Complemento Industrializado					
SEMANA No. 1					
COMPONENTE	**Menú 1**	**Menú 2**	**Menú 3**	**Menú 4**	**Menú 5**
Bebida con leche	Leche entera UHT	Yogurt	Leche entera saborizada UHT	Avena líquida sabor original	Leche entera UHT
Cereal acompañante	Almojabána	Galleta casera	Pan de queso	Pastel Hojaldrado de Guayaba	Torta de vainilla
Fruta		Mango	Banano	Mandarina entera	
Dulce/Postre	Frutos secos				Dulce de leche
SEMANA No. 2					
COMPONENTE	**Menú 6**	**Menú 7**	**Menú 8**	**Menú 9**	**Menú 10**
Bebida con leche	Leche entera UHT	Leche entera saborizada UHT	Avena líquida sabor original	Kumis	Leche entera UHT
Cereal acompañante	Torta de naranja	Mantecada	Arepa Boyacense	Brownie de chocolate	Ponque
Fruta		Manzana	Granadilla	Pera entera	
Dulce/Postre	Chocolatina				Panelita de leche
Agua					Agua
SEMANA No. 3					
COMPONENTE	**Menú 11**	**Menú 12**	**Menú 13**	**Menú 14**	**Menú 15**
Bebida con leche	Yogurt	Leche entera saborizada UHT	Leche entera UHT	Avena líquida sabor original	Leche entera UHT
Cereal acompañante	Pan de queso	Torta de vainilla	Almojabána	Pastel Hojaldrado de Guayaba	Mantecada
Fruta		Mandarina entera	Banano	Mango	
Dulce/Postre	Dulce de guayaba				Cocada
SEMANA No. 4					
COMPONENTE	**Menú 16**	**Menú 17**	**Menú 18**	**Menú 19**	**Menú 20**
Bebida con leche	Leche entera UHT	Leche entera saborizada UHT	Kumis	Avena líquida sabor original	Leche entera UHT
Cereal acompañante	Torta de Arequipe tipo brownie	Galleta Con relleno de fruta	Mantecada	Arepa Boyacense	Torta de naranja
Fruta		Durazno	Pera entera	Granadilla	
Dulce/Postre	Panelita de leche				Chocolatina
Agua			Agua		

Complemento Am - Pm / Comida Transportada Caliente					
SEMANA No. 1					
COMPONENTE	**Menú 1**	**Menú 2**	**Menú 3**	**Menú 4**	**Menú 5**
Bebida con leche	Avena con leche	Café con leche	Jugo de guayaba con leche	Aguadepanela con leche	Chocolate en polvo con leche
Cereal acompañante	Arepa asada con queso	Arroz Blanco	Tajadas de Platano	Calentado Paisa de frijol	Sandwich de queso
Fruta	Papaya picada				Pera entera
Alimento proteico		Pollo guisado	Carne de cerdo encebollada	Huevo revuelto	
SEMANA No. 2					
COMPONENTE	**Menú 6**	**Menú 7**	**Menú 8**	**Menú 9**	**Menú 10**
Bebida con leche	Jugo de mora con leche	Jugo de Mango con leche	Maicena	Jugo de Tomate de arbol con leche	Chocolate en polvo con leche
Cereal acompañante	Puré de papa criolla	Arroz con fideos	Arepuela de trigo con queso	Arroz al pimenton	Quesadilla de harina de trigo
Fruta			Melón picado en trocitos		Mandarina entera
Alimento proteico	Pechuga apanada	Cerdo goulash		Filete de res en biscteck	
Agua					Agua
SEMANA No. 3					
COMPONENTE	**Menú 11**	**Menú 12**	**Menú 13**	**Menú 14**	**Menú 15**
Bebida con leche	Arroz con leche cremoso con queso	Jugo de curuba con leche	Café con leche	Jugo mango con leche	Avena con leche
Cereal acompañante	Tostada	Papa criolla cocida	Patacon con hogao	Arroz con fideos	Pancakes con queso
Fruta	Banano entero				Mandarina entera
Alimento proteico		Carne de res en goulash	Fajitas de pollo con vegetales	Garbanzo guisado con huevo revuelto	
SEMANA No. 4					
COMPONENTE	**Menú 16**	**Menú 17**	**Menú 18**	**Menú 19**	**Menú 20**
Bebida con leche	Chocolate en polvo con leche	Aguadepanela con leche		Jugo de banano con leche	Maicena
Cereal acompañante	Arepa asada con queso	Arroz blanco	Galleta de leche	Arroz con zanahoria	Platano amarillo cocido
Fruta	Granadilla		Ensalada de frutas con queso (melon, papaya, banano)		
Alimento proteico		Lentejas guisadas con Huevo revuelto		Pollo salteado con verduras	Carne de res en cuadritos con verduras
Agua			Agua		

Almuerzo					
SEMANA No. 1					
COMPONENTE	**Menú 1**	**Menú 2**	**Menú 3**	**Menú 4**	**Menú 5**
Alimento proteico	Lomo de cerdo guisado	Frijol Rojo con Huevo revuelto	Pollo salteado con verduras	Carne de res en Bistec con Frijol blanco	Pechuga de pollo a la Plancha
Cereales	Arroz Verde con espinaca	Arroz con Fideos	Arroz Blanco	Arroz Blanco	Arroz Blanco
Tubérculos, raíces, plátanos	Tajadas de Platano Verde	Platano amarillo cocido	Yuca Dorada	Pure de Papa	Papas fritas
Ensalada o verdura caliente	Ensalada (zanahoria, mango, lechuga)	Ensalda Roja (remolacha, zanahoria, cebolla, zumo de limon)	Ensalada (pepino, tomate, cebolla, zumo de limon)	Ensalada de (repollo, zanahoria, Cebolla, Zumo de Limon)	Ensalada de habichuela con huevo
Bebida / lácteo	Jugo de guayaba con leche	Jugo de tomate de Arbol	Jugo de banano con leche	Jugo de mango	Jugo de Mora con leche
SEMANA No. 2					
COMPONENTE	**Menú 6**	**Menú 7**	**Menú 8**	**Menú 9**	**Menú 10**
Alimento proteico	Carne de res salteada con verduras	Carne de res encebollada	Garbanzo guisado con huevo	Pollo en cuadritos con verduras y arverja	Lenteja guisada con cerdo asado
Cereales	Arroz con Fideos	Arroz con Zanahoria	Arroz Blanco	Espagueti en Salsa de Tomate Casera	Arroz Amarillo
Tubérculos, raíces, plátanos	Platano Maduro	Yuca Cocida	Tajadas de Platano	Papa dorada en Cascos	Palitos de yuca Dorada
Ensalada o verdura caliente	Ensalada (Lechuga, Espinaca, Mango , Zanahoria, Zumo de limón)	Ensalada (Zanahoria, Piña, lechuga, Tomate y Zumo de limon)	Ensalada (pepino, tomate, cebolla, zumo de limon)	Ensalada (Lechuga, Espinaca, Fresa, Zanahoria, Zumo de limón)	Habichuela Guisada
Bebida / lácteo	Jugo de tomate de arbol con leche	Jugo de curuba con leche	Jugo de Piña	Jugo de guayaba con leche	Jugo de Maracuya
Bebida /Agua					Agua
SEMANA No. 3					
COMPONENTE	**Menú 11**	**Menú 12**	**Menú 13**	**Menú 14**	**Menú 15**
Alimento proteico	Carne de res con Frijol Guisado	Carne de Cerdo al Pimenton	Huevo Revuelto con frijol blanco	Guisadito criollo de pollo	Lomo de cerdo guisado
Cereales	Arroz Blanco	Macarrones con Queso	Arroz al Pimenton	Arroz Blanco	Arroz blanco
Tubérculos, raíces, plátanos	Patacon	Monedas de platano	Yuca Cocida	Tajadas de Platano	Papas fritas
Ensalada o verdura caliente	Ensalada (Aguacate, Tomate, Lechuga, Zumo de Limón)	Ensalada (Lechuga, Espinaca, Mango , Zanahoria, Zumo de limón)	Ensalada (Lechuga, Zanahoria, Mango, Zumo de Limón)	Verdura de habichuela, Zanahoria, Arverja cocidas	Ensalada de (Tomate, Pepino, Zanahoria y Zumo de Limón)
Bebida / lácteo	Naranjada de Panela	Jugo de guayaba con leche	Jugo de tomate de Arbol	Jugo de banano con leche	Jugo de Fresa con leche
SEMANA No. 4					
COMPONENTE	**Menú 16**	**Menú 17**	**Menú 18**	**Menú 19**	**Menú 20**
Alimento proteico	Pollo salteado con verduras	Lenteja guisada con Huevo perico	Carne de Cerdo en Salsa de Naranja	Garbanzos con lomo de res en cuadros y verduras	Lomo de Cerdo con sazón afrocolombiano
Cereales	Arroz Verde con espinaca	Arroz de Blanco	Arroz al Pimenton	Arroz con Zanahoria	Arroz de coco
Tubérculos, raíces, plátanos	Tajadas de platano verde	Platano maduro en cuadros	Pure de Papa	Yuca Cocida	Patacon
Ensalada o verdura caliente	Ensalda Roja (Zanohria, Cabolla, Remolacha)	Ensalada (Lechuga, Manzana, Zanahoria, Zumo de Limón)	Ensalada (Zanahoria, Mango, Pimenton Verde y Rojo)	Ensalada (Lechuga, Piña, Zanahoria, Tomate, Zumo de	Ensalada (Tomate, Zanahoria, Lechuga, Zumo de Limón)
Bebida / lácteo	Jugo de Mora con leche	Jugo de Piña	Jugo de Curuba con leche	Jugo de mango	Jugo de Maracuya con leche
Bebida /Agua			Agua		

Tabla 5. MINUTA PATRÓN COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADO

MINUTA PATRON COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADO				
Nivel	***Componente***	***Grupo de alimentos***	***Frecuencia***	***Peso Entregado***
Preescolar	*Bebida*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*Todos los días*	*180 cm3*
Preescolar	*Cereal acompañante*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*30 g - 55 g*
Preescolar	*Frutas*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*3 veces por semana*	*Banano 30 g* *Mango 80 g - 100 g* *Granadilla, 30 g - 50 g* *Mandarina, 100 g* *Fresa, madura, 70 g* *Pera 80 g* *Manzana común 90 g*
Preescolar	*Postre*	*Grupo VI. Azúcares*	*2 veces por semana (frutos secos y semillas o azúcares)*	*Minimo 12 g*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Bebida*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*Todos los días*	*200 cm3*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Cereal acompañante*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*30 g - 110 g*

Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Frutas*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*3 veces por semana*	*Banano 30 g* *Mango 70 g* *Granadilla 50 g – 60 g* *Mandarina 80 g* *Fresa 150 g* *Pera 70 g* *Manzana 80 g*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Postre*	*Grupo VI. Azúcares*	*2 veces por semana (frutos secos y semillas o azúcares)*	*15 g*
Primaria 4to y 5to	*Bebida*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*Todos los días*	*200 cm3*
Primaria 4to y 5to	*Cereal acompañante*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*45 g - 110 g*
Primaria 4to y 5to	*Frutas*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*3 veces por semana*	*Banano 100 g* *Mango 100 g* *Granadilla 60 g* *Mandarina 120 g* *Fresa 200 g* *Pera 100 g* *Manzana 110 g* *Mango 180 g*
Primaria 4to y 5to	*Postre*	*Grupo VI. Azúcares*	*2 veces por semana (frutos secos y semillas o azúcares)*	*25 g*
Secundaria	*Bebida*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*Todos los días*	*250 cm3*

Secundaria	*Cereal acompañante*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*55 g - 110 g*
Secundaria	*Frutas*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*3 veces por semana*	*Mínimo 120 g*
Secundaria	*Postre*	*Grupo VI. Azúcares*	*2 veces por semana (frutos secos y semillas o azúcares)*	*30 g*
Media y ciclo complementario	*Bebida*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*Todos los días*	*250 cm3*
Media y ciclo complementario	*Cereal acompañante*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*45 g - 130 g*
Media y ciclo complementario	*Frutas*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*3 veces por semana*	*Banano 80 g* *Mango 250 g* *Granadilla 200 g* *Mandarina 250 g* *Fresa 320 g* *Pera 250 g* *Manzana 250 g* *Mango 300 g*
Media y ciclo complementario	*Postre*	*Grupo VI. Azúcares*	*2 veces por semana (frutos secos y semillas o azúcares)*	*40 g*

Tabla 6. MINUTA PATRÓN COMPLEMENTO AM/PM

MINUTA PATRÓN COMPLEMENTO AM/PM					
Nivel	***Componente***	***Grupo de alimentos***	***Frecuencia***	***Peso Neto***	***Peso servido***
Preescolar	*Bebida con leche*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*Todos los días*	*13 g (si se utiliza leche en polvo) - 100 ml (si se utiliza leche líquida) 13 180 cm3*	*200 cm3 (mitad agua - mitad leche)*
Preescolar	*Bebida con leche*	*Otros alimentos para la preparación de las bebidas como cereales o frutas o chocolate o panela.*	*Todos los días*	*10 g - 60 g*	*200 cm3 (mitad agua - mitad leche)*
Preescolar	*Alimento proteico*	*Grupo III. Leche y productos lácteos o Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*3 veces por semana*	*10 g - 63 g*	*15 g - 50 g*
Preescolar	*Cereal acompañante*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*14 g - 40 g*	*14 g - 45 g*
Preescolar	*Frutas*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*2 veces por*	*Mínimo 80 g*	*Mínimo 80 g*

			semana (fruta)		
Preescolar	*Azúcares*	*Grupo VI. Azúcares*	*Todos los días*	*5 g - 7 g*	*Incluido en las preparaciones*
Preescolar	*Grasas*	*Grupo V. Grasas*	*Todos los días*	*3 g*	*Incluido en las preparaciones*
Preescolar	*Agua*	*Agua apta para el consumo humano*	*Todos los días*	*150 cm3 - 180 cm3*	*150 cm3 - 180 cm3*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Bebida con leche*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*Todos los días*	*13 g (si se utiliza leche en polvo) - 100 ml (si se utiliza leche líquida) 13 180 cm3*	*200 cm3 (mitad agua - mitad leche)*
Primaria 1ro, 2do y 3ro		*Otros alimentos para la preparación de las bebidas como cereales o frutas o chocolate o panela.*	*Todos los días*	*10 g - 60 g*	*200 cm3 (mitad agua - mitad leche)*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Alimento proteico*	*Grupo III. Leche y productos lácteos o Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*3 veces por semana*	*20 g - 78 g*	*20 g - 60 g*

Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Cereal acompañante*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*14 g - 40 g*	*14 g - 45 g*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Frutas*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*2 veces por semana (fruta)*	*Mínimo 110 g*	*Mínimo 110 g*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Azúcares*	*Grupo VI. Azúcares*	*Todos los días*	*5 g - 7 g*	*Incluido en las preparaciones*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Grasas*	*Grupo V. Grasas*	*Todos los días*	*4 g*	*Incluido en las preparaciones*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Agua*	*Agua apta para el consumo humano*	*Todos los días*	*150 cm3 - 180 cm3*	*150 cm3 - 180 cm3*
Primaria 4to y 5to	*Bebida con leche*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*Todos los días*	*13 g (si se utiliza leche en polvo) - 100 ml (si se utiliza leche líquida) 13 180 cm3*	*200 cm3 (mitad agua - mitad leche)*
Primaria 4to y 5to		*Otros alimentos para la preparación de las bebidas como cereales o frutas o chocolate o panela.*	*Todos los días*	*10 g - 60 g*	*200 cm3 (mitad agua - mitad leche)*

Primaria 4to y 5to	*Alimento proteico*	*Grupo III. Leche y productos lácteos o Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*3 veces por semana*	*30 g - 110 g*	*35 g - 90 g*
Primaria 4to y 5to	*Cereal acompañante*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*21 g - 85 g*	*21 g - 105 g*
Primaria 4to y 5to	*Frutas*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*2 veces por semana (fruta)*	*Mínimo 110 g*	*Mínimo 110 g*
Primaria 4to y 5to	*Azúcares*	*Grupo VI. Azúcares*	*Todos los días*	*5 g - 7 g*	*Incluido en las preparaciones*
Primaria 4to y 5to	*Grasas*	*Grupo V. Grasas*	*Todos los días*	*5 g*	*Incluido en las preparaciones*
Primaria 4to y 5to	*Agua*	*Agua apta para el consumo humano*	*Todos los días*	*150 cm3 - 180 cm3*	*150 cm3 - 180 cm3*
Secundaria	*Bebida con leche*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*Todos los días*	*15 g (si se utiliza leche en polvo) - 100 ml (si se utiliza leche líquida)*	*220 cm3 (mitad agua - mitad leche)*
Secundaria	*Bebida con leche*	*Otros alimentos para la preparación de*	*Todos los días*	*12 g - 60 g*	*220 cm3 (mitad agua -*

		las bebidas como cereales o frutas o chocolate o panela.			mitad leche)
Secundaria	Alimento proteico	Grupo III. Leche y productos lácteos o Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	3 veces por semana	35 g - 140 g	40 g - 105 g
Secundaria	Cereal acompañante	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	Todos los días	28 g - 105 g	28 g - 125 g
Secundaria	Frutas	Grupo II. Frutas y verduras	2 veces por semana (fruta)	Mínimo 130 g	Mínimo 130 g
Secundaria	Azúcares	Grupo VI. Azúcares	Todos los días	8 g - 10 g	Incluido en las preparaciones
Secundaria	Grasas	Grupo V. Grasas	Todos los días	7 g	Incluido en las preparaciones
Secundaria	Agua	Agua apta para el consumo humano	Todos los días	200 cm3 - 220 cm3 2	200 cm3 - 220 cm3 2
Media y ciclo complementario	Bebida con leche	Grupo III. Leche y productos lácteos	Todos los días	15 g (si se utiliza leche en polvo) - 100 ml (si se utiliza leche líquida)	220 cm3 (mitad agua - mitad leche)

Media y ciclo complementario	*Bebida con leche*	*Otros alimentos para la preparación de las bebidas como cereales o frutas o chocolate o panela.*	*Todos los días*	*12 g - 60 g*	*220 cm3 (mitad agua - mitad leche)*
Media y ciclo complementario	*Alimento proteico*	*Grupo III. Leche y productos lácteos o Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*3 veces por semana*	*45 g - 172 g*	*45 g - 135 g*
Media y ciclo complementario	*Cereal acompañante*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*28 g - 145 g*	*28 g - 155 g*
Media y ciclo complementario	*Frutas*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*2 veces por semana (fruta)*	*Mínimo 135 g*	*Mínimo 135 g*
Media y ciclo complementario	*Azúcares*	*Grupo VI. Azúcares*	*Todos los días*	*8 g - 10 g*	*Incluido en las preparaciones*
Media y ciclo complementario	*Grasas*	*Grupo V. Grasas*	*Todos los días*	*9 g*	*Incluido en las preparaciones*
Media y ciclo complementario	*Agua*	*Agua apta para el consumo humano*	*Todos los días*	*200 cm3 - 220 cm3 2*	*200 cm3 - 220 cm3 2*

Tabla 7. MINUTA PATRÓN COMPLEMENTO ALIMENTARIO ALMUERZO

MINUTA PATRÓN COMPLEMENTO ALIMENTARIO ALMUERZO

Nivel	*Componente*	*Grupo de alimentos*	*Frecuencia*	*Peso Neto*	*Peso servido*
Preescolar	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*4 por semana (carne) 1 por semana (huevo)*	*50 g - 70 g*	*45 g - 60 g*
Preescolar	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*2 veces por semana (leguminosas)*	*5 g*	*15 g*
Preescolar	*Cereales*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*24 g - 26 g*	*55 g - 60 g*
Preescolar	*Tubérculos, raíces, plátanos o derivados de ceral*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*40 g - 62 g*	*40 g - 62 g*
Preescolar	*Ensalada o verdura caliente*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días (verduras)*	*Mínimo 50 g*	*Mínimo 50 g*

Preescolar	*Bebida*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días* *(frutas)*	*60 g - 65 g*	*200 cm3*
Preescolar	*Leche y productos lácteos*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*3 veces por semana*	*13 g (si se utiliza leche en polvo)* *100 ml (si se utiliza leche líquida)* *10 g (si utiliza queso)*	*13 g (si se utiliza leche en polvo)* *100 ml (si se utiliza leche líquida)* *10 g (si utiliza queso)*
Preescolar	*Azúcares*	*Grupo VI. Azúcares*	*Todos los días*	*6 g - 8 g*	*Incluido en las preparaciones*
Preescolar	*Grasas*	*Grupo V. Grasas*	*Todos los días*	*7 g*	*Incluido en las preparaciones*
Preescolar	*Agua*	*Agua apta para el consumo humano*	*Todos los días*	*150 cm3 - 180 cm3*	*150 cm3 - 180 cm3*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas* *secas, frutos secos y semillas*	*4 por semana (carne)* *1 por semana (huevo)*	*55 - 86 g*	*50 - 76 g*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas* *secas, frutos secos y semillas*	*2 veces por semana* *(leguminosas)*	*8 g*	*24 g*

Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Cereales*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*31 g - 37 g*	*70 g - 85 g*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Tubérculos, raíces, plátanos o derivados de ceral*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*50 g - 70 g*	*50 g - 70 g*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Ensalada o verdura caliente*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días (verduras)*	*Mínimo 60 g*	*Mínimo 60 g*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Bebida*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días (frutas)*	*60 g - 65 g*	*200 cm3*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Leche y productos lácteos*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*3 veces por semana*	*13 g (si se utiliza leche en polvo)* *100 ml (si se utiliza leche líquida)* *12 g (si utiliza queso)*	*13 g (si se utiliza leche en polvo)* *100 ml (si se utiliza leche líquida)* *12 g (si utiliza queso)*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Azúcares*	*Grupo VI. Azúcares*	*Todos los días*	*6 g - 8 g*	*Incluido en las preparaciones*
Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Grasas*	*Grupo V. Grasas*	*Todos los días*	*9 g*	*Incluido en las preparaciones*

