integral, hojaldrado, mogolla negra o azucarada) | PORCIÓN | 40 | 40 | 1 unidad |
| Arepa blanca | ASADA | 60 | 60 | 1 unidad |
| Calado/tostadas | PORCIÓN | 45 | 45 | 3 unidades |
| Galleta tipo soda | PORCIÓN | 24 | 24 | 3 unidades |
| Papa común | COCIDO | 80 | 79 | 1 unidad mediana |
| **Grasas** | | | | |
| Aceite vegetal | PARA TODO DESAYUNO | 5-10 | 5-10 | 1 cucharadita/ 1 cucharada |
| **Endulzante natural** | | | | |
| Azúcar | PARA TODO DESAYUNO | 10-12 | 10-12 | 1 cucharada colmada / 1 1/ 2 cucharada colmada |
| ***ALMUERZO / CENA*** | | | | |
| ***GRUPO DE ALIMENTO*** | ***TIPO DE COCCIÓN/PRESENTACIÓN*** | ***PESO BRUTO (g/cc)*** | ***PORCIÓN SERVIDA (g/cc)*** | ***MEDIDA CASERA*** |
| ***Sopas / Mazamorra / Crema***<br>***Nota:*** *los valores entre paréntesis () obedecen a los gramajes mínimos en peso neto* | | | | |
| Sopas de cereal | COCIDO | cereal 40g<br>leguminosa seca 10g<br>tubérculo 40g<br>hortalizas y verduras 50g | 240 cc<br>(cereal 40g y leguminosa seca 10g + tubérculo 40g + hortalizas y verduras 50g | 1 taza |
| Crema de verduras | COCIDO | tubérculo 40g<br>hortalizas y verduras 125g<br>vísceras 10g | 240 cc<br>(tubérculo 40g + hortalizas y verduras 125g) | 1 taza |
| Sopa de verduras | COCIDO | leguminosa seca 10g<br>tubérculo 40g | 240 cc<br>(leguminosa seca 10g + | 1 taza |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | hortalizas y verduras 125g | tubérculo 40g + hortalizas y verduras 125g) | |
| Cazuela de leguminosas | COCIDO | leguminosa 60g tubérculo, raíz o plátano 25g vísceras 10g (hígado, corazón o mollejas) | 240 cc (leguminosa 60g + tubérculo, raíz o plátano 25g + vísceras 10g (hígado, corazón o mollejas) | 1 taza |
| Mazamorra | COCIDO | Maíz trillado 100g panela 15g leche de vaca 150cc (18g leche de vaca en polvo) | 240 cc (Maíz trillado 100g + panela 15g + leche de vaca 150cc (18g leche de vaca en polvo)) | 1 taza |
| | | ***Carnes*** | | |
| Carnes de res magra Carne de res ( Pierna, cadera, lomo, centro de pierna, bola, pecho , cogote, descargue, brazo, sobrebarriga) | COCIDO | 150 | 100 | 1 porción mediana |
| | ASADO | | 90 | |
| | HORNEADO / DORADO | | 85 | |
| | FRITO | | 85 | |
| Pechuga de pollo, con piel y hueso | COCIDO | 150 | 100 | 1 porción mediana |
| | ASADO | | 90 | |
| | HORNEADO / DORADO | | 85 | |
| | FRITO | | 80 | |
| Pierna de pollo, con piel y hueso | COCIDO | 170 | 80 | 1 porción mediana |
| | ASADO | | 80 | |
| | HORNEADO / DORADO | | 77 | |
| | FRITO | | 67 | |
| Carne de cerdo | COCIDO | 150 | 95 | 1 porción mediana |
| | ASADO | | 87 | |
| | HORNEADO / DORADO | | 87 | |
| | FRITO | | 89 | |
| Posta de Bagre, Congrio, Basa (con Hueso) | COCIDO | 110 | 80 | 1 porción mediana |