Primaria 1ro, 2do y 3ro	*Agua*	*Agua apta para el consumo humano*	*Todos los días*	*180 cm3 - 200 cm3*	*180 cm3 - 200 cm3*
Primaria 4to y 5to	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*4 por semana (carne)* *1 por semana (huevo)*	*55 g - 118 g*	*50 - 108 g*
Primaria 4to y 5to	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*2 veces por semana (leguminosas)*	*17 g*	*50 g*
Primaria 4to y 5to	*Cereales*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*40 g - 46 g*	*90 g - 105 g*
Primaria 4to y 5to	*Tubérculos, raíces, plátanos o derivados de ceral*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*50 g - 95 g*	*50 g - 95 g*
Primaria 4to y 5to	*Ensalada o verdura caliente*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días (verduras)*	*Mínimo 65 g*	*Mínimo 65 g*
Primaria 4to y 5to	*Bebida*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días (frutas)*	*60 g - 65 g*	*200 cm3*
Primaria 4to y 5to	*Leche y productos lácteos*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*3 veces por semana*	*13 g (si se utiliza leche en polvo)* *100 ml (si se utiliza leche líquida)*	*13 g (si se utiliza leche en polvo)* *100 ml (si se utiliza leche líquida)*

				30 g (si utiliza queso)	*30 g (si utiliza queso)*
Primaria 4to y 5to	*Azúcares*	*Grupo VI. Azúcares*	*Todos los días*	*6 g - 8 g*	*Incluido en las preparaciones*
Primaria 4to y 5to	*Grasas*	*Grupo V. Grasas*	*Todos los días*	*11 g*	*Incluido en las preparaciones*
Primaria 4to y 5to	*Agua*	*Agua apta para el consumo humano*	*Todos los días*	*180 cm3 - 200 cm3*	*180 cm3 - 200 cm3*
Secundaria	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*4 por semana (carne)* *1 por semana (huevo)*	*60 g - 120 g*	*60 - 110 g*
Secundaria	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas*	*2 veces por semana (leguminosas)*	*25 g*	*75 g*
Secundaria	*Cereales*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*56 g - 60 g*	*125 g - 135 g*
Secundaria	*Tubérculos, raíces, plátanos o derivados de ceral*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*65 g - 110 g*	*65 g - 110 g*
Secundaria	*Ensalada o verdura*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días*	*Mínimo 70 g*	*Mínimo 70 g*

	caliente		*(verduras)*		
Secundaria	*Bebida*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días* *(frutas)*	*60 g - 65 g*	*200 cm3*
Secundaria	*Leche y productos lácteos*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*3 veces por semana*	*15 g (si se utiliza leche en polvo)* *120 ml (si se utiliza leche líquida)* *35 g (si utiliza queso)*	*15 g (si se utiliza leche en polvo)* *120 ml (si se utiliza leche líquida)* *35 g (si utiliza queso)*
Secundaria	*Azúcares*	*Grupo VI. Azúcares*	*Todos los días*	*8 g - 10 g*	*Incluido en las preparaciones*
Secundaria	*Grasas*	*Grupo V. Grasas*	*Todos los días*	*14 g*	*Incluido en las preparaciones*
Secundaria	*Agua*	*Agua apta para el consumo humano*	*Todos los días*	*200 cm3 - 220 cm3*	*200 cm3 - 220 cm3*
Media y ciclo complementario	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas* *secas, frutos secos y semillas*	*4 por semana (carne)* *1 por semana (huevo)*	*60 g - 140 g*	*60 - 130 g*
Media y ciclo complementario	*Alimento proteico*	*Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas* *secas, frutos secos y semillas*	*2 veces por semana* *(leguminosas)*	*40 g*	*120 g*

Media y ciclo complementario	*Cereales*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*62 g - 64 g*	*140 g - 145 g*
Media y ciclo complementario	*Tubérculos, raíces, plátanos o derivados de ceral*	*Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos*	*Todos los días*	*80 g - 140 g*	*80 g - 140 g*
Media y ciclo complementario	*Ensalada o verdura caliente*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días (verduras)*	*Mínimo 90 g*	*Mínimo 90 g*
Media y ciclo complementario	*Bebida*	*Grupo II. Frutas y verduras*	*Todos los días (frutas)*	*60 g - 65 g*	*200 cm3*
Media y ciclo complementario	*Leche y productos lácteos*	*Grupo III. Leche y productos lácteos*	*3 veces por semana*	*15 g (si se utiliza leche en polvo)* *120 ml (si se utiliza leche líquida)* *45 g (si utiliza queso)*	*15 g (si se utiliza leche en polvo)* *120 ml (si se utiliza leche líquida)* *35 g (si utiliza queso)*
Media y ciclo complementario	*Azúcares*	*Grupo VI. Azúcares*	*Todos los días*	*8 g - 10 g*	*Incluido en las preparaciones*
Media y ciclo complementario	*Grasas*	*Grupo V. Grasas*	*Todos los días*	*16 g*	*Incluido en las preparaciones*
Media y ciclo complementario	*Agua*	*Agua apta para el consumo humano*	*Todos los días*	*200 cm3 - 220 cm3*	*200 cm3 - 220 cm3*

ÍNDICE

COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADO
Lista de intercambio 2026

COMPONENTES	GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS DE INTERCAMBIOS
LÁCTEOS	Grupo III. Leche y productos lácteos	Kumis, entero, con azúcar
LÁCTEOS	Grupo III. Leche y productos lácteos	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada
LÁCTEOS	Grupo III. Leche y productos lácteos	yogurt, bebible, entero, con azúcar
LÁCTEOS	Grupo III. Leche y productos lácteos	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Mezcla de cereal Maiz - Quinua sabor a miel
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Torta de vainilla
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Pastel Hojaldrado de Guayaba
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Pan de queso, horneado
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Pan de leche, horneado
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Pan de dulce, regular, horneado
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Croissant, de queso, horneado
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Cereal para el desayuno, Hojuelas de maíz, sin azúcar
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Granola variedad sabor vainilla - canela
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Galleta chip de chocolate
DERIVADO DE CEREAL	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	Brownie, de chocolate, horneado
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Banano común, crudo
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Néctar de mango, con azúcar
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Mandarina, cruda
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Fresa, madura, cruda
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Néctar de pera, con azúcar
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Pera, cruda
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Manzana común cruda
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Néctar de durazno, con azúcar
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Granadilla, cruda
FRUTA	Grupo II. Fruta y verduras	Mango común, crudo
POSTRE	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	Maní bajo en sodio
POSTRE	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	Mezcla de Frutos Secos
POSTRE	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	Chocolatina

MODALIDAD PREPARADA EN SITIO Complemento alimentario am/pm Lista de intercambio 2026			
COMPONENTE	**LISTADE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO**	**COMPONENTE**	**LISTADE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO**
LÁCTEOS Y DERIVADOS (El queso no es intercambio para ningún tipo de cárnico)	Leche de vaca entera líquida	**RAÍZ, TUBÉRCULO O PLÁTANO**	Arracacha
	Leche de vaca entera en polvo		Papa común sabanera, pastusa, R12
	Cuajada		Papa criolla
	Queso americano		Plátano hartón maduro
	Queso campesino		Plátano hartón verde
	Queso mozarella		Yuca
	Queso sabana	**FRUTA** (para bebida	Banano
ALIMENTO PROTEÍCO (Cárnicos)	Carne de res		Curuba
	Carne de cerdo		Feijoa
	Pollo		Fresa
	pescado (filete		Guanabana
	Atún en lomos		Guayaba
	Hígado		Gulupa
ALIMENTO PROTEÍCO (Leguminosas)	Arveja seca		Lulo
	Blanquillo		Mango
	Frijol		Maracuyá
	Garbanzo		Mora
	Lenteja		Tomate de árbol
CEREALES Y DERIVADOS DE CEREAL	Almidón de maíz		Uva isabelina
	Almojábana	**FRUTA (entera)**	Anón
	Arepa de choclo		Banano
	Arepa de maíz		Banano bocadillo
	Arepa de queso		Carambolo
	Arroz		Fresa
	Avena		Granadilla
	Envuelto de maíz		Kiwi
	Harina de maíz amarillo		Mandarina
	Harina de maíz blanco		Mango
	Harina de trigo		Manzana
	Galleta casera		Melón
	Galleta de avena		Naranja
	Mantecada		Papaya
	Mojicón		Pera
	Muffin de queso		Sandía
	Palito de queso		Uchuva
	Pan aliñado		Uvas
	Pan blanco	**AZÚCARES**	Azúcar
	Pan blandito		Chocolate
	Pan coco		Panela
	Pan de queso	**GRASAS**	Aceite vegetal (de una sola fuente, no se permiten mezclas de aceites vegetales)
	Pan dulce		
	Pan mantequilla		Margarina
	Pastas alimenticias		

MODALIDAD PREPARADA EN SITIO Complemento alimentario Almuerzo Lista de intercambio 2026			
COMPONENTE	**LISTADE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO**	**COMPONENTE**	**LISTADE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO**
ALIMENTO PROTEICO (carne, huevos y leguminosas)	Carne de res	**VERDURAS**	Acelga
	Carne de cerdo		Ahuyama
	Pollo		Apio
	Pescado (filete)		Arveja verde
	Atún en lomos		Brócoli
	Hígado		Calabacín
	Huevo de gallina		Calabaza
	Huevo de codorniz		Cebolla blanca
	Arveja seca		Cebolla morada
	Blanquillo		Coliflor
	Frijol		Espinaca
	Garbanzo		Habichuela
	Lenteja		Lechuga
CEREAL	Arroz		Pepino cohombro
	Harina de maíz amarillo		Pepino común
	Harina de maíz blanco		Pimentón amarillo
	Harina de trigo		Pimentón rojo
	Pan		Pimentón verde
	Pastas alimenticias		Repollo
RAÍZ, TUBÉRCULO O PLÁTANO	Arracacha		Tomate chonto
	Papa común sabanera, pastusa, R12		Zanahoria
	Papa criolla	**FRUTA** (para bebida)	Banano
	Plátano hartón maduro		Curuba
	Plátano hartón verde		Durazno
	Yuca		Feijoa
AZÚCARES	Azúcar		Fresa
	Panela		Guanabana
GRASAS	Aceite vegetal (de una sola fuente, no se permiten mezclas de aceites vegetales)		Guayaba
	Margarina		Gulupa
LÁCTEOS	Leche de vaca entera líquida		Lulo
	Leche de vaca entera en polvo		Mango
	Cuajada		Maracuyá
	Queso americano		Mora
	Queso campesino		Tomate de árbol
	Queso mozarella		Uva isabelina
	Queso sabana		Zapote

REQUERIMIENTOS GRAMAJE RACIÓN SERVIDA POR GRUPO ESCOLAR
MINUTA PATRÓN COMPLEMENTO AM/PM

Componente del complemento	Grupo de alimentos / Ejemplos	Gramaje o volumen por ración (Preescolar)	Gramaje o volumen por ración (1°, 2°, 3°)	Gramaje o volumen por ración (4° y 5°)	Gramaje o volumen por ración (Secundaria 6°-9°)	Gramaje o volumen por ración (Media 10°-11°)
Bebida con leche	Chocolate, avena, bebida láctea, jugo en leche	**200 ml (cm³)**	**200 ml (cm³)**	**200 ml (cm³)**	**220 ml (cm³)**	**220 ml (cm³)**
Alimento proteico	Queso, huevo, pollo, carne de cerdo, legumbres	**40 g**	**49 g**	**60 g**	**90 g**	**98 g**
Cereal o acompañante	Arroz, arepa, pan, papa, patacón, croquetas, yuca	**45 g**	**45 g**	**105 g**	**120 g**	**130 g**
Fruta fresca	Banano, manzana, mango, papaya, mandarina, melon	**Mínimo 80 g**	**Mínimo 110 g**	**Mínimo 110 g**	**Mínimo 130 g**	**Mínimo 130 g**
Agua potable	Agua en bolsa o vaso	**200 ml**	**200 ml**	**200 ml**	**200 ml**	**220 ml**

REQUERIMIENTOS GRAMAJE RACIÓN SERVIDA POR GRUPO ESCOLAR
MINUTA PATRÓN ALMUERZO

Componente del almuerzo	Grupo de alimentos / ejemplos	Gramaje o volumen por ración (Preescolar)	Gramaje o volumen por ración (1°, 2°, 3°)	Gramaje o volumen por ración (4° y 5°)	Gramaje o volumen por ración (Secundaria 6°-9°)	Gramaje o volumen por ración (Media 10°-11°)
Alimento proteico	Carne de res, pollo, cerdo, pescado, huevo	**40 g**	**41 g**	**50 g**	**60 g**	**60 g**
Legumbres	Lentejas, frijol, garbanzo	**15 g**	**24 g**	**50 g**	**75 g**	**120 g**
Cereal	Arroz, pasta	**50 g**	**75 g**	**100 g**	**130 g**	**140 g**
Tubérculos, raíces, plátanos	papa, yuca, plátano	**50 g**	**75 g**	**80 g**	**100 g**	**120 g**
Verdura	Ensalada o verdura cocida	**Mínimo 50 g**	**Mínimo 60 g**	**Mínimo 65 g**	**Mínimo 70 g**	**Mínimo 90 g**
Jugo de Fruta	Banano, fresa, mango, piña, guayaba	**200 ml**	**200 ml**	**200 ml**	**200 ml**	**200 ml**
Agua	Agua en vaso o bolsa	**200 ml**	**200 ml**	**200 ml**	**200 ml**	**200 ml**

REQUERIMIENTOS GRAMAJE RACIÓN SERVIDA POR GRUPO ESCOLAR
MINUTA PATRÓN COMPLEMENTO INDUSTRIALIZADO

Componente de complemento Industrializado	Grupo de alimentos / ejemplos	Preescolar	1°, 2°, 3°	4° y 5°	Secundaria (6°–9°)	Media (10°–11°)
Leche / Bebida láctea	Leche entera, saborizada, avena, yogurt	**180 cm³**	**200 cm³**	**200 cm³**	**200 cm³**	**200 cm³**
Cereal acompañante	Galleta, mogolla, pastel hojaldrado, mantecada	**30 g**	**40 g**	**60 g**	**80 g**	**100 g**
Fruta	Banano, manzana, mango, pera, mandarina	**Minimo 100 g**	**Minimo 100 g**	**Minimo 120 g**	**Minimo 120 g**	**Minimo 120 g**
Postre (Dulce)	Cocada, chocolatina, panelita de leche	**13 g**	**13 g**	**13 g**	**13 g**	**13 g**

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
223,00	223,00	247,55	11,48	12,70	20,50	318,50	1,00	77,03
% DE ADECUACION		19,04%	35,32%	35,18%	9,70%	45,50%	17,82%	6,80%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	180,00	180,00	99,00	5,76	5,76	6,12	216,00	0,00	75,60
Menú 1	Cereal acompañante	A002	Almojabána, bogotana, horneada	30,00	30,00	85,50	3,90	3,69	9,18	96,00	0,66	0,00
Menú 1	Dulce/Postre	FT023	Mezcla frutos secos	13,00	13,00	63,05	1,82	3,25	5,20	6,50	0,34	1,43
Total general				223,00	223,00	247,55	11,48	12,70	20,50	318,50	1,00	77,03

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	260,00	326,90	7,44	10,92	48,84	179,10	0,85	165,80
% DE ADECUACION		25,15%	22,89%	30,25%	23,11%	25,59%	15,18%	14,63%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	180,00	180,00	145,80	5,22	5,04	20,16	160,20	0,00	72,00
Menú 2	Cereal acompañante	A023	Galletas dulces. Sin relleno	30,00	30,00	141,60	1,92	5,88	20,13	11,40	0,60	91,80
Menú 2	Fruta	C051	Mango común, crudo	100,00	50,00	39,50	0,30	0,00	8,55	7,50	0,25	2,00
Total general				310,00	260,00	326,90	7,44	10,92	48,84	179,10	0,85	165,80

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	280,00	333,80	10,47	11,71	45,46	212,60	1,23	362,10
% DE ADECUACION		25,68%	32,22%	32,44%	21,51%	30,37%	21,96%	31,96%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	180,00	180,00	153,00	6,30	5,40	19,80	180,00	0,00	135,00
Menú 3	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	30,00	30,00	110,10	3,12	6,24	10,05	27,00	0,60	225,00
Menú 3	Fruta	C010	Banano común, crudo	100,00	70,00	70,70	1,05	0,07	15,61	5,60	0,63	2,10
Total general				**310,00**	**280,00**	**333,80**	**10,47**	**11,71**	**45,46**	**212,60**	**1,23**	**362,10**

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ
Menú 1
Menú 10
Menú 11
Menú 12
Menú 13
Menú 14
Menú 15
Menú 16
Menú 17
Menú 18
Menú 19
Menú 2
Menú 20
Menú 3
Menú 4
Menú 5
Menú 6
Menú 7
Menú 8
Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	280,00	280,80	7,83	7,27	41,58	219,50	1,83	136,40
% DE ADECUACION		21,60%	24,09%	20,14%	19,68%	31,36%	32,68%	12,04%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	180,00	180,00	153,00	4,50	5,40	21,60	180,00	0,72	135,00
Menú 4	Cereal acompañante	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	30,00	30,00	90,00	2,70	1,80	12,00	15,00	0,90	0,00
Menú 4	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	100,00	70,00	37,80	0,63	0,07	7,98	24,50	0,21	1,40
Total general				310,00	280,00	280,80	7,83	7,27	41,58	219,50	1,83	136,40

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ
Menú 1
Menú 10
Menú 11
Menú 12
Menú 13
Menú 14
Menú 15
Menú 16
Menú 17
Menú 18
Menú 19
Menú 2
Menú 20
Menú 3
Menú 4
Menú 5
Menú 6
Menú 7
Menú 8
Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
223,00	223,00	258,97	8,45	6,14	42,28	217,50	2,37	279,60
% DE ADECUACION		19,92%	26,00%	17,01%	20,01%	31,07%	42,32%	24,68%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	180,00	180,00	99,00	5,76	5,76	6,12	216,00	0,00	75,60
Menú 5	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	30,00	30,00	114,90	2,43	0,12	25,50	1,50	2,37	204,00
Menú 5	Dulce/Postre	FT007	Dulce de Leche	13,00	13,00	45,07	0,26	0,26	10,66	0,00	0,00	0,00
Total general				223,00	223,00	258,97	8,45	6,14	42,28	217,50	2,37	279,60

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
223,00	193,00	170,50	6,48	9,89	13,92	236,67	0,21	83,79
% DE ADECUACION		13,12%	19,92%	27,41%	6,59%	33,81%	3,71%	7,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	180,00	180,00	99,00	5,76	5,76	6,12	216,00	0,00	75,60
Menú 6	Cereal acompañante	SC	Torta de naranja	30,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Dulce/Postre	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				223,00	193,00	170,50	6,48	9,89	13,92	236,67	0,21	83,79

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	295,00	347,70	9,32	12,47	48,50	208,00	0,74	263,60
% DE ADECUACION		26,75%	28,66%	34,54%	22,95%	29,71%	13,13%	23,27%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	180,00	180,00	153,00	6,30	5,40	19,80	180,00	0,00	135,00
Menú 7	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	30,00	30,00	133,50	2,76	6,90	14,67	14,40	0,48	126,90
Menú 7	Fruta	C054	Manzana común cruda	100,00	85,00	61,20	0,26	0,17	14,03	13,60	0,26	1,70
Total general				310,00	295,00	347,70	9,32	12,47	48,50	208,00	0,74	263,60

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	240,00	336,30	6,27	13,11	47,10	194,40	2,07	171,90
% DE ADECUACION		25,87%	19,29%	36,32%	22,29%	27,77%	36,96%	15,17%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	180,00	180,00	153,00	4,50	5,40	21,60	180,00	0,72	135,00
Menú 8	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	30,00	30,00	154,80	1,14	7,23	21,03	10,80	1,08	30,90
Menú 8	Fruta	C028	Granadilla, cruda	100,00	30,00	28,50	0,63	0,48	4,47	3,60	0,27	6,00
Total general				310,00	240,00	336,30	6,27	13,11	47,10	194,40	2,07	171,90

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	295,00	340,05	6,92	9,56	54,53	218,90	1,18	169,45
% DE ADECUACION		26,16%	21,28%	26,48%	25,80%	31,27%	21,07%	14,96%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Bebida con leche	G002	Kumis, entero, con azúcar	180,00	180,00	158,40	5,22	4,50	24,30	203,40	0,18	82,80
Menú 9	Cereal acompañante	A013	Brownie, de chocolate, horneado	30,00	30,00	128,10	1,44	4,89	19,26	8,70	0,66	85,80
Menú 9	Fruta	C071	Pera, cruda	100,00	85,00	53,55	0,26	0,17	10,97	6,80	0,34	0,85
Total general				310,00	295,00	340,05	6,92	9,56	54,53	218,90	1,18	169,45

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
423,00	223,00	274,03	7,58	10,88	36,21	242,12	0,76	161,40
% DE ADECUACION		21,08%	23,31%	30,15%	17,14%	34,59%	13,64%	14,25%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	180,00	180,00	99,00	5,76	5,76	6,12	216,00	0,00	75,60
Menú 10	Cereal acompañante	A013	Ponque	30,00	30,00	128,10	1,44	4,89	19,26	8,70	0,66	85,80
Menú 10	Dulce/Postre	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				423,00	223,00	274,03	7,58	10,88	36,21	242,12	0,76	161,40

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
223,00	223,00	297,50	8,34	11,28	39,83	187,20	0,60	297,00
% DE ADECUACION		22,88%	25,66%	31,25%	18,85%	26,74%	10,71%	26,21%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	180,00	180,00	145,80	5,22	5,04	20,16	160,20	0,00	72,00
Menú 11	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	30,00	30,00	110,10	3,12	6,24	10,05	27,00	0,60	225,00
Menú 11	Dulce/Postre	FT003	Dulce de Guayaba	13,00	13,00	41,60	0,00	0,00	9,62	0,00	0,00	0,00
Total general				223,00	223,00	297,50	8,34	11,28	39,83	187,20	0,60	297,00

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	280,00	305,70	9,36	5,59	53,28	206,00	2,58	340,40
% DE ADECUACION		23,52%	28,80%	15,48%	25,22%	29,43%	46,07%	30,04%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	180,00	180,00	153,00	6,30	5,40	19,80	180,00	0,00	135,00
Menú 12	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	30,00	30,00	114,90	2,43	0,12	25,50	1,50	2,37	204,00
Menú 12	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	100,00	70,00	37,80	0,63	0,07	7,98	24,50	0,21	1,40
Total general				310,00	280,00	305,70	9,36	5,59	53,28	206,00	2,58	340,40

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	280,00	255,20	10,71	9,52	30,91	317,60	1,29	77,70
% DE ADECUACION		19,63%	32,95%	26,37%	14,63%	45,37%	23,04%	6,86%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	180,00	180,00	99,00	5,76	5,76	6,12	216,00	0,00	75,60
Menú 13	Cereal acompañante	A002	Almojabána, bogotana, horneada	30,00	30,00	85,50	3,90	3,69	9,18	96,00	0,66	0,00
Menú 13	Fruta	C010	Banano común, crudo	100,00	70,00	70,70	1,05	0,07	15,61	5,60	0,63	2,10
Total general				310,00	280,00	255,20	10,71	9,52	30,91	317,60	1,29	77,70

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	260,00	282,50	9,30	7,20	40,35	202,50	1,15	137,00
% DE ADECUACION		21,73%	28,62%	19,94%	19,10%	28,93%	20,54%	12,09%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Bebida con leche	FT008	Avena líquida	180,00	180,00	153,00	6,30	5,40	19,80	180,00	0,00	135,00
Menú 14	Cereal acompañante	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	30,00	30,00	90,00	2,70	1,80	12,00	15,00	0,90	0,00
Menú 14	Fruta	C051	Mango común, crudo	100,00	50,00	39,50	0,30	0,00	8,55	7,50	0,25	2,00
Total general				310,00	260,00	282,50	9,30	7,20	40,35	202,50	1,15	137,00

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
223,00	223,00	340,71	7,47	13,37	46,98	195,31	1,36	265,67
% DE ADECUACION		26,21%	22,98%	37,02%	22,23%	27,90%	24,21%	23,45%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	FT001	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	180,00	180,00	153,00	4,50	5,40	21,60	180,00	0,72	135,00
Menú 15	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	30,00	30,00	133,50	2,76	6,90	14,67	14,40	0,48	126,90
Menú 15	Dulce/Postre	K014	Cocadas, con panela	13,00	13,00	54,21	0,21	1,07	10,71	0,91	0,16	3,77
Total general				**223,00**	**223,00**	**340,71**	**7,47**	**13,37**	**46,98**	**195,31**	**1,36**	**265,67**

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
223,00	223,00	312,43	8,36	17,54	30,15	237,62	0,82	167,70
% DE ADECUACION		24,03%	25,71%	48,60%	14,27%	33,95%	14,71%	14,80%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	180,00	180,00	99,00	5,76	5,76	6,12	216,00	0,00	75,60
Menú 16	Cereal acompañante	A042	Torta de Arequipe tipo brownie	30,00	30,00	166,50	2,22	11,55	13,20	4,20	0,72	92,10
Menú 16	Dulce/Postre	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				223,00	223,00	312,43	8,36	17,54	30,15	237,62	0,82	167,70

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	295,00	292,30	9,85	7,29	42,43	202,65	1,41	135,85
% DE ADECUACION		22,48%	30,31%	20,18%	20,08%	28,95%	25,18%	11,99%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	180,00	180,00	153,00	6,30	5,40	19,80	180,00	0,00	135,00
Menú 17	Cereal acompañante	FT016	Galleta Con relleno de fruta	30,00	30,00	90,00	2,70	1,80	12,00	15,00	0,90	0,00
Menú 17	Fruta	C023	Durazno, crudo	100,00	85,00	49,30	0,85	0,09	10,63	7,65	0,51	0,85
Total general				310,00	295,00	292,30	9,85	7,29	42,43	202,65	1,41	135,85

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
510,00	295,00	345,45	8,24	11,57	49,94	224,60	1,00	210,55
% DE ADECUACION		26,57%	25,34%	32,05%	23,63%	32,09%	17,86%	18,58%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Bebida con leche	G002	Kumis, entero, con azúcar	180,00	180,00	158,40	5,22	4,50	24,30	203,40	0,18	82,80
Menú 18	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	30,00	30,00	133,50	2,76	6,90	14,67	14,40	0,48	126,90
Menú 18	Fruta	C071	Pera, cruda	100,00	85,00	53,55	0,26	0,17	10,97	6,80	0,34	0,85
Total general				510,00	295,00	345,45	8,24	11,57	49,94	224,60	1,00	210,55

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
310,00	240,00	336,30	6,27	13,11	47,10	194,40	2,07	171,90
% DE ADECUACION		25,87%	19,29%	36,32%	22,29%	27,77%	36,96%	15,17%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	180,00	180,00	153,00	4,50	5,40	21,60	180,00	0,72	135,00
Menú 19	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	30,00	30,00	154,80	1,14	7,23	21,03	10,80	1,08	30,90
Menú 19	Fruta	C028	Granadilla, cruda	100,00	30,00	28,50	0,63	0,48	4,47	3,60	0,27	6,00
Total general				310,00	240,00	336,30	6,27	13,11	47,10	194,40	2,07	171,90

GRUPO 1 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*32,5*	*36,1*	*211,3*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
223,00	193,00	170,50	6,48	9,89	13,92	236,67	0,21	83,79
% DE ADECUACION		13,12%	19,92%	27,41%	6,59%	33,81%	3,71%	7,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	180,00	180,00	99,00	5,76	5,76	6,12	216,00	0,00	75,60
Menú 20	Cereal acompañante	SC	Torta de naranja	30,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Dulce/Postre	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				223,00	193,00	170,50	6,48	9,89	13,92	236,67	0,21	83,79

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
253,00	253,00	287,05	13,42	14,57	24,24	374,50	1,22	85,43
% DE ADECUACION		17,62%	32,97%	32,16%	9,16%	46,81%	19,65%	7,12%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 1	Cereal acompañante	A002	Almojabána, bogotana, horneada	40,00	40,00	114,00	5,20	4,92	12,24	128,00	0,88	0,00
Menú 1	Dulce/Postre	FT023	Mezcla frutos secos	13,00	13,00	63,05	1,82	3,25	5,20	6,50	0,34	1,43
Total general				253,00	253,00	287,05	13,42	14,57	24,24	374,50	1,22	85,43

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	290,00	390,30	8,66	13,44	57,79	200,70	1,05	204,40
% DE ADECUACION		23,96%	21,28%	29,67%	21,83%	25,09%	16,94%	17,03%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	200,00	200,00	162,00	5,80	5,60	22,40	178,00	0,00	80,00
Menú 2	Cereal acompañante	A023	Galletas dulces. Sin relleno	40,00	40,00	188,80	2,56	7,84	26,84	15,20	0,80	122,40
Menú 2	Fruta	C051	Mango común, crudo	100,00	50,00	39,50	0,30	0,00	8,55	7,50	0,25	2,00
Total general				340,00	290,00	390,30	8,66	13,44	57,79	200,70	1,05	204,40

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	310,00	387,50	12,21	14,39	51,01	241,60	1,43	452,10
% DE ADECUACION		23,79%	30,00%	31,77%	19,27%	30,20%	23,06%	37,68%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 3	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	40,00	40,00	146,80	4,16	8,32	13,40	36,00	0,80	300,00
Menú 3	Fruta	C010	Banano común, crudo	100,00	70,00	70,70	1,05	0,07	15,61	5,60	0,63	2,10
Total general				340,00	310,00	387,50	12,21	14,39	51,01	241,60	1,43	452,10

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ
Menú 1
Menú 10
Menú 11
Menú 12
Menú 13
Menú 14
Menú 15
Menú 16
Menú 17
Menú 18
Menú 19
Menú 2
Menú 20
Menú 3
Menú 4
Menú 5
Menú 6
Menú 7
Menú 8
Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	310,00	327,80	9,23	8,47	47,98	244,50	2,21	151,40
% DE ADECUACION		20,12%	22,68%	18,70%	18,13%	30,56%	35,65%	12,62%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 4	Cereal acompañante	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	40,00	40,00	120,00	3,60	2,40	16,00	20,00	1,20	0,00
Menú 4	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	100,00	70,00	37,80	0,63	0,07	7,98	24,50	0,21	1,40
Total general				340,00	310,00	327,80	9,23	8,47	47,98	244,50	2,21	151,40

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
253,00	253,00	308,27	9,90	6,82	51,46	242,00	3,16	356,00
% DE ADECUACION		18,92%	24,32%	15,06%	19,44%	30,25%	50,97%	29,67%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 5	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	40,00	40,00	153,20	3,24	0,16	34,00	2,00	3,16	272,00
Menú 5	Dulce/Postre	FT007	Dulce de Leche	13,00	13,00	45,07	0,26	0,26	10,66	0,00	0,00	0,00
Total general				253,00	253,00	308,27	9,90	6,82	51,46	242,00	3,16	356,00

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
253,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19
% DE ADECUACION		11,14%	17,48%	23,25%	5,52%	32,58%	3,35%	7,68%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 6	Cereal acompañante	SC	Torta de naranja	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Dulce/Postre	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				253,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	325,00	409,20	10,94	15,37	55,59	232,80	0,90	320,90
% DE ADECUACION		25,12%	26,87%	33,93%	21,00%	29,10%	14,44%	26,74%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 7	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	40,00	40,00	178,00	3,68	9,20	19,56	19,20	0,64	169,20
Menú 7	Fruta	C054	Manzana común cruda	100,00	85,00	61,20	0,26	0,17	14,03	13,60	0,26	1,70
Total general				340,00	325,00	409,20	10,94	15,37	55,59	232,80	0,90	320,90

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	270,00	404,90	7,15	16,12	56,51	218,00	2,51	197,20
% DE ADECUACION		24,86%	17,57%	35,58%	21,35%	27,25%	40,48%	16,43%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 8	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	40,00	40,00	206,40	1,52	9,64	28,04	14,40	1,44	41,20
Menú 8	Fruta	C028	Granadilla, cruda	100,00	30,00	28,50	0,63	0,48	4,47	3,60	0,27	6,00
Total general				340,00	270,00	404,90	7,15	16,12	56,51	218,00	2,51	197,20

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	325,00	400,35	7,98	11,69	63,65	244,40	1,42	207,25
% DE ADECUACION		24,58%	19,59%	25,81%	24,04%	30,55%	22,90%	17,27%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Bebida con leche	G002	Kumis, entero, con azúcar	200,00	200,00	176,00	5,80	5,00	27,00	226,00	0,20	92,00
Menú 9	Cereal acompañante	A013	Brownie, de chocolate, horneado	40,00	40,00	170,80	1,92	6,52	25,68	11,60	0,88	114,40
Menú 9	Fruta	C071	Pera, cruda	100,00	85,00	53,55	0,26	0,17	10,97	6,80	0,34	0,85
Total general				340,00	325,00	400,35	7,98	11,69	63,65	244,40	1,42	207,25

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
453,00	253,00	327,73	8,70	13,15	43,31	269,02	0,98	198,40
% DE ADECUACION		**20,12%**	**21,37%**	**29,04%**	**16,36%**	**33,63%**	**15,87%**	**16,53%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	**Agua**	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	**Bebida con leche**	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 10	**Cereal acompañante**	A013	Ponque	40,00	40,00	170,80	1,92	6,52	25,68	11,60	0,88	114,40
Menú 10	**Dulce/Postre**	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				**453,00**	**253,00**	**327,73**	**8,70**	**13,15**	**43,31**	**269,02**	**0,98**	**198,40**

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
253,00	253,00	350,40	9,96	13,92	45,42	214,00	0,80	380,00
% DE ADECUACION		21,51%	24,47%	30,73%	17,16%	26,75%	12,90%	31,67%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	200,00	200,00	162,00	5,80	5,60	22,40	178,00	0,00	80,00
Menú 11	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	40,00	40,00	146,80	4,16	8,32	13,40	36,00	0,80	300,00
Menú 11	Dulce/Postre	FT003	Dulce de Guayaba	13,00	13,00	41,60	0,00	0,00	9,62	0,00	0,00	0,00
Total general				253,00	253,00	350,40	9,96	13,92	45,42	214,00	0,80	380,00

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ
Menú 1
Menú 10
Menú 11
Menú 12
Menú 13
Menú 14
Menú 15
Menú 16
Menú 17
Menú 18
Menú 19
Menú 2
Menú 20
Menú 3
Menú 4
Menú 5
Menú 6
Menú 7
Menú 8
Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	310,00	361,00	10,87	6,23	63,98	226,50	3,37	423,40
% DE ADECUACION		22,16%	26,71%	13,75%	24,17%	28,31%	54,35%	35,28%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 12	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	40,00	40,00	153,20	3,24	0,16	34,00	2,00	3,16	272,00
Menú 12	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	100,00	70,00	37,80	0,63	0,07	7,98	24,50	0,21	1,40
Total general				340,00	310,00	361,00	10,87	6,23	63,98	226,50	3,37	423,40

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	310,00	294,70	12,65	11,39	34,65	373,60	1,51	86,10
% DE ADECUACION		**18,09%**	**31,08%**	**25,14%**	**13,09%**	**46,70%**	**24,35%**	**7,18%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	**Bebida con leche**	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 13	**Cereal acompañante**	A002	Almojabána, bogotana, horneada	40,00	40,00	114,00	5,20	4,92	12,24	128,00	0,88	0,00
Menú 13	**Fruta**	C010	Banano común, crudo	100,00	70,00	70,70	1,05	0,07	15,61	5,60	0,63	2,10
Total general				**340,00**	**310,00**	**294,70**	**12,65**	**11,39**	**34,65**	**373,60**	**1,51**	**86,10**

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	290,00	329,50	10,90	8,40	46,55	227,50	1,45	152,00
% DE ADECUACION		**20,23%**	**26,78%**	**18,54%**	**17,59%**	**28,44%**	**23,39%**	**12,67%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Bebida con leche	FT008	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 14	Cereal acompañante	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	40,00	40,00	120,00	3,60	2,40	16,00	20,00	1,20	0,00
Menú 14	Fruta	C051	Mango común, crudo	100,00	50,00	39,50	0,30	0,00	8,55	7,50	0,25	2,00
Total general				**340,00**	**290,00**	**329,50**	**10,90**	**8,40**	**46,55**	**227,50**	**1,45**	**152,00**

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ
Menú 1
Menú 10
Menú 11
Menú 12
Menú 13
Menú 14
Menú 15
Menú 16
Menú 17
Menú 18
Menú 19
Menú 2
Menú 20
Menú 3
Menú 4
Menú 5
Menú 6
Menú 7
Menú 8
Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
253,00	253,00	402,21	8,89	16,27	54,27	220,11	1,60	322,97
% DE ADECUACION		24,69%	21,84%	35,91%	20,50%	27,51%	25,74%	26,91%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	FT001	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 15	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	40,00	40,00	178,00	3,68	9,20	19,56	19,20	0,64	169,20
Menú 15	Dulce/Postre	K014	Cocadas, con panela	13,00	13,00	54,21	0,21	1,07	10,71	0,91	0,16	3,77
Total general				253,00	253,00	402,21	8,89	16,27	54,27	220,11	1,60	322,97

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
253,00	253,00	378,93	9,74	22,03	35,23	263,02	1,06	206,80
% DE ADECUACION		**23,26%**	**23,92%**	**48,64%**	**13,31%**	**32,88%**	**17,16%**	**17,23%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	**Bebida con leche**	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 16	**Cereal acompañante**	A042	Torta de Arequipe tipo brownie	40,00	40,00	222,00	2,96	15,40	17,60	5,60	0,96	122,80
Menú 16	**Dulce/Postre**	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				**253,00**	**253,00**	**378,93**	**9,74**	**22,03**	**35,23**	**263,02**	**1,06**	**206,80**

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	325,00	339,30	11,45	8,49	48,63	227,65	1,71	150,85
% DE ADECUACION		**20,83%**	**28,13%**	**18,73%**	**18,37%**	**28,46%**	**27,58%**	**12,57%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 17	Cereal acompañante	FT016	Galleta Con relleno de fruta	40,00	40,00	120,00	3,60	2,40	16,00	20,00	1,20	0,00
Menú 17	Fruta	C023	Durazno, crudo	100,00	85,00	49,30	0,85	0,09	10,63	7,65	0,51	0,85
Total general				**340,00**	**325,00**	**339,30**	**11,45**	**8,49**	**48,63**	**227,65**	**1,71**	**150,85**

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
540,00	325,00	407,55	9,74	14,37	57,53	252,00	1,18	262,05
% DE ADECUACION		25,02%	23,92%	31,72%	21,73%	31,50%	19,03%	21,84%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Bebida con leche	G002	Kumis, entero, con azúcar	200,00	200,00	176,00	5,80	5,00	27,00	226,00	0,20	92,00
Menú 18	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	40,00	40,00	178,00	3,68	9,20	19,56	19,20	0,64	169,20
Menú 18	Fruta	C071	Pera, cruda	100,00	85,00	53,55	0,26	0,17	10,97	6,80	0,34	0,85
Total general				540,00	325,00	407,55	9,74	14,37	57,53	252,00	1,18	262,05

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
340,00	270,00	404,90	7,15	16,12	56,51	218,00	2,51	197,20
% DE ADECUACION		**24,86%**	**17,57%**	**35,58%**	**21,35%**	**27,25%**	**40,48%**	**16,43%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 19	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	40,00	40,00	206,40	1,52	9,64	28,04	14,40	1,44	41,20
Menú 19	Fruta	C028	Granadilla, cruda	100,00	30,00	28,50	0,63	0,48	4,47	3,60	0,27	6,00
Total general				**340,00**	**270,00**	**404,90**	**7,15**	**16,12**	**56,51**	**218,00**	**2,51**	**197,20**

GRUPO 2 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*40,7*	*45,3*	*264,7*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
253,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19
% DE ADECUACION		11,14%	17,48%	23,25%	5,52%	32,58%	3,35%	7,68%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 20	Cereal acompañante	SC	Torta de naranja	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Dulce/Postre	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				253,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
273,00	273,00	344,05	16,02	17,03	30,36	438,50	1,66	85,43
% DE ADECUACION		**17,25%**	**32,10%**	**30,74%**	**9,37%**	**39,86%**	**19,06%**	**5,70%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	**Bebida con leche**	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 1	**Cereal acompañante**	A002	Almojabána, bogotana, horneada	60,00	60,00	171,00	7,80	7,38	18,36	192,00	1,32	0,00
Menú 1	**Dulce/Postre**	FT023	Mezcla frutos secos	13,00	13,00	63,05	1,82	3,25	5,20	6,50	0,34	1,43
Total general				**273,00**	**273,00**	**344,05**	**16,02**	**17,03**	**30,36**	**438,50**	**1,66**	**85,43**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	320,00	492,60	10,00	17,36	72,92	209,80	1,50	266,00
% DE ADECUACION		24,70%	20,04%	31,34%	22,51%	19,07%	17,24%	17,73%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	200,00	200,00	162,00	5,80	5,60	22,40	178,00	0,00	80,00
Menú 2	Cereal acompañante	A023	Galletas dulces. Sin relleno	60,00	60,00	283,20	3,84	11,76	40,26	22,80	1,20	183,60
Menú 2	Fruta	C051	Mango común, crudo	120,00	60,00	47,40	0,36	0,00	10,26	9,00	0,30	2,40
Total general				380,00	320,00	492,60	10,00	17,36	72,92	209,80	1,50	266,00

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	344,00	475,04	14,50	18,56	60,83	260,72	1,96	602,52
% DE ADECUACION		23,82%	29,06%	33,51%	18,78%	23,70%	22,48%	40,17%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 3	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	60,00	60,00	220,20	6,24	12,48	20,10	54,00	1,20	450,00
Menú 3	Fruta	C010	Banano común, crudo	120,00	84,00	84,84	1,26	0,08	18,73	6,72	0,76	2,52
Total general				**380,00**	**344,00**	**475,04**	**14,50**	**18,56**	**60,83**	**260,72**	**1,96**	**602,52**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	344,00	395,36	11,16	9,68	57,58	259,40	2,85	151,68
% DE ADECUACION		**19,83%**	**22,36%**	**17,48%**	**17,77%**	**23,58%**	**32,78%**	**10,11%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	**Bebida con leche**	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 4	**Cereal acompañante**	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	60,00	60,00	180,00	5,40	3,60	24,00	30,00	1,80	0,00
Menú 4	**Fruta**	C050	Mandarina Arrayana	120,00	84,00	45,36	0,76	0,08	9,58	29,40	0,25	1,68
Total general				**380,00**	**344,00**	**395,36**	**11,16**	**9,68**	**57,58**	**259,40**	**2,85**	**151,68**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
273,00	273,00	384,87	11,52	6,90	68,46	243,00	4,74	492,00
% DE ADECUACION		19,30%	23,09%	12,45%	21,13%	22,09%	54,48%	32,80%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 5	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	60,00	60,00	229,80	4,86	0,24	51,00	3,00	4,74	408,00
Menú 5	Dulce/Postre	FT007	Dulce de Leche	13,00	13,00	45,07	0,26	0,26	10,66	0,00	0,00	0,00
Total general				273,00	273,00	384,87	11,52	6,90	68,46	243,00	4,74	492,00