| | ASADO | | 75 | |
| | HORNEADO / DORADO | | 75 | |
| | FRITO | | 70 | |
| Tilapia, Mojarra (con Hueso) | COCIDO | 143 | 80 | 1 unidad pequeña |
| | ASADO | | 72 | |
| | HORNEADO / DORADO | | 72 | |
| | FRITO | | 69 | |
| Filete de pescado sin hueso no procesado de bagre, basa | COCIDO | 103 | 75 | 1 porción mediana |
| | ASADO | | 70 | |
| | HORNEADO / DORADO | | 70 | |
| | FRITO | | 66 | |
| Filete de pescado sin hueso no procesado de tilapia, mojarra | COCIDO | 103 | 75 | 1 porción mediana |
| | ASADO | | 70 | |
| | HORNEADO / DORADO | | 70 | |
| | FRITO | | 66 | |
| | | ***Cereales*** | | |
| Arroz | COCIDO | 69 | 159 | 1 pocillo mediano |
| | | ***Raíces/tubérculos/Plátanos*** | | |
| Papa Común cruda | *COCIDO* | *78* | 77 | *1 unidad mediana* |
| | HORNEADO / DORADO | | 69 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | *FRITO* | | 62 | |
| Papa Criolla | *COCIDO* | *78* | 77 | *1 unidad grande* |
| | HORNEADO / DORADO | | 69 | |
| | *FRITO* | | 62 | |
| Yuca | *COCIDO* | *97* | 77 | *1 astilla* |
| | HORNEADO / DORADO | | 69 | |
| | *FRITO* | | 62 | |
| Plátano hartón verde | *COCIDO* | *114* | 77 | *1 trozo pequeño* |
| | HORNEADO / DORADO | | 69 | |
| | *FRITO* | | 62 | |
| Plátano hartón maduro | *COCIDO* | *108* | 77 | *1 trozo mediano / 2 tajadas* |
| | HORNEADO / DORADO | | 69 | |
| | *FRITO* | | 62 | |
| Arracacha / Ñame | *COCIDO* | *97* | 77 | *1 trozo mediano* |
| | HORNEADO / DORADO | | 69 | |
| | *FRITO* | | 62 | |
| ***Hortalizas y verduras*** | | | | |
| Ensaladas | PORCIÓN | 60 -110 | 60 | 1 porción grande |
| Verduras cocidas | COCIDO | | 60 | 1 porción grande |
| ***Jugo de Fruta*** | | | | |
| Mora de Castilla | ENTERA | 66 | 250 | 1 vaso grande |
| Fresa, madura | ENTERA | 63 | 250 | 1 vaso grande |
| Lulo | ENTERA | 100 | 250 | 1 vaso grande |
| Curuba | ENTERA | 120 | 250 | 1 vaso grande |
| Mango común | ENTERA | 120 | 250 | 1 vaso grande |
| Tomate de árbol | ENTERA | 100 | 250 | 1 vaso grande |
| Guanábana | ENTERA | 85 | 250 | 1 vaso grande |
| Mora de Castilla | PULPA | 60 | 250 | 1 vaso grande |
| Fresa, madura | PULPA | 60 | 250 | 1 vaso grande |
| Lulo | PULPA | 60 | 250 | 1 vaso grande |
| Maracuyá | PULPA | 60 | 250 | 1 vaso grande |
| Mango | PULPA | 60 | 250 | 1 vaso grande |
| Guanábana | PULPA | 60 | 250 | 1 vaso grande |
| ***Azúcares*** | | | | |
| Azúcar | | 10 a 12 | 10 g (para frutas con baja acidez); 12 g (para frutas ácidas) | 1 cucharada colmada / 1 1/ 2 cucharada colmada |
| ***Grasas*** | | | | |
| Aceite vegetal | | 5 a 10 | 5 a 10 | 1 cucharadita/ 1 cucharada |

**Ana María Angarita García**
Nutricionista Dietista
C.C. No. 1.006.693.294
Tarjeta Profesional No. 1.006.693.294