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
273,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19
% DE ADECUACION		9,10%	14,26%	19,01%	4,51%	23,70%	2,39%	6,15%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 6	Cereal acompañante	SC	Torta de naranja	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Dulce/Postre	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				273,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	362,00	510,44	12,83	20,00	68,17	245,12	1,27	405,84
% DE ADECUACION		25,60%	25,70%	36,11%	21,04%	22,28%	14,55%	27,06%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 7	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	60,00	60,00	267,00	5,52	13,80	29,34	28,80	0,96	253,80
Menú 7	Fruta	C054	Manzana común cruda	120,00	102,00	73,44	0,31	0,20	16,83	16,32	0,31	2,04
Total general				380,00	362,00	510,44	12,83	20,00	68,17	245,12	1,27	405,84

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	296,00	513,80	8,04	21,04	71,42	225,92	3,28	219,00
% DE ADECUACION		25,77%	16,10%	37,97%	22,04%	20,54%	37,75%	14,60%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 8	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	60,00	60,00	309,60	2,28	14,46	42,06	21,60	2,16	61,80
Menú 8	Fruta	C028	Granadilla, cruda	120,00	36,00	34,20	0,76	0,58	5,36	4,32	0,32	7,20
Total general				380,00	296,00	513,80	8,04	21,04	71,42	225,92	3,28	219,00

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	362,00	496,46	8,99	14,98	78,68	251,56	1,93	264,62
% DE ADECUACION		**24,90%**	**18,01%**	**27,05%**	**24,28%**	**22,87%**	**22,16%**	**17,64%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	**Bebida con leche**	G002	Kumis, entero, con azúcar	200,00	200,00	176,00	5,80	5,00	27,00	226,00	0,20	92,00
Menú 9	**Cereal acompañante**	A013	Brownie, de chocolate, horneado	60,00	60,00	256,20	2,88	9,78	38,52	17,40	1,32	171,60
Menú 9	**Fruta**	C071	Pera, cruda	120,00	102,00	64,26	0,31	0,20	13,16	8,16	0,41	1,02
Total general				**380,00**	**362,00**	**496,46**	**8,99**	**14,98**	**78,68**	**251,56**	**1,93**	**264,62**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
473,00	273,00	413,13	9,66	16,41	56,15	274,82	1,42	255,60
% DE ADECUACION		20,72%	19,35%	29,63%	17,33%	24,98%	16,37%	17,04%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 10	Cereal acompañante	A013	Ponque	60,00	60,00	256,20	2,88	9,78	38,52	17,40	1,32	171,60
Menú 10	Dulce/Postre	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				**473,00**	**273,00**	**413,13**	**9,66**	**16,41**	**56,15**	**274,82**	**1,42**	**255,60**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
273,00	273,00	423,80	12,04	18,08	52,12	232,00	1,20	530,00
% DE ADECUACION		21,25%	24,13%	32,64%	16,09%	21,09%	13,79%	35,33%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	200,00	200,00	162,00	5,80	5,60	22,40	178,00	0,00	80,00
Menú 11	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	60,00	60,00	220,20	6,24	12,48	20,10	54,00	1,20	450,00
Menú 11	Dulce/Postre	FT003	Dulce de Guayaba	13,00	13,00	41,60	0,00	0,00	9,62	0,00	0,00	0,00
Total general				**273,00**	**273,00**	**423,80**	**12,04**	**18,08**	**52,12**	**232,00**	**1,20**	**530,00**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	344,00	445,16	12,62	6,32	82,58	232,40	4,99	559,68
% DE ADECUACION		22,32%	25,28%	11,42%	25,49%	21,13%	57,38%	37,31%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 12	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	60,00	60,00	229,80	4,86	0,24	51,00	3,00	4,74	408,00
Menú 12	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	120,00	84,00	45,36	0,76	0,08	9,58	29,40	0,25	1,68
Total general				380,00	344,00	445,16	12,62	6,32	82,58	232,40	4,99	559,68

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	344,00	365,84	15,46	13,86	43,89	438,72	2,08	86,52
% DE ADECUACION		18,35%	30,98%	25,03%	13,55%	39,88%	23,86%	5,77%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 13	Cereal acompañante	A002	Almojabána, bogotana, horneada	60,00	60,00	171,00	7,80	7,38	18,36	192,00	1,32	0,00
Menú 13	Fruta	C010	Banano común, crudo	120,00	84,00	84,84	1,26	0,08	18,73	6,72	0,76	2,52
Total general				**380,00**	**344,00**	**365,84**	**15,46**	**13,86**	**43,89**	**438,72**	**2,08**	**86,52**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	320,00	397,40	12,76	9,60	56,26	239,00	2,10	152,40
% DE ADECUACION		19,93%	25,57%	17,33%	17,36%	21,73%	24,14%	10,16%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Bebida con leche	FT008	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 14	Cereal acompañante	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	60,00	60,00	180,00	5,40	3,60	24,00	30,00	1,80	0,00
Menú 14	Fruta	C051	Mango común, crudo	120,00	60,00	47,40	0,36	0,00	10,26	9,00	0,30	2,40
Total general				**380,00**	**320,00**	**397,40**	**12,76**	**9,60**	**56,26**	**239,00**	**2,10**	**152,40**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
273,00	273,00	491,21	10,73	20,87	64,05	229,71	1,92	407,57
% DE ADECUACION		24,63%	21,50%	37,66%	19,77%	20,88%	22,02%	27,17%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	FT001	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 15	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	60,00	60,00	267,00	5,52	13,80	29,34	28,80	0,96	253,80
Menú 15	Dulce/Postre	K014	Cocadas, con panela	13,00	13,00	54,21	0,21	1,07	10,71	0,91	0,16	3,77
Total general				273,00	273,00	491,21	10,73	20,87	64,05	229,71	1,92	407,57

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
273,00	273,00	489,93	11,22	29,73	44,03	265,82	1,54	268,20
% DE ADECUACION		24,57%	22,48%	53,67%	13,59%	24,17%	17,75%	17,88%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 16	Cereal acompañante	A042	Torta de Arequipe tipo brownie	60,00	60,00	333,00	4,44	23,10	26,40	8,40	1,44	184,20
Menú 16	Dulce/Postre	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				273,00	273,00	489,93	11,22	29,73	44,03	265,82	1,54	268,20

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	362,00	409,16	13,42	9,70	58,75	239,18	2,41	151,02
% DE ADECUACION		20,52%	26,89%	17,51%	18,13%	21,74%	27,72%	10,07%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 17	Cereal acompañante	FT016	Galleta Con relleno de fruta	60,00	60,00	180,00	5,40	3,60	24,00	30,00	1,80	0,00
Menú 17	Fruta	C023	Durazno, crudo	120,00	102,00	59,16	1,02	0,10	12,75	9,18	0,61	1,02
Total general				380,00	362,00	409,16	13,42	9,70	58,75	239,18	2,41	151,02

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
580,00	362,00	507,26	11,63	19,00	69,50	262,96	1,57	346,82
% DE ADECUACION		25,44%	23,30%	34,30%	21,45%	23,91%	18,02%	23,12%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Bebida con leche	G002	Kumis, entero, con azúcar	200,00	200,00	176,00	5,80	5,00	27,00	226,00	0,20	92,00
Menú 18	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	60,00	60,00	267,00	5,52	13,80	29,34	28,80	0,96	253,80
Menú 18	Fruta	C071	Pera, cruda	120,00	102,00	64,26	0,31	0,20	13,16	8,16	0,41	1,02
Total general				**580,00**	**362,00**	**507,26**	**11,63**	**19,00**	**69,50**	**262,96**	**1,57**	**346,82**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	296,00	513,80	8,04	21,04	71,42	225,92	3,28	219,00
% DE ADECUACION		25,77%	16,10%	37,97%	22,04%	20,54%	37,75%	14,60%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 19	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	60,00	60,00	309,60	2,28	14,46	42,06	21,60	2,16	61,80
Menú 19	Fruta	C028	Granadilla, cruda	120,00	36,00	34,20	0,76	0,58	5,36	4,32	0,32	7,20
Total general				**380,00**	**296,00**	**513,80**	**8,04**	**21,04**	**71,42**	**225,92**	**3,28**	**219,00**

GRUPO 3 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*49,9*	*55,4*	*324*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
273,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19
% DE ADECUACION		9,10%	14,26%	19,01%	4,51%	23,70%	2,39%	6,15%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 20	Cereal acompañante	SC	Torta de naranja	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Dulce/Postre	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				273,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
293,00	293,00	401,05	18,62	19,49	36,48	502,50	2,10	85,43
% DE ADECUACION		16,10%	29,89%	28,16%	9,01%	45,68%	22,08%	5,70%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 1	Cereal acompañante	A002	Almojabána, bogotana, horneada	80,00	80,00	228,00	10,40	9,84	24,48	256,00	1,76	0,00
Menú 1	Dulce/Postre	FT023	Mezcla frutos secos	13,00	13,00	63,05	1,82	3,25	5,20	6,50	0,34	1,43
Total general				**293,00**	**293,00**	**401,05**	**18,62**	**19,49**	**36,48**	**502,50**	**2,10**	**85,43**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	340,00	587,00	11,28	21,28	86,34	217,40	1,90	327,20
% DE ADECUACION		23,56%	18,11%	30,75%	21,33%	19,76%	20,00%	21,81%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	200,00	200,00	162,00	5,80	5,60	22,40	178,00	0,00	80,00
Menú 2	Cereal acompañante	A023	Galletas dulces. Sin relleno	80,00	80,00	377,60	5,12	15,68	53,68	30,40	1,60	244,80
Menú 2	Fruta	C051	Mango común, crudo	120,00	60,00	47,40	0,36	0,00	10,26	9,00	0,30	2,40
Total general				400,00	340,00	587,00	11,28	21,28	86,34	217,40	1,90	327,20

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	364,00	548,44	16,58	22,72	67,53	278,72	2,36	752,52
% DE ADECUACION		22,02%	26,61%	32,84%	16,68%	25,34%	24,80%	50,17%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 3	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	80,00	80,00	293,60	8,32	16,64	26,80	72,00	1,60	600,00
Menú 3	Fruta	C010	Banano común, crudo	120,00	84,00	84,84	1,26	0,08	18,73	6,72	0,76	2,52
Total general				400,00	364,00	548,44	16,58	22,72	67,53	278,72	2,36	752,52

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	364,00	455,36	12,96	10,88	65,58	269,40	3,45	151,68
% DE ADECUACION		18,28%	20,80%	15,73%	16,20%	24,49%	36,34%	10,11%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 4	Cereal acompañante	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	80,00	80,00	240,00	7,20	4,80	32,00	40,00	2,40	0,00
Menú 4	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	120,00	84,00	45,36	0,76	0,08	9,58	29,40	0,25	1,68
Total general				400,00	364,00	455,36	12,96	10,88	65,58	269,40	3,45	151,68

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
293,00	293,00	461,47	13,14	6,98	85,46	244,00	6,32	628,00
% DE ADECUACION		18,53%	21,09%	10,09%	21,11%	22,18%	66,53%	41,87%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 5	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	80,00	80,00	306,40	6,48	0,32	68,00	4,00	6,32	544,00
Menú 5	Dulce/Postre	FT007	Dulce de Leche	13,00	13,00	45,07	0,26	0,26	10,66	0,00	0,00	0,00
Total general				293,00	293,00	461,47	13,14	6,98	85,46	244,00	6,32	628,00

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
293,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19
% DE ADECUACION		7,29%	11,42%	15,22%	3,61%	23,70%	2,19%	6,15%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	**Bebida con leche**	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 6	**Cereal acompañante**	SC	Torta de naranja	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	**Dulce/Postre**	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				**293,00**	**213,00**	**181,50**	**7,12**	**10,53**	**14,60**	**260,67**	**0,21**	**92,19**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	382,00	599,44	14,67	24,60	77,95	254,72	1,59	490,44
% DE ADECUACION		24,06%	23,54%	35,55%	19,26%	23,16%	16,69%	32,70%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 7	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	80,00	80,00	356,00	7,36	18,40	39,12	38,40	1,28	338,40
Menú 7	Fruta	C054	Manzana común cruda	120,00	102,00	73,44	0,31	0,20	16,83	16,32	0,31	2,04
Total general				400,00	382,00	599,44	14,67	24,60	77,95	254,72	1,59	490,44

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	316,00	617,00	8,80	25,86	85,44	233,12	4,00	239,60
% DE ADECUACION		24,77%	14,12%	37,36%	21,11%	21,19%	42,15%	15,97%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 8	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	80,00	80,00	412,80	3,04	19,28	56,08	28,80	2,88	82,40
Menú 8	Fruta	C028	Granadilla, cruda	120,00	36,00	34,20	0,76	0,58	5,36	4,32	0,32	7,20
Total general				**400,00**	**316,00**	**617,00**	**8,80**	**25,86**	**85,44**	**233,12**	**4,00**	**239,60**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	382,00	581,86	9,95	18,24	91,52	257,36	2,37	321,82
% DE ADECUACION		23,36%	15,96%	26,36%	22,61%	23,40%	24,93%	21,45%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Bebida con leche	G002	Kumis, entero, con azúcar	200,00	200,00	176,00	5,80	5,00	27,00	226,00	0,20	92,00
Menú 9	Cereal acompañante	A013	Brownie, de chocolate, horneado	80,00	80,00	341,60	3,84	13,04	51,36	23,20	1,76	228,80
Menú 9	Fruta	C071	Pera, cruda	120,00	102,00	64,26	0,31	0,20	13,16	8,16	0,41	1,02
Total general				400,00	382,00	581,86	9,95	18,24	91,52	257,36	2,37	321,82

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
493,00	293,00	498,53	10,62	19,67	68,99	280,62	1,86	312,80
% DE ADECUACION		20,01%	17,04%	28,43%	17,04%	25,51%	19,62%	20,85%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 10	Cereal acompañante	A013	Ponque	80,00	80,00	341,60	3,84	13,04	51,36	23,20	1,76	228,80
Menú 10	Dulce/Postre	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				493,00	293,00	498,53	10,62	19,67	68,99	280,62	1,86	312,80

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
293,00	293,00	497,20	14,12	22,24	58,82	250,00	1,60	680,00
% DE ADECUACION		19,96%	22,66%	32,14%	14,53%	22,73%	16,84%	45,33%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	200,00	200,00	162,00	5,80	5,60	22,40	178,00	0,00	80,00
Menú 11	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	80,00	80,00	293,60	8,32	16,64	26,80	72,00	1,60	600,00
Menú 11	Dulce/Postre	FT003	Dulce de Guayaba	13,00	13,00	41,60	0,00	0,00	9,62	0,00	0,00	0,00
Total general				**293,00**	**293,00**	**497,20**	**14,12**	**22,24**	**58,82**	**250,00**	**1,60**	**680,00**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	364,00	521,76	14,24	6,40	99,58	233,40	6,57	695,68
% DE ADECUACION		20,95%	22,85%	9,25%	24,60%	21,22%	69,18%	46,38%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 12	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	80,00	80,00	306,40	6,48	0,32	68,00	4,00	6,32	544,00
Menú 12	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	120,00	84,00	45,36	0,76	0,08	9,58	29,40	0,25	1,68
Total general				**400,00**	**364,00**	**521,76**	**14,24**	**6,40**	**99,58**	**233,40**	**6,57**	**695,68**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	364,00	422,84	18,06	16,32	50,01	502,72	2,52	86,52
% DE ADECUACION		16,97%	28,99%	23,59%	12,35%	45,70%	26,48%	5,77%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	**Bebida con leche**	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 13	**Cereal acompañante**	A002	Almojabána, bogotana, horneada	80,00	80,00	228,00	10,40	9,84	24,48	256,00	1,76	0,00
Menú 13	**Fruta**	C010	Banano común, crudo	120,00	84,00	84,84	1,26	0,08	18,73	6,72	0,76	2,52
Total general				**400,00**	**364,00**	**422,84**	**18,06**	**16,32**	**50,01**	**502,72**	**2,52**	**86,52**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	340,00	457,40	14,56	10,80	64,26	249,00	2,70	152,40
% DE ADECUACION		**18,36%**	**23,37%**	**15,61%**	**15,87%**	**22,64%**	**28,42%**	**10,16%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	**Bebida con leche**	FT008	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 14	**Cereal acompañante**	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	80,00	80,00	240,00	7,20	4,80	32,00	40,00	2,40	0,00
Menú 14	**Fruta**	C051	Mango común, crudo	120,00	60,00	47,40	0,36	0,00	10,26	9,00	0,30	2,40
Total general				**400,00**	**340,00**	**457,40**	**14,56**	**10,80**	**64,26**	**249,00**	**2,70**	**152,40**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
293,00	293,00	580,21	12,57	25,47	73,83	239,31	2,24	492,17
% DE ADECUACION		23,29%	20,17%	36,80%	18,24%	21,76%	23,54%	32,81%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	FT001	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 15	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	80,00	80,00	356,00	7,36	18,40	39,12	38,40	1,28	338,40
Menú 15	Dulce/Postre	K014	Cocadas, con panela	13,00	13,00	54,21	0,21	1,07	10,71	0,91	0,16	3,77
Total general				**293,00**	**293,00**	**580,21**	**12,57**	**25,47**	**73,83**	**239,31**	**2,24**	**492,17**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
293,00	293,00	600,93	12,70	37,43	52,83	268,62	2,02	329,60
% DE ADECUACION		24,12%	20,38%	54,10%	13,05%	24,42%	21,31%	21,97%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 16	Cereal acompañante	A042	Torta de Arequipe tipo brownie	80,00	80,00	444,00	5,92	30,80	35,20	11,20	1,92	245,60
Menú 16	Dulce/Postre	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				293,00	293,00	600,93	12,70	37,43	52,83	268,62	2,02	329,60

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	382,00	469,16	15,22	10,90	66,75	249,18	3,01	151,02
% DE ADECUACION		18,83%	24,43%	15,75%	16,49%	22,65%	31,71%	10,07%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 17	Cereal acompañante	FT016	Galleta Con relleno de fruta	80,00	80,00	240,00	7,20	4,80	32,00	40,00	2,40	0,00
Menú 17	Fruta	C023	Durazno, crudo	120,00	102,00	59,16	1,02	0,10	12,75	9,18	0,61	1,02
Total general				**400,00**	**382,00**	**469,16**	**15,22**	**10,90**	**66,75**	**249,18**	**3,01**	**151,02**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
600,00	382,00	596,26	13,47	23,60	79,28	272,56	1,89	431,42
% DE ADECUACION		23,94%	21,61%	34,11%	19,58%	24,78%	19,87%	28,76%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	**Agua**	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	**Bebida con leche**	G002	Kumis, entero, con azúcar	200,00	200,00	176,00	5,80	5,00	27,00	226,00	0,20	92,00
Menú 18	**Cereal acompañante**	A016	Mantecada, horneada	80,00	80,00	356,00	7,36	18,40	39,12	38,40	1,28	338,40
Menú 18	**Fruta**	C071	Pera, cruda	120,00	102,00	64,26	0,31	0,20	13,16	8,16	0,41	1,02
Total general				**600,00**	**382,00**	**596,26**	**13,47**	**23,60**	**79,28**	**272,56**	**1,89**	**431,42**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
400,00	316,00	617,00	8,80	25,86	85,44	233,12	4,00	239,60
% DE ADECUACION		24,77%	14,12%	37,36%	21,11%	21,19%	42,15%	15,97%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 19	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	80,00	80,00	412,80	3,04	19,28	56,08	28,80	2,88	82,40
Menú 19	Fruta	C028	Granadilla, cruda	120,00	36,00	34,20	0,76	0,58	5,36	4,32	0,32	7,20
Total general				**400,00**	**316,00**	**617,00**	**8,80**	**25,86**	**85,44**	**233,12**	**4,00**	**239,60**

GRUPO 4 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*62,3*	*69,2*	*404,8*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
293,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19
% DE ADECUACION		**7,29%**	**11,42%**	**15,22%**	**3,61%**	**23,70%**	**2,19%**	**6,15%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	**Bebida con leche**	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 20	**Cereal acompañante**	SC	Torta de naranja	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	**Dulce/Postre**	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				**293,00**	**213,00**	**181,50**	**7,12**	**10,53**	**14,60**	**260,67**	**0,21**	**92,19**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
313,00	313,00	458,05	21,22	21,95	42,60	566,50	2,54	85,43
% DE ADECUACION		15,79%	29,27%	27,23%	9,04%	51,50%	21,51%	5,70%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 1	Cereal acompañante	A002	Almojabána, bogotana, horneada	100,00	100,00	285,00	13,00	12,30	30,60	320,00	2,20	0,00
Menú 1	Dulce/Postre	FT023	Mezcla frutos secos	13,00	13,00	63,05	1,82	3,25	5,20	6,50	0,34	1,43
Total general				313,00	313,00	458,05	21,22	21,95	42,60	566,50	2,54	85,43

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	360,00	681,40	12,56	25,20	99,76	225,00	2,30	388,40
% DE ADECUACION		23,50%	17,32%	31,27%	21,17%	20,45%	19,49%	25,89%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	200,00	200,00	162,00	5,80	5,60	22,40	178,00	0,00	80,00
Menú 2	Cereal acompañante	A023	Galletas dulces. Sin relleno	100,00	100,00	472,00	6,40	19,60	67,10	38,00	2,00	306,00
Menú 2	Fruta	C051	Mango común, crudo	120,00	60,00	47,40	0,36	0,00	10,26	9,00	0,30	2,40
Total general				**420,00**	**360,00**	**681,40**	**12,56**	**25,20**	**99,76**	**225,00**	**2,30**	**388,40**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	384,00	621,84	18,66	26,88	74,23	296,72	2,76	902,52
% DE ADECUACION		21,44%	25,74%	33,35%	15,75%	26,97%	23,36%	60,17%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 3	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	100,00	100,00	367,00	10,40	20,80	33,50	90,00	2,00	750,00
Menú 3	Fruta	C010	Banano común, crudo	120,00	84,00	84,84	1,26	0,08	18,73	6,72	0,76	2,52
Total general				420,00	384,00	621,84	18,66	26,88	74,23	296,72	2,76	902,52

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	384,00	515,36	14,76	12,08	73,58	279,40	4,05	151,68
% DE ADECUACION		17,77%	20,35%	14,99%	15,61%	25,40%	34,34%	10,11%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 4	Cereal acompañante	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	100,00	100,00	300,00	9,00	6,00	40,00	50,00	3,00	0,00
Menú 4	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	120,00	84,00	45,36	0,76	0,08	9,58	29,40	0,25	1,68
Total general				**420,00**	**384,00**	**515,36**	**14,76**	**12,08**	**73,58**	**279,40**	**4,05**	**151,68**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
313,00	313,00	538,07	14,76	7,06	102,46	245,00	7,90	764,00
% DE ADECUACION		18,55%	20,36%	8,76%	21,74%	22,27%	66,95%	50,93%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 5	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	100,00	100,00	383,00	8,10	0,40	85,00	5,00	7,90	680,00
Menú 5	Dulce/Postre	FT007	Dulce de Leche	13,00	13,00	45,07	0,26	0,26	10,66	0,00	0,00	0,00
Total general				**313,00**	**313,00**	**538,07**	**14,76**	**7,06**	**102,46**	**245,00**	**7,90**	**764,00**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
313,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19
% DE ADECUACION		6,26%	9,81%	13,07%	3,10%	23,70%	1,76%	6,15%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 6	Cereal acompañante	SC	Torta de naranja	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Dulce/Postre	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				313,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	402,00	688,44	16,51	29,20	87,73	264,32	1,91	575,04
% DE ADECUACION		23,74%	22,77%	36,23%	18,61%	24,03%	16,15%	38,34%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 7	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	100,00	100,00	445,00	9,20	23,00	48,90	48,00	1,60	423,00
Menú 7	Fruta	C054	Manzana común cruda	120,00	102,00	73,44	0,31	0,20	16,83	16,32	0,31	2,04
Total general				420,00	402,00	688,44	16,51	29,20	87,73	264,32	1,91	575,04

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	336,00	720,20	9,56	30,68	99,46	240,32	4,72	260,20
% DE ADECUACION		24,83%	13,18%	38,06%	21,10%	21,85%	40,03%	17,35%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 8	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	100,00	100,00	516,00	3,80	24,10	70,10	36,00	3,60	103,00
Menú 8	Fruta	C028	Granadilla, cruda	120,00	36,00	34,20	0,76	0,58	5,36	4,32	0,32	7,20
Total general				**420,00**	**336,00**	**720,20**	**9,56**	**30,68**	**99,46**	**240,32**	**4,72**	**260,20**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	402,00	667,26	10,91	21,50	104,36	263,16	2,81	379,02
% DE ADECUACION		23,01%	15,04%	26,68%	22,14%	23,92%	23,80%	25,27%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	**Bebida con leche**	G002	Kumis, entero, con azúcar	200,00	200,00	176,00	5,80	5,00	27,00	226,00	0,20	92,00
Menú 9	**Cereal acompañante**	A013	Brownie, de chocolate, horneado	100,00	100,00	427,00	4,80	16,30	64,20	29,00	2,20	286,00
Menú 9	**Fruta**	C071	Pera, cruda	120,00	102,00	64,26	0,31	0,20	13,16	8,16	0,41	1,02
Total general				**420,00**	**402,00**	**667,26**	**10,91**	**21,50**	**104,36**	**263,16**	**2,81**	**379,02**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
513,00	313,00	583,93	11,58	22,93	81,83	286,42	2,30	370,00
% DE ADECUACION		20,14%	15,97%	28,45%	17,36%	26,04%	19,53%	24,67%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 10	Cereal acompañante	A013	Ponque	100,00	100,00	427,00	4,80	16,30	64,20	29,00	2,20	286,00
Menú 10	Dulce/Postre	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				**513,00**	**313,00**	**583,93**	**11,58**	**22,93**	**81,83**	**286,42**	**2,30**	**370,00**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
313,00	313,00	570,60	16,20	26,40	65,52	268,00	2,00	830,00
% DE ADECUACION		19,68%	22,34%	32,75%	13,90%	24,36%	16,95%	55,33%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	G028	Yogurt, bebible, entero, con azúcar	200,00	200,00	162,00	5,80	5,60	22,40	178,00	0,00	80,00
Menú 11	Cereal acompañante	A065	Pan de queso, horneado	100,00	100,00	367,00	10,40	20,80	33,50	90,00	2,00	750,00
Menú 11	Dulce/Postre	FT003	Dulce de Guayaba	13,00	13,00	41,60	0,00	0,00	9,62	0,00	0,00	0,00
Total general				313,00	313,00	570,60	16,20	26,40	65,52	268,00	2,00	830,00

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	384,00	598,36	15,86	6,48	116,58	234,40	8,15	831,68
% DE ADECUACION		20,63%	21,87%	8,04%	24,73%	21,31%	69,08%	55,45%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 12	Cereal acompañante	A015	Torta de vainilla	100,00	100,00	383,00	8,10	0,40	85,00	5,00	7,90	680,00
Menú 12	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	120,00	84,00	45,36	0,76	0,08	9,58	29,40	0,25	1,68
Total general				**420,00**	**384,00**	**598,36**	**15,86**	**6,48**	**116,58**	**234,40**	**8,15**	**831,68**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	384,00	479,84	20,66	18,78	56,13	566,72	2,96	86,52
% DE ADECUACION		16,55%	28,50%	23,31%	11,91%	51,52%	25,05%	5,77%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 13	Cereal acompañante	A002	Almojabána, bogotana, horneada	100,00	100,00	285,00	13,00	12,30	30,60	320,00	2,20	0,00
Menú 13	Fruta	C010	Banano común, crudo	120,00	84,00	84,84	1,26	0,08	18,73	6,72	0,76	2,52
Total general				420,00	384,00	479,84	20,66	18,78	56,13	566,72	2,96	86,52

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	360,00	517,40	16,36	12,00	72,26	259,00	3,30	152,40
% DE ADECUACION		17,84%	22,57%	14,89%	15,33%	23,55%	27,97%	10,16%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Bebida con leche	FT008	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 14	Cereal acompañante	FT016	Pastel Hojaldrado de Guayaba	100,00	100,00	300,00	9,00	6,00	40,00	50,00	3,00	0,00
Menú 14	Fruta	C051	Mango común, crudo	120,00	60,00	47,40	0,36	0,00	10,26	9,00	0,30	2,40
Total general				420,00	360,00	517,40	16,36	12,00	72,26	259,00	3,30	152,40

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
313,00	313,00	669,21	14,41	30,07	83,61	248,91	2,56	576,77
% DE ADECUACION		23,08%	19,87%	37,30%	17,74%	22,63%	21,66%	38,45%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	FT001	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 15	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	100,00	100,00	445,00	9,20	23,00	48,90	48,00	1,60	423,00
Menú 15	Dulce/Postre	K014	Cocadas, con panela	13,00	13,00	54,21	0,21	1,07	10,71	0,91	0,16	3,77
Total general				313,00	313,00	669,21	14,41	30,07	83,61	248,91	2,56	576,77

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
313,00	313,00	711,93	14,18	45,13	61,63	271,42	2,50	391,00
% DE ADECUACION		24,55%	19,55%	56,00%	13,08%	24,67%	21,22%	26,07%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 16	Cereal acompañante	A042	Torta de Arequipe tipo brownie	100,00	100,00	555,00	7,40	38,50	44,00	14,00	2,40	307,00
Menú 16	Dulce/Postre	K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	13,00	13,00	46,93	0,38	0,23	10,83	17,42	0,10	0,00
Total general				313,00	313,00	711,93	14,18	45,13	61,63	271,42	2,50	391,00

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	402,00	529,16	17,02	12,10	74,75	259,18	3,61	151,02
% DE ADECUACION		18,25%	23,48%	15,01%	15,86%	23,56%	30,61%	10,07%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Bebida con leche	FT008	Leche entera saborizada UHT	200,00	200,00	170,00	7,00	6,00	22,00	200,00	0,00	150,00
Menú 17	Cereal acompañante	FT016	Galleta Con relleno de fruta	100,00	100,00	300,00	9,00	6,00	40,00	50,00	3,00	0,00
Menú 17	Fruta	C023	Durazno, crudo	120,00	102,00	59,16	1,02	0,10	12,75	9,18	0,61	1,02
Total general				**420,00**	**402,00**	**529,16**	**17,02**	**12,10**	**74,75**	**259,18**	**3,61**	**151,02**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
620,00	402,00	685,26	15,31	28,20	89,06	282,16	2,21	516,02
% DE ADECUACION		23,63%	21,11%	34,99%	18,90%	25,65%	18,71%	34,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Bebida con leche	G002	Kumis, entero, con azúcar	200,00	200,00	176,00	5,80	5,00	27,00	226,00	0,20	92,00
Menú 18	Cereal acompañante	A016	Mantecada, horneada	100,00	100,00	445,00	9,20	23,00	48,90	48,00	1,60	423,00
Menú 18	Fruta	C071	Pera, cruda	120,00	102,00	64,26	0,31	0,20	13,16	8,16	0,41	1,02
Total general				620,00	402,00	685,26	15,31	28,20	89,06	282,16	2,21	516,02

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
420,00	336,00	720,20	9,56	30,68	99,46	240,32	4,72	260,20
% DE ADECUACION		24,83%	13,18%	38,06%	21,10%	21,85%	40,03%	17,35%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Bebida con leche	FT001	Avena líquida	200,00	200,00	170,00	5,00	6,00	24,00	200,00	0,80	150,00
Menú 19	Cereal acompañante	A020	Arepa Boyacense con cuajada, precocida	100,00	100,00	516,00	3,80	24,10	70,10	36,00	3,60	103,00
Menú 19	Fruta	C028	Granadilla, cruda	120,00	36,00	34,20	0,76	0,58	5,36	4,32	0,32	7,20
Total general				**420,00**	**336,00**	**720,20**	**9,56**	**30,68**	**99,46**	**240,32**	**4,72**	**260,20**

GRUPO 5 INDUSTRIALIZADO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*72,5*	*80,6*	*471,3*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
313,00	213,00	181,50	7,12	10,53	14,60	260,67	0,21	92,19
% DE ADECUACION		6,26%	9,81%	13,07%	3,10%	23,70%	1,76%	6,15%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	Peso Bruto	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Bebida con leche	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200,00	200,00	110,00	6,40	6,40	6,80	240,00	0,00	84,00
Menú 20	Cereal acompañante	SC	Torta de naranja	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Dulce/Postre	K012	Chocolatina, o chocolate de leche	13,00	13,00	71,50	0,72	4,13	7,80	20,67	0,21	8,19
Total general				**313,00**	**213,00**	**181,50**	**7,12**	**10,53**	**14,60**	**260,67**	**0,21**	**92,19**

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
172,00	145,00	344,92	12,12	10,37	48,28	205,35	1,74	898,64
% DE ADECUACION		26,53%	26,64%	23,95%	26,53%	29,34%	30,98%	79,32%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 1	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 1	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	35,00	35,00	133,00	3,19	1,30	25,87	1,40	0,95	0,35
Menú 1	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	15,00	15,00	42,90	3,51	2,81	0,89	60,75	0,08	71,25
Menú 1	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	90,00	63,00	25,20	0,32	0,06	5,17	15,12	0,19	3,15
Total general				172,00	145,00	344,92	12,12	10,37	48,28	205,35	1,74	898,64

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
112,00	107,44	295,32	15,76	12,10	30,64	139,09	0,85	1633,18
% DE ADECUACION		22,72%	34,64%	27,95%	16,83%	19,87%	15,22%	144,15%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 2	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 2	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 2	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 2	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				**112,00**	**107,44**	**295,32**	**15,76**	**12,10**	**30,64**	**139,09**	**0,85**	**1633,18**

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
191,00	159,80	285,82	15,66	10,85	29,95	141,32	0,79	861,63
% DE ADECUACION		21,99%	34,41%	25,05%	16,46%	20,19%	14,14%	76,05%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida con leche	C031	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	31,95	0,41	0,14	6,03	5,85	0,14	1,35
Menú 3	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 3	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	50,00	34,00	56,44	0,41	0,07	13,36	2,72	0,14	8,84
Menú 3	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				191,00	159,80	285,82	15,66	10,85	29,95	141,32	0,79	861,63

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
151,00	138,75	281,46	12,08	10,59	33,46	162,05	1,79	1667,40
% DE ADECUACION		21,65%	26,54%	24,46%	18,39%	23,15%	31,95%	147,17%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 4	Bebida con leche	K033	Panela	7,00	7,00	25,48	0,04	0,01	6,31	2,94	0,34	2,73
Menú 4	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 4	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 4	Cereal acompañante	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 4	Cereal acompañante	B080	Pimentón rojo, crudo	40,00	34,00	11,90	0,34	0,10	2,14	2,38	0,14	0,68
Menú 4	Cereal acompañante	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 4	Cereal acompañante	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 4	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Cereal acompañante	T011	Frijol bola roja, crudo	5,00	5,00	19,30	1,14	0,08	3,02	5,95	0,27	0,50
Total general				151,00	138,75	281,46	12,08	10,59	33,46	162,05	1,79	1667,40

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
150,00	138,00	285,02	11,17	8,18	38,43	214,67	2,25	283,67
% DE ADECUACION		21,92%	24,55%	18,88%	21,12%	30,67%	40,14%	25,04%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 5	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 5	Cereal acompañante	A060	Pan blanco, regular horneado	30,00	30,00	80,40	2,67	1,02	14,64	16,20	0,90	162,30
Menú 5	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	15,00	15,00	42,90	3,51	2,81	0,89	60,75	0,08	71,25
Menú 5	Fruta	C071	Pera, cruda	80,00	68,00	42,84	0,20	0,14	8,77	5,44	0,27	0,68
Total general				150,00	138,00	285,02	11,17	8,18	38,43	214,67	2,25	283,67

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
187,00	173,25	277,68	15,71	10,58	28,28	159,35	1,75	1646,24
% DE ADECUACION		21,36%	34,52%	24,44%	15,54%	22,76%	31,18%	145,30%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Alimento proteico	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	2,00	2,00	7,16	0,19	0,03	1,51	0,60	0,10	0,04
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 6	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	50,00	46,50	77,19	9,63	4,28	0,05	5,12	0,33	29,30
Menú 6	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	10,00	9,00	13,41	1,13	0,97	0,03	4,77	0,15	12,51
Menú 6	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Bebida con leche	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 6	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 6	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	40,00	36,80	39,01	0,74	0,15	8,57	2,21	0,15	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	D015	Margarina	2,00	2,00	14,86	0,02	1,64	0,00	0,44	0,00	4,46
Menú 6	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				187,00	173,25	277,68	15,71	10,58	28,28	159,35	1,75	1646,24

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
157,00	131,15	290,67	16,24	8,53	36,45	140,28	1,07	1626,61
% DE ADECUACION		22,36%	35,70%	19,71%	20,03%	20,04%	19,09%	143,57%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 7	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	48,00	48,00	67,20	10,27	2,88	0,10	8,16	0,38	24,96
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 7	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 7	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 7	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	7,00	7,00	25,97	0,91	0,11	5,23	1,75	0,27	0,42
Menú 7	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 7	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				157,00	131,15	290,67	16,24	8,53	36,45	140,28	1,07	1626,61

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
177,00	131,00	314,68	11,26	9,67	44,94	202,35	2,09	912,00
% DE ADECUACION		24,21%	24,74%	22,32%	24,69%	28,91%	37,39%	80,49%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 8	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 8	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	30,00	30,00	107,40	2,85	0,42	22,68	9,00	1,56	0,60
Menú 8	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	15,00	15,00	42,90	3,51	2,81	0,89	60,75	0,08	71,25
Menú 8	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	10,00	9,00	13,41	1,13	0,97	0,03	4,77	0,15	12,51
Menú 8	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Fruta	C060	Melón, crudo	90,00	45,00	11,25	0,32	0,00	2,25	4,95	0,18	3,15
Total general				177,00	131,00	314,68	11,26	9,67	44,94	202,35	2,09	912,00

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
155,00	146,70	287,01	16,26	10,38	31,40	133,98	1,98	1624,76
% DE ADECUACION		22,08%	35,73%	23,97%	17,25%	19,14%	35,37%	143,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	48,00	48,00	66,72	10,46	2,74	0,00	2,88	1,30	24,48
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida con leche	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	50,00	43,00	23,65	0,86	0,09	4,39	4,30	0,39	0,00
Menú 9	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 9	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 9	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 9	Cereal acompañante	B080	Pimentón rojo, crudo	3,00	2,55	0,89	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
Menú 9	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				155,00	146,70	287,01	16,26	10,38	31,40	133,98	1,98	1624,76

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
375,00	102,00	217,94	11,52	9,41	20,40	239,77	1,33	172,35
% DE ADECUACION		16,76%	25,31%	21,73%	11,21%	34,25%	23,82%	15,21%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 10	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 10	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	25,00	25,00	71,50	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13	118,75
Menú 10	Cereal acompañante	SC	Tortilla de trigo	45,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Fruta	C055	Mandarina Arrayana	80,00	52,00	27,56	0,88	0,52	4,78	6,24	0,21	4,16
Total general				**375,00**	**102,00**	**217,94**	**11,52**	**9,41**	**20,40**	**239,77**	**1,33**	**172,35**

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
137,00	113,00	270,44	9,29	9,29	36,52	195,89	0,98	164,22
% DE ADECUACION		20,80%	20,41%	21,44%	20,07%	27,98%	17,52%	14,49%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	10,00	10,00	35,30	0,67	0,04	8,01	0,90	0,08	0,20
Menú 11	Bebida con leche	G001	Crema de leche	7,00	7,00	23,10	0,15	2,45	0,12	4,76	0,00	3,22
Menú 11	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 11	Bebida con leche	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	15,00	15,00	42,90	3,51	2,81	0,89	60,75	0,08	71,25
Menú 11	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 11	Cereal acompañante	A087	Tostadas o calados, horneados	7,00	7,00	27,86	0,70	0,48	5,06	2,80	0,25	39,90
Menú 11	Fruta	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Total general				**137,00**	**113,00**	**270,44**	**9,29**	**9,29**	**36,52**	**195,89**	**0,98**	**164,22**

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	#####
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
179,00	149,20	217,00	16,22	6,68	22,57	133,03	2,01	873,63
% DE ADECUACION		16,69%	35,66%	15,43%	12,40%	19,00%	35,86%	77,11%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Tomate, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 12	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	2,00	2,00	2,40	0,13	0,01	0,39	0,38	0,03	0,06
Menú 12	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	3,00	2,55	0,89	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
Menú 12	Alimento proteico	B103	Aceite de girasol	2,00	1,60	0,37	0,01	0,00	0,07	0,14	0,01	0,10
Menú 12	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 12	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	53,00	53,00	73,67	11,55	3,02	0,00	3,18	1,43	27,03
Menú 12	Bebida con leche	C021	Curuba, cruda	50,00	25,00	9,50	0,15	0,03	2,13	1,75	0,25	21,25
Menú 12	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 12	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	40,00	36,80	39,01	0,74	0,15	8,57	2,21	0,15	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				179,00	149,20	217,00	16,22	6,68	22,57	133,03	2,01	873,63

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
151,00	128,69	265,05	14,89	10,10	28,30	140,97	0,86	1641,82
% DE ADECUACION		**20,39%**	**32,74%**	**23,34%**	**15,55%**	**20,14%**	**#######**	**144,91%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 13	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 13	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	3,00	2,55	0,89	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
Menú 13	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	3,00	2,40	0,67	0,02	0,00	0,12	0,26	0,01	0,07
Menú 13	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 13	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 13	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 13	Cereal acompañante	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 13	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	50,00	34,00	56,44	0,41	0,07	13,36	2,72	0,14	8,84
Menú 13	Cereal acompañante	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 13	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				**151,00**	**128,69**	**265,05**	**14,89**	**10,10**	**28,30**	**140,97**	**0,86**	**1641,82**

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
168,00	137,15	328,17	12,63	12,79	39,43	162,45	1,78	2441,32
% DE ADECUACION		25,24%	27,77%	29,54%	21,67%	23,21%	31,72%	215,47%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 14	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 14	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 14	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	5,00	5,00	19,65	1,00	0,28	2,94	6,00	0,32	1,50
Menú 14	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 14	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 14	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 14	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	7,00	7,00	25,97	0,91	0,11	5,23	1,75	0,27	0,42
Menú 14	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 14	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				168,00	137,15	328,17	12,63	12,79	39,43	162,45	1,78	2441,32

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	#####
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
164,00	139,00	349,57	12,24	9,96	51,28	255,89	2,46	879,48
% DE ADECUACION		26,89%	26,91%	23,00%	28,18%	36,56%	43,98%	77,62%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 15	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 15	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	30,00	30,00	107,40	2,85	0,42	22,68	9,00	1,56	0,60
Menú 15	Cereal acompañante	D015	Margarina	2,00	2,00	14,86	0,02	1,64	0,00	0,44	0,00	4,46
Menú 15	Cereal acompañante	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10,00	10,00	49,90	2,63	2,66	3,84	94,00	0,05	36,90
Menú 15	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	10,00	9,00	13,41	1,13	0,97	0,03	4,77	0,15	12,51
Menú 15	Cereal acompañante	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	80,00	56,00	30,24	0,50	0,06	6,38	19,60	0,17	1,12
Total general				164,00	139,00	349,57	12,24	9,96	51,28	255,89	2,46	879,48

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	#####
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
159,00	103,00	337,83	11,10	11,72	43,62	224,94	2,23	970,46
% DE ADECUACION		25,99%	24,39%	27,06%	23,97%	32,13%	39,79%	85,65%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 16	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 16	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	35,00	35,00	133,00	3,19	1,30	25,87	1,40	0,95	0,35
Menú 16	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	15,00	15,00	45,15	2,63	3,83	0,05	87,90	0,06	140,25
Menú 16	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Fruta	C028	Granadilla, cruda	80,00	24,00	22,80	0,50	0,38	3,58	2,88	0,22	4,80
Total general				159,00	103,00	337,83	11,10	11,72	43,62	224,94	2,23	970,46

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
113,00	107,15	274,53	11,01	12,44	29,26	154,59	1,48	2441,43
% DE ADECUACION		21,12%	24,19%	28,73%	16,08%	22,08%	26,45%	215,48%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T025	Lenteja común, cruda	5,00	5,00	6,10	0,39	0,03	0,93	0,70	0,09	0,30
Menú 17	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 17	Bebida con leche	K033	Panela	7,00	7,00	25,48	0,04	0,01	6,31	2,94	0,34	2,73
Menú 17	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 17	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 17	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				113,00	107,15	274,53	11,01	12,44	29,26	154,59	1,48	2441,43

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	#####
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
340,00	107,00	211,31	5,15	12,67	18,45	142,97	0,84	254,83
% DE ADECUACION		16,25%	11,32%	29,27%	10,14%	20,42%	15,04%	22,49%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereal acompañante	A025	Galletas, tipo leche	15,00	15,00	68,25	0,81	2,28	10,98	7,20	0,45	58,20
Menú 18	Cereal acompañante	G001	Crema de leche	15,00	15,00	49,50	0,32	5,25	0,26	10,20	0,00	6,90
Menú 18	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	20,00	20,00	60,20	3,50	5,10	0,06	117,20	0,08	187,00
Menú 18	Fruta	C010	Banano común, crudo	30,00	21,00	21,21	0,32	0,02	4,68	1,68	0,19	0,63
Menú 18	Fruta	C060	Melón, crudo	30,00	15,00	3,75	0,11	0,00	0,75	1,65	0,06	1,05
Menú 18	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	30,00	21,00	8,40	0,11	0,02	1,72	5,04	0,06	1,05
Total general				340,00	107,00	211,31	5,15	12,67	18,45	142,97	0,84	254,83

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
203,00	178,54	330,80	16,43	12,12	37,78	150,62	1,33	1636,28
% DE ADECUACION		25,45%	36,11%	28,00%	20,76%	21,52%	23,71%	144,42%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 19	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	40,00	36,00	15,48	0,76	0,00	2,59	14,40	0,36	2,16
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 19	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Bebida con leche	C010	Banano común, crudo	50,00	35,00	35,35	0,53	0,04	7,81	2,80	0,32	1,05
Menú 19	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 19	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 19	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 19	Cereal acompañante	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 19	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				203,00	178,54	330,80	16,43	12,12	37,78	150,62	1,33	1636,28

GRUPO 1 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	#####
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
148,00	132,15	265,53	15,55	8,58	30,88	128,86	1,79	853,52
% DE ADECUACION		20,43%	34,18%	19,81%	16,97%	18,41%	31,96%	75,33%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	3,00	2,55	0,89	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
Menú 20	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	3,00	2,40	0,67	0,02	0,00	0,12	0,26	0,01	0,07
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	53,00	53,00	73,67	11,55	3,02	0,00	3,18	1,43	27,03
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 20	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 20	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereal acompañante	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	50,00	36,00	47,52	0,40	0,07	10,91	1,08	0,18	1,44
Total general				148,00	132,15	265,53	15,55	8,58	30,88	128,86	1,79	853,52

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
227,00	191,00	443,62	15,21	12,07	65,08	231,44	2,36	923,64
% DE ADECUACION		27,23%	26,69%	22,22%	28,53%	28,93%	38,11%	76,97%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 1	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 1	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	55,00	55,00	209,00	5,01	2,04	40,65	2,20	1,49	0,55
Menú 1	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	20,00	20,00	57,20	4,68	3,74	1,18	81,00	0,10	95,00
Menú 1	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	120,00	84,00	33,60	0,42	0,08	6,89	20,16	0,25	4,20
Total general				227,00	191,00	443,62	15,21	12,07	65,08	231,44	2,36	923,64

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
138,00	132,25	352,45	18,85	13,18	39,32	142,28	1,04	1640,86
% DE ADECUACION		21,64%	33,08%	24,27%	17,24%	17,78%	16,81%	136,74%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	65,00	60,45	100,35	12,51	5,56	0,06	6,65	0,42	38,08
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 2	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 2	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 2	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				138,00	132,25	352,45	18,85	13,18	39,32	142,28	1,04	1640,86

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
223,00	185,30	324,14	18,02	11,48	35,67	144,72	0,94	870,59
% DE ADECUACION		19,90%	31,61%	21,14%	15,64%	18,09%	15,19%	72,55%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	63,00	63,00	88,20	13,48	3,78	0,13	10,71	0,50	32,76
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida con leche	C031	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	31,95	0,41	0,14	6,03	5,85	0,14	1,35
Menú 3	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 3	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	70,00	47,60	79,02	0,57	0,10	18,71	3,81	0,19	12,38
Menú 3	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				223,00	185,30	324,14	18,02	11,48	35,67	144,72	0,94	870,59

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
195,00	178,50	342,19	13,30	9,50	46,90	242,36	2,68	361,78
% DE ADECUACION		21,01%	23,34%	17,50%	20,56%	30,30%	43,15%	30,15%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 5	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 5	Cereal acompañante	A060	Pan blanco, regular horneado	40,00	40,00	107,20	3,56	1,36	19,52	21,60	1,20	216,40
Menú 5	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	20,00	20,00	57,20	4,68	3,74	1,18	81,00	0,10	95,00
Menú 5	Fruta	C071	Pera, cruda	110,00	93,50	58,91	0,28	0,19	12,06	7,48	0,37	0,94
Total general				195,00	178,50	342,19	13,30	9,50	46,90	242,36	2,68	361,78

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
228,00	211,05	328,41	19,57	12,43	32,87	164,76	2,01	1661,46
% DE ADECUACION		20,16%	34,34%	22,89%	14,41%	20,59%	32,36%	138,45%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Alimento proteico	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	2,00	2,00	7,16	0,19	0,03	1,51	0,60	0,10	0,04
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 6	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	65,00	60,45	100,35	12,51	5,56	0,06	6,65	0,42	38,08
Menú 6	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	15,00	13,50	20,12	1,70	1,46	0,04	7,16	0,23	18,77
Menú 6	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Bebida con leche	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 6	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 6	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	60,00	55,20	58,51	1,10	0,22	12,86	3,31	0,22	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	D015	Margarina	2,00	2,00	14,86	0,02	1,64	0,00	0,44	0,00	4,46
Menú 6	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				228,00	211,05	328,41	19,57	12,43	32,87	164,76	2,01	1661,46

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
184,00	157,80	349,78	19,72	9,32	45,90	144,53	1,32	1633,56
% DE ADECUACION		21,47%	34,60%	17,16%	20,12%	18,07%	21,22%	136,13%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 7	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	60,00	60,00	84,00	12,84	3,60	0,12	10,20	0,48	31,20
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 7	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 7	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 7	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	8,00	8,00	29,68	1,04	0,12	5,98	2,00	0,31	0,48
Menú 7	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				184,00	157,80	349,78	19,72	9,32	45,90	144,53	1,32	1633,56

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
215,00	154,00	343,47	12,82	10,64	48,25	225,15	2,34	936,86
% DE ADECUACION		21,08%	22,49%	19,60%	21,15%	28,14%	37,66%	78,07%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 8	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 8	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	33,00	33,00	118,14	3,14	0,46	24,95	9,90	1,72	0,66
Menú 8	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	20,00	20,00	57,20	4,68	3,74	1,18	81,00	0,10	95,00
Menú 8	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	10,00	9,00	13,41	1,13	0,97	0,03	4,77	0,15	12,51
Menú 8	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Fruta	C060	Melón, crudo	120,00	60,00	15,00	0,42	0,00	3,00	6,60	0,24	4,20
Total general				215,00	154,00	343,47	12,82	10,64	48,25	225,15	2,34	936,86

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
182,00	173,20	342,59	19,66	11,11	40,12	136,72	2,42	1631,54
% DE ADECUACION		21,03%	34,50%	20,47%	17,59%	17,09%	39,02%	135,96%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	60,00	60,00	83,40	13,08	3,42	0,00	3,60	1,62	30,60
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida con leche	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	50,00	43,00	23,65	0,86	0,09	4,39	4,30	0,39	0,00
Menú 9	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 9	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 9	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Cereal acompañante	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 9	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				182,00	173,20	342,59	19,66	11,11	40,12	136,72	2,42	1631,54

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
410,00	121,50	228,28	11,85	9,60	22,19	242,11	1,41	173,91
% DE ADECUACION		14,01%	20,79%	17,69%	9,73%	30,26%	22,77%	14,49%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 10	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 10	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	25,00	25,00	71,50	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13	118,75
Menú 10	Cereal acompañante	SC	Tortilla de trigo	50,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Fruta	C055	Mandarina Arrayana	110,00	71,50	37,90	1,22	0,72	6,58	8,58	0,29	5,72
Total general				410,00	121,50	228,28	11,85	9,60	22,19	242,11	1,41	173,91

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
171,00	141,00	331,09	11,24	11,09	45,42	219,87	1,24	200,81
% DE ADECUACION		20,32%	19,72%	20,42%	19,91%	27,48%	20,06%	16,73%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15,00	15,00	52,95	1,01	0,06	12,02	1,35	0,12	0,30
Menú 11	Bebida con leche	G001	Crema de leche	9,00	9,00	29,70	0,19	3,15	0,15	6,12	0,00	4,14
Menú 11	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 11	Bebida con leche	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	20,00	20,00	57,20	4,68	3,74	1,18	81,00	0,10	95,00
Menú 11	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 11	Cereal acompañante	A087	Tostadas o calados, horneados	9,00	9,00	35,82	0,90	0,61	6,51	3,60	0,32	51,30
Menú 11	Fruta	C010	Banano común, crudo	100,00	70,00	70,70	1,05	0,07	15,61	5,60	0,63	2,10
Total general				171,00	141,00	331,09	11,24	11,09	45,42	219,87	1,24	200,81

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
205,00	174,00	245,88	19,10	7,41	25,20	135,20	2,39	880,28
% DE ADECUACION		15,09%	33,50%	13,64%	11,05%	16,90%	38,56%	73,36%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Tomate, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 12	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	2,00	2,00	2,40	0,13	0,01	0,39	0,38	0,03	0,06
Menú 12	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 12	Alimento proteico	B103	Aceite de girasol	2,00	1,60	0,37	0,01	0,00	0,07	0,14	0,01	0,10
Menú 12	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,00	3,40	1,60	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
Menú 12	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	65,00	65,00	90,35	14,17	3,71	0,00	3,90	1,76	33,15
Menú 12	Bebida con leche	C021	Curuba, cruda	50,00	25,00	9,50	0,15	0,03	2,13	1,75	0,25	21,25
Menú 12	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 12	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	50,00	46,00	48,76	0,92	0,18	10,72	2,76	0,18	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				205,00	174,00	245,88	19,10	7,41	25,20	135,20	2,39	880,28

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
190,00	159,55	309,17	17,47	11,17	34,23	144,42	1,02	1652,78
% DE ADECUACION		18,98%	30,65%	20,57%	15,01%	18,05%	16,48%	137,73%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 13	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 13	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 13	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	4,00	3,20	0,90	0,03	0,00	0,16	0,35	0,01	0,10
Menú 13	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 13	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	65,00	60,45	100,35	12,51	5,56	0,06	6,65	0,42	38,08
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 13	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 13	Cereal acompañante	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 13	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	70,00	47,60	79,02	0,57	0,10	18,71	3,81	0,19	12,38
Menú 13	Cereal acompañante	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 13	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				190,00	159,55	309,17	17,47	11,17	34,23	144,42	1,02	1652,78

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
186,00	154,80	382,27	14,14	13,02	50,61	168,26	2,12	2442,93
% DE ADECUACION		23,47%	24,81%	23,97%	22,19%	21,03%	34,17%	203,58%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 14	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 14	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 14	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	8,00	8,00	31,44	1,59	0,44	4,70	9,60	0,51	2,40
Menú 14	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 14	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 14	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 14	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	8,00	8,00	29,68	1,04	0,12	5,98	2,00	0,31	0,48
Menú 14	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 14	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				186,00	154,80	382,27	14,14	13,02	50,61	168,26	2,12	2442,93

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
202,00	167,50	378,36	13,28	10,51	55,96	266,53	2,76	886,22
% DE ADECUACION		23,23%	23,31%	19,35%	24,53%	33,32%	44,49%	73,85%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 15	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 15	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	33,00	33,00	118,14	3,14	0,46	24,95	9,90	1,72	0,66
Menú 15	Cereal acompañante	D015	Margarina	2,00	2,00	14,86	0,02	1,64	0,00	0,44	0,00	4,46
Menú 15	Cereal acompañante	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10,00	10,00	49,90	2,63	2,66	3,84	94,00	0,05	36,90
Menú 15	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	15,00	13,50	20,12	1,70	1,46	0,04	7,16	0,23	18,77
Menú 15	Cereal acompañante	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	110,00	77,00	41,58	0,69	0,08	8,78	26,95	0,23	1,54
Total general				202,00	167,50	378,36	13,28	10,51	55,96	266,53	2,76	886,22

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
214,00	137,00	437,43	13,98	13,88	59,76	256,12	2,87	1019,21
% DE ADECUACION		26,85%	24,53%	25,56%	26,20%	32,02%	46,27%	84,93%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 16	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 16	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	55,00	55,00	209,00	5,01	2,04	40,65	2,20	1,49	0,55
Menú 16	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	20,00	20,00	60,20	3,50	5,10	0,06	117,20	0,08	187,00
Menú 16	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Fruta	C028	Granadilla, cruda	110,00	33,00	31,35	0,69	0,53	4,92	3,96	0,30	6,60
Total general				214,00	137,00	437,43	13,98	13,88	59,76	256,12	2,87	1019,21

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
130,00	123,80	316,79	12,02	12,50	38,49	156,97	1,64	2442,26
% DE ADECUACION		19,45%	21,08%	23,03%	16,87%	19,62%	26,51%	203,52%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T025	Lenteja común, cruda	8,00	8,00	9,76	0,62	0,04	1,48	1,12	0,14	0,48
Menú 17	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 17	Bebida con leche	K033	Panela	7,00	7,00	25,48	0,04	0,01	6,31	2,94	0,34	2,73
Menú 17	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 17	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 17	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				130,00	123,80	316,79	12,02	12,50	38,49	156,97	1,64	2442,26

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
375,00	131,00	237,48	6,20	13,96	20,85	175,06	0,97	302,49
% DE ADECUACION		14,58%	10,88%	25,71%	9,14%	21,88%	15,58%	25,21%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereal acompañante	A025	Galletas, tipo leche	15,00	15,00	68,25	0,81	2,28	10,98	7,20	0,45	58,20
Menú 18	Cereal acompañante	G001	Crema de leche	15,00	15,00	49,50	0,32	5,25	0,26	10,20	0,00	6,90
Menú 18	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	25,00	25,00	75,25	4,38	6,38	0,08	146,50	0,10	233,75
Menú 18	Fruta	C010	Banano común, crudo	40,00	28,00	28,28	0,42	0,03	6,24	2,24	0,25	0,84
Menú 18	Fruta	C060	Melón, crudo	40,00	20,00	5,00	0,14	0,00	1,00	2,20	0,08	1,40
Menú 18	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	40,00	28,00	11,20	0,14	0,03	2,30	6,72	0,08	1,40
Total general				375,00	131,00	237,48	6,20	13,96	20,85	175,06	0,97	302,49

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
236,00	209,55	390,66	19,63	13,20	46,95	156,07	1,57	1644,82
% DE ADECUACION		23,98%	34,43%	24,31%	20,58%	19,51%	25,31%	137,07%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 19	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	45,00	40,50	17,42	0,85	0,00	2,92	16,20	0,41	2,43
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 19	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,00	3,40	1,60	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	65,00	60,45	100,35	12,51	5,56	0,06	6,65	0,42	38,08
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Bebida con leche	C010	Banano común, crudo	50,00	35,00	35,35	0,53	0,04	7,81	2,80	0,32	1,05
Menú 19	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 19	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 19	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 19	Cereal acompañante	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,00	3,40	1,60	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
Menú 19	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				236,00	209,55	390,66	19,63	13,20	46,95	156,07	1,57	1644,82

GRUPO 2 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	***57,0***	***54,3***	***228,1***	***800,0***	***6,2***	***1200,0***
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
185,00	162,90	303,68	18,41	9,30	35,72	130,84	2,21	860,53
% DE ADECUACION		**18,64%**	**32,29%**	**17,13%**	**15,66%**	**16,36%**	**35,67%**	**71,71%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 20	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	4,00	3,20	0,90	0,03	0,00	0,16	0,35	0,01	0,10
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	65,00	65,00	90,35	14,17	3,71	0,00	3,90	1,76	33,15
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 20	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 20	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereal acompañante	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Total general				**185,00**	**162,90**	**303,68**	**18,41**	**9,30**	**35,72**	**130,84**	**2,21**	**860,53**

GRUPO 3 AM - PM

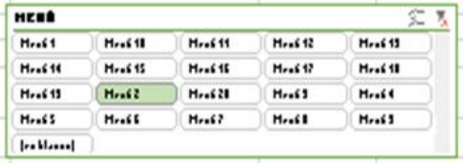
MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
248,00	212,00	523,92	17,75	14,56	76,46	252,29	2,79	947,54
% DE ADECUACION		26,27%	25,43%	21,89%	27,39%	22,94%	32,10%	63,17%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 1	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 1	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	70,00	70,00	266,00	6,37	2,59	51,73	2,80	1,89	0,70
Menú 1	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	25,00	25,00	71,50	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13	118,75
Menú 1	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	120,00	84,00	33,60	0,42	0,08	6,89	20,16	0,25	4,20
Total general				**248,00**	**212,00**	**523,92**	**17,75**	**14,56**	**76,46**	**252,29**	**2,79**	**947,54**

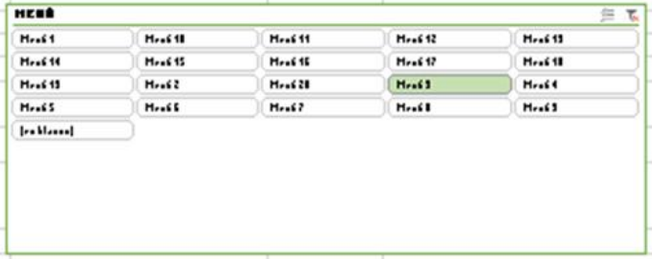
GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
186,00	178,03	469,99	25,64	17,81	51,42	146,85	1,36	1658,78
% DE ADECUACION		23,57%	36,74%	26,78%	18,42%	13,35%	15,64%	110,59%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	95,00	88,35	146,66	18,29	8,13	0,09	9,72	0,62	55,66
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 2	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 2	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
Menú 2	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				186,00	178,03	469,99	25,64	17,81	51,42	146,85	1,36	1658,78

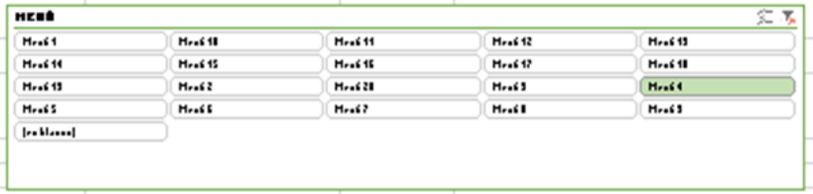
GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
277,50	234,98	411,06	26,07	15,72	39,79	151,94	1,28	892,50
% DE ADECUACION		20,62%	37,34%	23,64%	14,25%	13,81%	14,71%	59,50%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	100,00	100,00	140,00	21,40	6,00	0,20	17,00	0,80	52,00
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida con leche	C031	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	31,95	0,41	0,14	6,03	5,85	0,14	1,35
Menú 3	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 3	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	85,00	57,80	95,95	0,69	0,12	22,72	4,62	0,23	15,03
Menú 3	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				277,50	234,98	411,06	26,07	15,72	39,79	151,94	1,28	892,50

GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
233,50	214,60	435,66	16,46	11,95	63,13	180,17	2,73	1670,73
% DE ADECUACION		21,85%	23,58%	17,97%	22,61%	16,38%	31,40%	111,38%

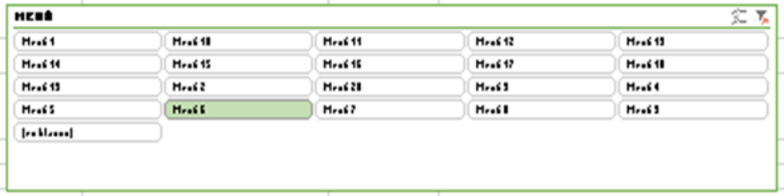
MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 4	Bebida con leche	K033	Panela	8,00	8,00	29,12	0,05	0,01	7,22	3,36	0,39	3,12
Menú 4	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
Menú 4	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 4	Cereal acompañante	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 4	Cereal acompañante	B080	Pimentón rojo, crudo	80,00	68,00	23,80	0,68	0,20	4,28	4,76	0,27	1,36
Menú 4	Cereal acompañante	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 4	Cereal acompañante	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,50	3,83	1,80	0,03	0,00	0,36	1,03	0,02	1,34
Menú 4	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Cereal acompañante	T011	Frijol bola roja, crudo	15,00	15,00	57,90	3,42	0,23	9,06	17,85	0,80	1,50
Total general				233,50	214,60	435,66	16,46	11,95	63,13	180,17	2,73	1670,73

GRUPO 3 AM - PM

MENÚ				
Menú1	Menú10	Menú11	Menú12	Menú13
Menú14	Menú15	Menú16	Menú17	Menú18
Menú19	Menú2	Menú20	Menú3	Menú4
Menú5	Menú6	Menú7	Menú8	Menú9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
210,00	193,50	383,29	15,36	10,78	52,07	268,01	3,00	439,63
% DE ADECUACION		19,22%	22,01%	16,20%	18,65%	24,36%	34,48%	29,31%

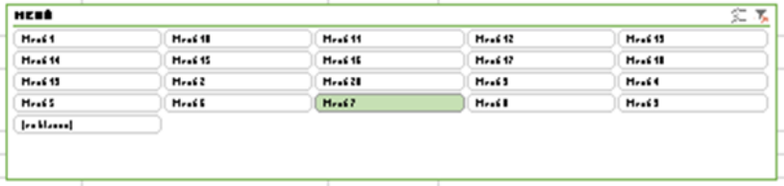
MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 5	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 5	Cereal acompañante	A060	Pan blanco, regular horneado	50,00	50,00	134,00	4,45	1,70	24,40	27,00	1,50	270,50
Menú 5	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble cr	25,00	25,00	71,50	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13	118,75
Menú 5	Fruta	C071	Pera, cruda	110,00	93,50	58,91	0,28	0,19	12,06	7,48	0,37	0,94
Total general				210,00	193,50	383,29	15,36	10,78	52,07	268,01	3,00	439,63



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
285,00	263,85	411,94	26,39	16,39	37,96	171,83	2,41	1687,54
% DE ADECUACION		20,66%	37,80%	24,65%	13,59%	15,62%	27,65%	112,50%

MENU	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Alimento proteico	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	3,00	3,00	10,74	0,29	0,04	2,27	0,90	0,16	0,06
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 6	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	95,00	88,35	146,66	18,29	8,13	0,09	9,72	0,62	55,66
Menú 6	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	20,00	18,00	26,82	2,27	1,94	0,05	9,54	0,31	25,02
Menú 6	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Bebida con leche	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 6	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 6	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruc	80,00	73,60	78,02	1,47	0,29	17,15	4,42	0,29	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	D015	Margarina	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 6	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				285,00	263,85	411,94	26,39	16,39	37,96	171,83	2,41	1687,54

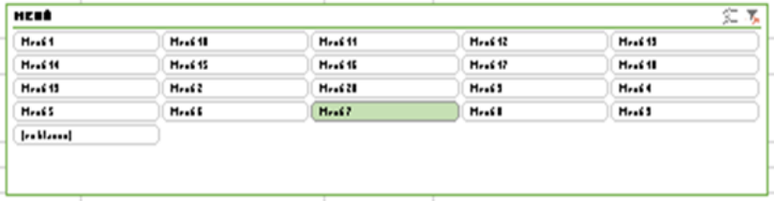
GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
223,00	196,68	447,43	25,27	11,61	59,50	149,93	1,68	1644,42
% DE ADECUACION		22,44%	36,21%	17,45%	21,31%	13,63%	19,28%	109,63%

MENU	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 7	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 7	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 7	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
Menú 7	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	10,00	10,00	37,10	1,30	0,15	7,47	2,50	0,39	0,60
Menú 7	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				223,00	196,68	447,43	25,27	11,61	59,50	149,93	1,68	1644,42

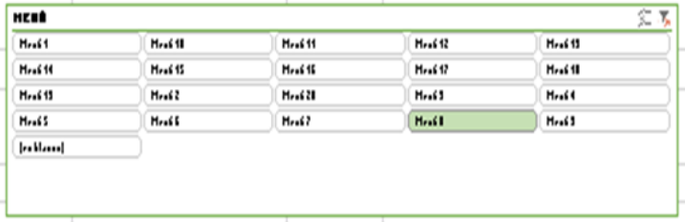
GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
223,00	196,68	447,43	25,27	11,61	59,50	149,93	1,68	1644,42
% DE ADECUACION		22,44%	36,21%	17,45%	21,31%	13,63%	19,28%	109,63%

MENU	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 7	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 7	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 7	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
Menú 7	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	10,00	10,00	37,10	1,30	0,15	7,47	2,50	0,39	0,60
Menú 7	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				223,00	196,68	447,43	25,27	11,61	59,50	149,93	1,68	1644,42

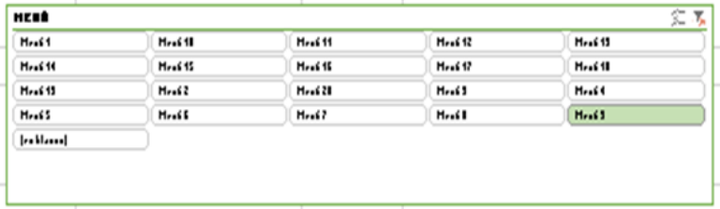
GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
235,00	173,80	412,41	15,35	12,94	57,62	249,95	3,01	963,35
% DE ADECUACION		20,68%	22,00%	19,46%	20,64%	22,72%	34,65%	64,22%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 8	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 8	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruc	45,00	45,00	161,10	4,28	0,63	34,02	13,50	2,34	0,90
Menú 8	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble	25,00	25,00	71,50	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13	118,75
Menú 8	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	12,00	10,80	16,09	1,36	1,17	0,03	5,72	0,18	15,01
Menú 8	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Fruta	C060	Melón, crudo	120,00	60,00	15,00	0,42	0,00	3,00	6,60	0,24	4,20
Total general				235,00	173,80	412,41	15,35	12,94	57,62	249,95	3,01	963,35

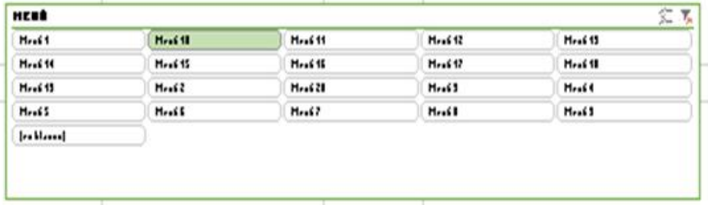
GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
221,00	211,93	441,92	25,05	14,32	52,25	139,48	3,09	1642,10
% DE ADECUACION		22,16%	35,88%	21,53%	18,71%	12,68%	35,47%	109,47%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	80,00	80,00	111,20	17,44	4,56	0,00	4,80	2,16	40,80
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida con leche	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	50,00	43,00	23,65	0,86	0,09	4,39	4,30	0,39	0,00
Menú 9	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 9	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
Menú 9	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Cereal acompañante	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 9	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				221,00	211,93	441,92	25,05	14,32	52,25	139,48	3,09	1642,10

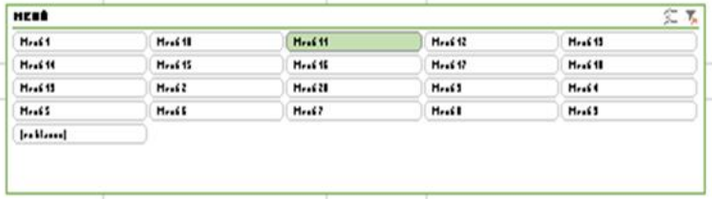
GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
450,00	121,50	228,28	11,85	9,60	22,19	242,11	1,41	173,91
% DE ADECUACION		11,45%	16,98%	14,44%	7,95%	22,01%	16,23%	11,59%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIG	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 10	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 10	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	25,00	25,00	71,50	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13	118,75
Menú 10	Cereal acompañante	SC	Tortilla de trigo	90,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Fruta	C055	Mandarina Arrayana	110,00	71,50	37,90	1,22	0,72	6,58	8,58	0,29	5,72
Total general				450,00	121,50	228,28	11,85	9,60	22,19	242,11	1,41	173,91

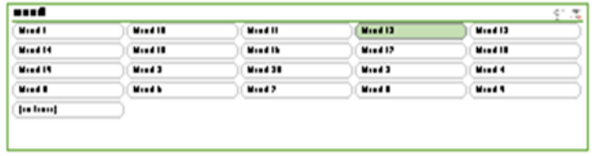
GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
199,00	166,00	399,02	13,41	12,56	56,75	243,06	1,48	236,83
% DE ADECUACION		20,01%	19,21%	18,88%	20,33%	22,10%	17,06%	15,79%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIG	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25,00	25,00	88,25	1,68	0,10	20,03	2,25	0,20	0,50
Menú 11	Bebida con leche	G001	Crema de leche	10,00	10,00	33,00	0,21	3,50	0,17	6,80	0,00	4,60
Menú 11	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 11	Bebida con leche	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	25,00	25,00	71,50	5,85	4,68	1,48	101,25	0,13	118,75
Menú 11	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 11	Cereal acompañante	A087	Tostadas o calados, horneados	11,00	11,00	43,78	1,10	0,75	7,95	4,40	0,40	62,70
Menú 11	Fruta	C010	Banano común, crudo	110,00	77,00	77,77	1,16	0,08	17,17	6,16	0,69	2,31
Total general				199,00	166,00	399,02	13,41	12,56	56,75	243,06	1,48	236,83

GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
254,00	221,80	306,89	27,02	9,45	27,82	138,56	3,40	898,47
% DE ADECUACION		15,39%	38,71%	14,21%	9,96%	12,60%	39,11%	59,90%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIG	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredient	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Tomate, crudo	4,50	4,28	6,16	0,20	0,01	1,25	1,71	0,06	0,81
Menú 12	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	3,00	3,00	3,60	0,20	0,01	0,59	0,57	0,05	0,09
Menú 12	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	4,50	3,83	1,34	0,04	0,01	0,24	0,27	0,02	0,08
Menú 12	Alimento proteico	B103	Aceite de girasol	3,00	2,40	0,55	0,02	0,00	0,10	0,22	0,01	0,14
Menú 12	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,50	3,83	1,80	0,03	0,00	0,36	1,03	0,02	1,34
Menú 12	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	100,00	100,00	139,00	21,80	5,70	0,00	6,00	2,70	51,00
Menú 12	Bebida con leche	C021	Curuba, cruda	50,00	25,00	9,50	0,15	0,03	2,13	1,75	0,25	21,25
Menú 12	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 12	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara,	60,00	55,20	58,51	1,10	0,22	12,86	3,31	0,22	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				254,00	221,80	306,89	27,02	9,45	27,82	138,56	3,40	898,47

GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
240,00	202,05	382,50	23,40	14,76	38,47	148,75	1,27	1673,14
% DE ADECUACION		19,18%	33,53%	22,20%	13,78%	13,52%	14,61%	111,54%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIG	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 13	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 13	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 13	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	5,00	4,00	1,12	0,04	0,00	0,20	0,44	0,02	0,12
Menú 13	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 13	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	95,00	88,35	146,66	18,29	8,13	0,09	9,72	0,62	55,66
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 13	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 13	Cereal acompañante	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 13	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	85,00	57,80	95,95	0,69	0,12	22,72	4,62	0,23	15,03
Menú 13	Cereal acompañante	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 13	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				240,00	202,05	382,50	23,40	14,76	38,47	148,75	1,27	1673,14

GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
215,00	183,68	496,29	17,21	15,60	69,47	181,06	2,90	2446,09
% DE ADECUACION		24,89%	24,65%	23,46%	24,88%	16,46%	33,29%	163,07%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIG	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 14	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 14	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 14	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	17,00	17,00	66,81	3,38	0,94	10,00	20,40	1,09	5,10
Menú 14	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 14	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 14	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
Menú 14	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	10,00	10,00	37,10	1,30	0,15	7,47	2,50	0,39	0,60
Menú 14	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 14	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				215,00	183,68	496,29	17,21	15,60	69,47	181,06	2,90	2446,09

GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
222,00	187,00	445,43	15,53	12,52	65,81	291,53	3,47	902,32
% DE ADECUACION		22,34%	22,24%	18,82%	23,57%	26,50%	39,90%	60,15%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDI	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 15	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 15	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria	45,00	45,00	161,10	4,28	0,63	34,02	13,50	2,34	0,90
Menú 15	Cereal acompañante	D015	Margarina	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 15	Cereal acompañante	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	12,00	12,00	59,88	3,16	3,19	4,61	112,80	0,06	44,28
Menú 15	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	20,00	18,00	26,82	2,27	1,94	0,05	9,54	0,31	25,02
Menú 15	Cereal acompañante	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	110,00	77,00	41,58	0,69	0,08	8,78	26,95	0,23	1,54
Total general				222,00	187,00	445,43	15,53	12,52	65,81	291,53	3,47	902,32

GRUPO 3 AM - PM



RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
235,00	158,00	518,48	16,22	16,71	70,86	286,02	3,29	1066,11
% DE ADECUACION		26,00%	23,24%	25,12%	25,38%	26,00%	37,86%	71,07%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDI	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 16	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 16	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	70,00	70,00	266,00	6,37	2,59	51,73	2,80	1,89	0,70
Menú 16	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo cam	25,00	25,00	75,25	4,38	6,38	0,08	146,50	0,10	233,75
Menú 16	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Fruta	C028	Granadilla, cruda	110,00	33,00	31,35	0,69	0,53	4,92	3,96	0,30	6,60
Total general				235,00	158,00	518,48	16,22	16,71	70,86	286,02	3,29	1066,11

GRUPO 3 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
156,00	149,68	400,20	13,58	14,60	52,75	159,87	1,94	2443,41
% DE ADECUACION		20,07%	19,45%	21,96%	18,89%	14,53%	22,24%	162,89%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T025	Lenteja común, cruda	15,00	15,00	18,30	1,16	0,08	2,78	2,10	0,26	0,90
Menú 17	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 17	Bebida con leche	K033	Panela	8,00	8,00	29,12	0,05	0,01	7,22	3,36	0,39	3,12
Menú 17	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
Menú 17	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 17	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				156,00	149,68	400,20	13,58	14,60	52,75	159,87	1,94	2443,41

GRUPO 3 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
383,00	139,00	262,43	7,14	16,29	20,92	206,40	0,99	350,62
% DE ADECUACION		13,16%	10,23%	24,49%	7,49%	18,76%	11,33%	23,37%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereal acompañante	A025	Galletas, tipo leche	15,00	15,00	68,25	0,81	2,28	10,98	7,20	0,45	58,20
Menú 18	Cereal acompañante	G001	Crema de leche	18,00	18,00	59,40	0,38	6,30	0,31	12,24	0,00	8,28
Menú 18	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	30,00	30,00	90,30	5,25	7,65	0,09	175,80	0,12	280,50
Menú 18	Fruta	C010	Banano común, crudo	40,00	28,00	28,28	0,42	0,03	6,24	2,24	0,25	0,84
Menú 18	Fruta	C060	Melón, crudo	40,00	20,00	5,00	0,14	0,00	1,00	2,20	0,08	1,40
Menú 18	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	40,00	28,00	11,20	0,14	0,03	2,30	6,72	0,08	1,40
Total general				383,00	139,00	262,43	7,14	16,29	20,92	206,40	0,99	350,62

GRUPO 3 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
290,00	260,68	510,54	26,52	17,83	59,45	162,66	1,94	1663,31
% DE ADECUACION		25,60%	37,99%	26,81%	21,29%	14,79%	22,26%	110,89%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	OMBRE DEL ALIMENTO(Ingredien	PESO BRUTO	Peso Net	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 19	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	50,00	45,00	19,35	0,95	0,00	3,24	18,00	0,45	2,70
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 19	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,50	3,83	1,80	0,03	0,00	0,36	1,03	0,02	1,34
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	95,00	88,35	146,66	18,29	8,13	0,09	9,72	0,62	55,66
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Bebida con leche	C010	Banano común, crudo	50,00	35,00	35,35	0,53	0,04	7,81	2,80	0,32	1,05
Menú 19	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 19	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
Menú 19	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 19	Cereal acompañante	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,50	3,83	1,80	0,03	0,00	0,36	1,03	0,02	1,34
Menú 19	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				290,00	260,68	510,54	26,52	17,83	59,45	162,66	1,94	1663,31

GRUPO 3 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
237,00	210,58	375,86	26,17	12,32	39,05	133,42	3,21	878,85
% DE ADECUACION		18,85%	37,49%	18,52%	######	12,13%	36,94%	58,59%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,28	1,71	0,06	0,00	0,33	1,03	0,01	0,17
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 20	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	4,00	3,20	0,90	0,03	0,00	0,16	0,35	0,01	0,10
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,50	3,60	0,83	0,03	0,00	0,15	0,32	0,02	0,22
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	100,00	100,00	139,00	21,80	5,70	0,00	6,00	2,70	51,00
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 20	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 20	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereal acompañante	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	85,00	61,20	80,78	0,67	0,12	18,54	1,84	0,31	2,45
Total general				237,00	210,58	375,86	26,17	12,32	39,05	133,42	3,21	878,85

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
299,00	257,00	650,71	21,34	17,78	96,43	295,50	3,41	979,57
% DE ADECUACION		26,12%	24,47%	21,42%	27,65%	26,86%	35,93%	65,30%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 1	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 1	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	90,00	90,00	342,00	8,19	3,33	66,51	3,60	2,43	0,90
Menú 1	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	30,00	30,00	85,80	7,02	5,61	1,77	121,50	0,15	142,50
Menú 1	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	140,00	98,00	39,20	0,49	0,10	8,04	23,52	0,29	4,90
Total general				299,00	257,00	650,71	21,34	17,78	96,43	295,50	3,41	979,57

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
226,00	216,05	569,14	31,42	22,50	59,80	169,57	1,60	1681,31
% DE ADECUACION		22,85%	36,03%	27,11%	17,15%	15,42%	16,89%	112,09%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120,00	111,60	185,26	23,10	10,27	0,11	12,28	0,78	70,31
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 2	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 2	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,00	50,00	176,50	3,35	0,20	40,05	4,50	0,40	1,00
Menú 2	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 2	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				226,00	216,05	569,14	31,42	22,50	59,80	169,57	1,60	1681,31

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
321,00	273,60	497,44	31,05	19,47	47,90	175,45	1,51	913,13
% DE ADECUACION		19,97%	35,60%	23,46%	13,74%	15,95%	15,87%	60,88%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120,00	120,00	168,00	25,68	7,20	0,24	20,40	0,96	62,40
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida con leche	C031	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	31,95	0,41	0,14	6,03	5,85	0,14	1,35
Menú 3	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 3	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	100,00	68,00	112,88	0,82	0,14	26,72	5,44	0,27	17,68
Menú 3	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				321,00	273,60	497,44	31,05	19,47	47,90	175,45	1,51	913,13

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
280,00	257,85	541,63	20,98	13,79	79,31	219,53	3,71	1680,81
% DE ADECUACION		21,74%	24,05%	16,61%	22,74%	19,96%	39,07%	112,05%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 4	Bebida con leche	K033	Panela	9,00	9,00	32,76	0,05	0,01	8,12	3,78	0,44	3,51
Menú 4	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,00	50,00	176,50	3,35	0,20	40,05	4,50	0,40	1,00
Menú 4	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 4	Cereal acompañante	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 4	Cereal acompañante	B080	Pimentón rojo, crudo	100,00	85,00	29,75	0,85	0,26	5,36	5,95	0,34	1,70
Menú 4	Cereal acompañante	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 4	Cereal acompañante	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,00	4,25	2,00	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
Menú 4	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Cereal acompañante	T011	Frijol bola roja, crudo	30,00	30,00	115,80	6,84	0,45	18,12	35,70	1,59	3,00
Total general				280,00	257,85	541,63	20,98	13,79	79,31	219,53	3,71	1680,81

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
240,00	220,50	430,19	17,11	12,28	58,31	308,42	3,11	470,93
% DE ADECUACION		17,27%	19,62%	14,79%	16,72%	28,04%	32,69%	31,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 5	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 5	Cereal acompañante	A060	Pan blanco, regular horneado	50,00	50,00	134,00	4,45	1,70	24,40	27,00	1,50	270,50
Menú 5	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	30,00	30,00	85,80	7,02	5,61	1,77	121,50	0,15	142,50
Menú 5	Fruta	C071	Pera, cruda	130,00	110,50	69,62	0,33	0,22	14,25	8,84	0,44	1,11
Total general				240,00	220,50	430,19	17,11	12,28	58,31	308,42	3,11	470,93

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
343,00	317,95	511,02	32,81	20,46	47,06	197,58	2,80	1718,25
% DE ADECUACION		20,51%	37,62%	24,65%	13,50%	17,96%	29,45%	114,55%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Alimento proteico	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, crud	4,00	4,00	14,32	0,38	0,06	3,02	1,20	0,21	0,08
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 6	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120,00	111,60	185,26	23,10	10,27	0,11	12,28	0,78	70,31
Menú 6	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	25,00	22,50	33,53	2,84	2,43	0,07	11,93	0,38	31,28
Menú 6	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Bebida con leche	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 6	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 6	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cru	100,00	92,00	97,52	1,84	0,37	21,44	5,52	0,37	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	D015	Margarina	4,00	4,00	29,72	0,03	3,29	0,00	0,88	0,01	8,92
Menú 6	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				343,00	317,95	511,02	32,81	20,46	47,06	197,58	2,80	1718,25

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
282,00	255,45	573,54	35,45	15,64	71,67	178,14	2,27	1673,40
% DE ADECUACION		23,02%	40,65%	18,84%	20,55%	16,19%	23,93%	111,56%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 7	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120,00	120,00	168,00	25,68	7,20	0,24	20,40	0,96	62,40
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 7	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 7	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,00	50,00	176,50	3,35	0,20	40,05	4,50	0,40	1,00
Menú 7	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	15,00	15,00	55,65	1,95	0,23	11,21	3,75	0,59	0,90
Menú 7	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 7	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				282,00	255,45	573,54	35,45	15,64	71,67	178,14	2,27	1673,40

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
276,00	204,80	495,90	18,07	15,55	69,73	293,10	3,61	995,38
% DE ADECUACION		19,91%	20,72%	18,73%	20,00%	26,65%	38,03%	66,36%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 8	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 8	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	55,00	55,00	196,90	5,23	0,77	41,58	16,50	2,86	1,10
Menú 8	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	30,00	30,00	85,80	7,02	5,61	1,77	121,50	0,15	142,50
Menú 8	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	12,00	10,80	16,09	1,36	1,17	0,03	5,72	0,18	15,01
Menú 8	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Fruta	C060	Melón, crudo	140,00	70,00	17,50	0,49	0,00	3,50	7,70	0,28	4,90
Total general				276,00	204,80	495,90	18,07	15,55	69,73	293,10	3,61	995,38

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
276,50	267,13	558,22	34,73	19,16	60,63	162,07	4,25	1670,40
% DE ADECUACION		22,41%	39,83%	23,08%	17,39%	14,73%	44,73%	111,36%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	120,00	120,00	166,80	26,16	6,84	0,00	7,20	3,24	61,20
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida con leche	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	50,00	43,00	23,65	0,86	0,09	4,39	4,30	0,39	0,00
Menú 9	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 9	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,00	50,00	176,50	3,35	0,20	40,05	4,50	0,40	1,00
Menú 9	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 9	Cereal acompañante	B080	Pimentón rojo, crudo	5,50	4,68	1,64	0,05	0,01	0,29	0,33	0,02	0,09
Menú 9	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				276,50	267,13	558,22	34,73	19,16	60,63	162,07	4,25	1670,40

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
505,00	154,50	299,96	16,11	13,07	28,02	323,22	1,55	253,58
% DE ADECUACION		12,04%	18,47%	15,75%	8,03%	29,38%	16,34%	16,91%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 10	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 10	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	40,00	40,00	114,40	9,36	7,48	2,36	162,00	0,20	190,00
Menú 10	Cereal acompañante	SC	Tortilla de trigo	105,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Fruta	C055	Mandarina Arrayana	130,00	84,50	44,79	1,44	0,85	7,77	10,14	0,34	6,76
Total general				505,00	154,50	299,96	16,11	13,07	28,02	323,22	1,55	253,58

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
232,00	193,00	460,61	15,54	14,53	65,38	284,71	1,72	280,24
% DE ADECUACION		18,49%	17,82%	17,50%	18,75%	25,88%	18,11%	18,68%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25,00	25,00	88,25	1,68	0,10	20,03	2,25	0,20	0,50
Menú 11	Bebida con leche	G001	Crema de leche	11,00	11,00	36,30	0,23	3,85	0,19	7,48	0,00	5,06
Menú 11	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 11	Bebida con leche	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	30,00	30,00	85,80	7,02	5,61	1,77	121,50	0,15	142,50
Menú 11	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 11	Cereal acompañante	A087	Tostadas o calados, horneados	13,00	13,00	51,74	1,30	0,88	9,40	5,20	0,47	74,10
Menú 11	Fruta	C010	Banano común, crudo	130,00	91,00	91,91	1,37	0,09	20,29	7,28	0,82	2,73
Total general				232,00	193,00	460,61	15,54	14,53	65,38	284,71	1,72	280,24

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
302,00	267,80	377,49	32,32	11,20	36,13	160,19	4,04	916,37
% DE ADECUACION		15,15%	37,06%	13,49%	10,36%	14,56%	42,57%	61,09%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Tomate, crudo	5,00	4,75	6,84	0,22	0,01	1,39	1,90	0,06	0,90
Menú 12	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	3,00	3,00	3,60	0,20	0,01	0,59	0,57	0,05	0,09
Menú 12	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 12	Alimento proteico	B103	Aceite de girasol	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 12	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,00	4,25	2,00	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
Menú 12	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	120,00	120,00	166,80	26,16	6,84	0,00	7,20	3,24	61,20
Menú 12	Bebida con leche	C021	Curuba, cruda	50,00	25,00	9,50	0,15	0,03	2,13	1,75	0,25	21,25
Menú 12	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 12	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	80,00	73,60	78,02	1,47	0,29	17,15	4,42	0,29	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				302,00	267,80	377,49	32,32	11,20	36,13	160,19	4,04	916,37

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
290,00	245,03	471,11	28,94	18,46	46,68	171,68	1,51	1698,11
% DE ADECUACION		18,91%	33,19%	22,24%	13,39%	15,61%	15,90%	113,21%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 13	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 13	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	5,50	4,68	1,64	0,05	0,01	0,29	0,33	0,02	0,09
Menú 13	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	5,50	4,40	1,23	0,04	0,00	0,22	0,48	0,02	0,13
Menú 13	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 13	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120,00	111,60	185,26	23,10	10,27	0,11	12,28	0,78	70,31
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 13	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 13	Cereal acompañante	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 13	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	100,00	68,00	112,88	0,82	0,14	26,72	5,44	0,27	17,68
Menú 13	Cereal acompañante	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 13	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				290,00	245,03	471,11	28,94	18,46	46,68	171,68	1,51	1698,11

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
255,00	223,45	654,00	22,80	19,34	93,32	226,47	4,45	2460,27
% DE ADECUACION		26,25%	26,14%	23,30%	26,76%	20,59%	46,87%	164,02%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 14	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 14	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 14	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	37,00	37,00	145,41	7,36	2,04	21,76	44,40	2,37	11,10
Menú 14	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 14	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 14	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,00	50,00	176,50	3,35	0,20	40,05	4,50	0,40	1,00
Menú 14	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	15,00	15,00	55,65	1,95	0,23	11,21	3,75	0,59	0,90
Menú 14	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 14	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				255,00	223,45	654,00	22,80	19,34	93,32	226,47	4,45	2460,27

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
265,00	223,50	532,36	18,48	14,49	79,88	348,82	4,14	927,51
% DE ADECUACION		21,37%	21,20%	17,45%	22,91%	31,71%	43,55%	61,83%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 15	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 15	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	55,00	55,00	196,90	5,23	0,77	41,58	16,50	2,86	1,10
Menú 15	Cereal acompañante	D015	Margarina	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 15	Cereal acompañante	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 15	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	25,00	22,50	33,53	2,84	2,43	0,07	11,93	0,38	31,28
Menú 15	Cereal acompañante	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	130,00	91,00	49,14	0,82	0,09	10,37	31,85	0,27	1,82
Total general				**265,00**	**223,50**	**532,36**	**18,48**	**14,49**	**79,88**	**348,82**	**4,14**	**927,51**

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
286,00	195,00	646,12	19,57	20,35	90,29	335,64	3,92	1121,64
% DE ADECUACION		25,94%	22,44%	24,52%	25,89%	30,51%	41,27%	74,78%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 16	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 16	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	90,00	90,00	342,00	8,19	3,33	66,51	3,60	2,43	0,90
Menú 16	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	30,00	30,00	90,30	5,25	7,65	0,09	175,80	0,12	280,50
Menú 16	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Fruta	C028	Granadilla, cruda	130,00	39,00	37,05	0,82	0,62	5,81	4,68	0,35	7,80
Total general				286,00	195,00	646,12	19,57	20,35	90,29	335,64	3,92	1121,64

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
184,00	177,45	470,79	15,70	17,23	61,81	182,55	2,32	2452,58
% DE ADECUACION		18,90%	18,00%	20,76%	17,73%	16,60%	24,39%	163,51%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T025	Lenteja común, cruda	30,00	30,00	36,60	2,31	0,15	5,55	4,20	0,51	1,80
Menú 17	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 17	Bebida con leche	K033	Panela	9,00	9,00	32,76	0,05	0,01	8,12	3,78	0,44	3,51
Menú 17	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,00	50,00	176,50	3,35	0,20	40,05	4,50	0,40	1,00
Menú 17	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 17	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				184,00	177,45	470,79	15,70	17,23	61,81	182,55	2,32	2452,58

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
420,00	165,00	295,20	8,23	18,28	23,35	239,85	1,11	399,20
% DE ADECUACION		11,85%	9,44%	22,02%	6,70%	21,80%	11,68%	26,61%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereal acompañante	A025	Galletas, tipo leche	15,00	15,00	68,25	0,81	2,28	10,98	7,20	0,45	58,20
Menú 18	Cereal acompañante	G001	Crema de leche	20,00	20,00	66,00	0,42	7,00	0,34	13,60	0,00	9,20
Menú 18	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	35,00	35,00	105,35	6,13	8,93	0,11	205,10	0,14	327,25
Menú 18	Fruta	C010	Banano común, crudo	50,00	35,00	35,35	0,53	0,04	7,81	2,80	0,32	1,05
Menú 18	Fruta	C060	Melón, crudo	50,00	25,00	6,25	0,18	0,00	1,25	2,75	0,10	1,75
Menú 18	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	50,00	35,00	14,00	0,18	0,04	2,87	8,40	0,11	1,75
Total general				420,00	165,00	295,20	8,23	18,28	23,35	239,85	1,11	399,20

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
336,00	304,05	612,02	32,39	22,53	68,24	187,41	2,23	1686,41
% DE ADECUACION		24,57%	37,15%	27,14%	19,57%	17,04%	23,46%	112,43%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 19	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	55,00	49,50	21,29	1,04	0,00	3,56	19,80	0,50	2,97
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 19	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,00	4,25	2,00	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120,00	111,60	185,26	23,10	10,27	0,11	12,28	0,78	70,31
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Bebida con leche	C010	Banano común, crudo	50,00	35,00	35,35	0,53	0,04	7,81	2,80	0,32	1,05
Menú 19	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 19	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,00	50,00	176,50	3,35	0,20	40,05	4,50	0,40	1,00
Menú 19	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 19	Cereal acompañante	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,00	4,25	2,00	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
Menú 19	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				336,00	304,05	612,02	32,39	22,53	68,24	187,41	2,23	1686,41

GRUPO 4 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
282,00	250,85	450,98	31,24	15,02	46,49	154,42	3,84	897,13
% DE ADECUACION		18,10%	35,83%	18,09%	13,33%	14,04%	40,46%	59,81%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 20	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	5,00	4,00	1,12	0,04	0,00	0,20	0,44	0,02	0,12
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	120,00	120,00	166,80	26,16	6,84	0,00	7,20	3,24	61,20
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 20	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 20	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereal acompañante	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	100,00	72,00	95,04	0,79	0,14	21,82	2,16	0,36	2,88
Total general				282,00	250,85	450,98	31,24	15,02	46,49	154,42	3,84	897,13

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
340,00	296,50	789,41	25,25	20,83	119,18	317,79	4,26	1003,80
% DE ADECUACION		27,22%	24,88%	21,54%	29,36%	28,89%	36,09%	66,92%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 1	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 1	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	120,00	120,00	456,00	10,92	4,44	88,68	4,80	3,24	1,20
Menú 1	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	35,00	35,00	100,10	8,19	6,55	2,07	141,75	0,18	166,25
Menú 1	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	145,00	101,50	40,60	0,51	0,10	8,32	24,36	0,30	5,08
Total general				340,00	296,50	789,41	25,25	20,83	119,18	317,79	4,26	1003,80

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
254,00	242,53	635,95	35,61	26,24	63,88	172,21	1,78	1693,17
% DE ADECUACION		21,93%	35,09%	27,13%	15,73%	15,66%	15,07%	112,88%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	140,00	130,20	216,13	26,95	11,98	0,13	14,32	0,91	82,03
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 2	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 2	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55,00	55,00	194,15	3,69	0,22	44,06	4,95	0,44	1,10
Menú 2	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 2	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				254,00	242,53	635,95	35,61	26,24	63,88	172,21	1,78	1693,17

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
353,50	299,68	552,21	33,36	22,10	53,30	178,35	1,64	921,89
% DE ADECUACION		19,04%	32,86%	22,86%	13,13%	16,21%	13,92%	61,46%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	130,00	130,00	182,00	27,82	7,80	0,26	22,10	1,04	67,60
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida con leche	C031	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	31,95	0,41	0,14	6,03	5,85	0,14	1,35
Menú 3	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 3	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	120,00	81,60	135,46	0,98	0,16	32,07	6,53	0,33	21,22
Menú 3	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				353,50	299,68	552,21	33,36	22,10	53,30	178,35	1,64	921,89

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
317,50	292,15	613,31	23,77	15,01	90,52	233,33	4,35	1682,44
% DE ADECUACION		21,15%	23,42%	15,52%	22,29%	21,21%	36,90%	112,16%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 4	Bebida con leche	K033	Panela	9,00	9,00	32,76	0,05	0,01	8,12	3,78	0,44	3,51
Menú 4	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55,00	55,00	194,15	3,69	0,22	44,06	4,95	0,44	1,10
Menú 4	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 4	Cereal acompañante	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 4	Cereal acompañante	B080	Pimentón rojo, crudo	120,00	102,00	35,70	1,02	0,31	6,43	7,14	0,41	2,04
Menú 4	Cereal acompañante	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 4	Cereal acompañante	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,50	4,68	2,20	0,03	0,00	0,44	1,26	0,02	1,64
Menú 4	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Cereal acompañante	T011	Frijol bola roja, crudo	40,00	40,00	154,40	9,12	0,60	24,16	47,60	2,12	4,00
Total general				317,50	292,15	613,31	23,77	15,01	90,52	233,33	4,35	1682,44

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
245,00	224,75	432,86	17,12	12,29	58,86	308,76	3,12	470,97
% DE ADECUACION		14,93%	16,87%	12,70%	14,50%	28,07%	26,47%	31,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 5	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 5	Cereal acompañante	A060	Pan blanco, regular horneado	50,00	50,00	134,00	4,45	1,70	24,40	27,00	1,50	270,50
Menú 5	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	30,00	30,00	85,80	7,02	5,61	1,77	121,50	0,15	142,50
Menú 5	Fruta	C071	Pera, cruda	135,00	114,75	72,29	0,34	0,23	14,80	9,18	0,46	1,15
Total general				245,00	224,75	432,86	17,12	12,29	58,86	308,76	3,12	470,97

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
390,00	361,45	579,11	37,70	23,57	52,14	203,64	3,13	1738,48
% DE ADECUACION		19,97%	37,14%	24,37%	12,84%	18,51%	26,54%	115,90%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Alimento proteico	A039	Harina de trigo, fortificada, para reposteria, cruda	5,00	5,00	17,90	0,48	0,07	3,78	1,50	0,26	0,10
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 6	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	140,00	130,20	216,13	26,95	11,98	0,13	14,32	0,91	82,03
Menú 6	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	30,00	27,00	40,23	3,40	2,92	0,08	14,31	0,46	37,53
Menú 6	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Bebida con leche	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 6	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 6	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	120,00	110,40	117,02	2,21	0,44	25,72	6,62	0,44	0,00
Menú 6	Cereal acompañante	D015	Margarina	5,00	5,00	37,15	0,04	4,11	0,00	1,10	0,01	11,15
Menú 6	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				390,00	361,45	579,11	37,70	23,57	52,14	203,64	3,13	1738,48

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
299,00	272,33	614,47	37,93	17,26	75,75	180,44	2,40	1678,75
% DE ADECUACION		21,19%	37,37%	17,85%	18,66%	16,40%	20,31%	111,92%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 7	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	130,00	130,00	182,00	27,82	7,80	0,26	22,10	1,04	67,60
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 7	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 7	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55,00	55,00	194,15	3,69	0,22	44,06	4,95	0,44	1,10
Menú 7	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	15,00	15,00	55,65	1,95	0,23	11,21	3,75	0,59	0,90
Menú 7	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 7	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				**299,00**	**272,33**	**614,47**	**37,93**	**17,26**	**75,75**	**180,44**	**2,40**	**1678,75**

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
292,00	218,30	541,33	19,04	16,69	77,41	296,38	4,14	995,76
% DE ADECUACION		18,67%	18,76%	17,26%	19,07%	26,94%	35,11%	66,38%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 8	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 8	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para repostería, cruda	65,00	65,00	232,70	6,18	0,91	49,14	19,50	3,38	1,30
Menú 8	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	30,00	30,00	85,80	7,02	5,61	1,77	121,50	0,15	142,50
Menú 8	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	12,00	10,80	16,09	1,36	1,17	0,03	5,72	0,18	15,01
Menú 8	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Fruta	C060	Melón, crudo	145,00	72,50	18,13	0,51	0,00	3,63	7,98	0,29	5,08
Total general				292,00	218,30	541,33	19,04	16,69	77,41	296,38	4,14	995,76

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
298,00	288,43	618,80	37,46	21,76	67,12	163,57	4,59	1675,71
% DE ADECUACION		21,34%	36,91%	22,50%	16,53%	14,87%	38,88%	111,71%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	130,00	130,00	180,70	28,34	7,41	0,00	7,80	3,51	66,30
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida con leche	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	50,00	43,00	23,65	0,86	0,09	4,39	4,30	0,39	0,00
Menú 9	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 9	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	58,00	58,00	204,74	3,89	0,23	46,46	5,22	0,46	1,16
Menú 9	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 9	Cereal acompañante	B080	Pimentón rojo, crudo	6,00	5,10	1,79	0,05	0,02	0,32	0,36	0,02	0,10
Menú 9	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				298,00	288,43	618,80	37,46	21,76	67,12	163,57	4,59	1675,71

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
525,00	157,75	301,68	16,16	13,10	28,32	323,61	1,57	253,84
% DE ADECUACION		10,40%	15,92%	13,55%	6,97%	29,42%	13,26%	16,92%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 10	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 10	Cereal acompañante	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	40,00	40,00	114,40	9,36	7,48	2,36	162,00	0,20	190,00
Menú 10	Cereal acompañante	SC	Tortilla de trigo	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Fruta	C055	Mandarina Arrayana	135,00	87,75	46,51	1,49	0,88	8,07	10,53	0,35	7,02
Total general				525,00	157,75	301,68	16,16	13,10	28,32	323,61	1,57	253,84

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
252,00	211,50	518,67	16,68	15,19	77,08	288,17	1,98	303,81
% DE ADECUACION		17,89%	16,43%	15,71%	18,98%	26,20%	16,74%	20,25%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Bebida con leche	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	35,00	35,00	123,55	2,35	0,14	28,04	3,15	0,28	0,70
Menú 11	Bebida con leche	G001	Crema de leche	12,00	12,00	39,60	0,25	4,20	0,20	8,16	0,00	5,52
Menú 11	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 11	Bebida con leche	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	30,00	30,00	85,80	7,02	5,61	1,77	121,50	0,15	142,50
Menú 11	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 11	Cereal acompañante	A087	Tostadas o galados, horneados	17,00	17,00	67,66	1,70	1,16	12,29	6,80	0,61	96,90
Menú 11	Fruta	C010	Banano común, crudo	135,00	94,50	95,45	1,42	0,09	21,07	7,56	0,85	2,84
Total general				**252,00**	**211,50**	**518,67**	**16,68**	**15,19**	**77,08**	**288,17**	**1,98**	**303,81**

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
335,00	298,80	412,30	34,91	11,85	40,69	162,41	4,40	921,78
% DE ADECUACION		14,22%	34,39%	12,25%	10,02%	14,76%	37,31%	61,45%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Tomate, crudo	5,50	5,23	7,52	0,25	0,02	1,53	2,09	0,07	0,99
Menú 12	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	3,00	3,00	3,60	0,20	0,01	0,59	0,57	0,05	0,09
Menú 12	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	5,50	4,68	1,64	0,05	0,01	0,29	0,33	0,02	0,09
Menú 12	Alimento proteico	B103	Aceite de girasol	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 12	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,50	4,68	2,20	0,03	0,00	0,44	1,26	0,02	1,64
Menú 12	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	130,00	130,00	180,70	28,34	7,41	0,00	7,80	3,51	66,30
Menú 12	Bebida con leche	C021	Curuba, cruda	50,00	25,00	9,50	0,15	0,03	2,13	1,75	0,25	21,25
Menú 12	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 12	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	100,00	92,00	97,52	1,84	0,37	21,44	5,52	0,37	0,00
Menú 12	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				335,00	298,80	412,30	34,91	11,85	40,69	162,41	4,40	921,78

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
334,00	280,80	534,39	32,98	21,20	52,20	175,19	1,70	1713,47
% DE ADECUACION		18,43%	32,49%	21,92%	12,86%	15,93%	14,45%	114,23%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 13	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 13	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	6,00	5,10	1,79	0,05	0,02	0,32	0,36	0,02	0,10
Menú 13	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	6,00	4,80	1,34	0,04	0,00	0,24	0,53	0,02	0,14
Menú 13	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 13	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	140,00	130,20	216,13	26,95	11,98	0,13	14,32	0,91	82,03
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 13	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Bebida con leche	L005	Café soluble en polvo	5,00	5,00	17,75	0,65	0,02	3,74	7,05	0,22	1,90
Menú 13	Cereal acompañante	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 13	Cereal acompañante	B092	Plátano hartón, verde, crudo	120,00	81,60	135,46	0,98	0,16	32,07	6,53	0,33	21,22
Menú 13	Cereal acompañante	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 13	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				334,00	280,80	534,39	32,98	21,20	52,20	175,19	1,70	1713,47

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
266,00	234,33	701,72	23,74	21,52	99,15	230,67	4,69	2461,32
% DE ADECUACION		24,20%	23,39%	22,26%	24,42%	20,97%	39,73%	164,09%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 14	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 14	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 14	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	40,00	40,00	157,20	7,96	2,20	23,52	48,00	2,56	12,00
Menú 14	Bebida con leche	C051	Mango común, crudo	50,00	25,00	19,75	0,15	0,00	4,28	3,75	0,13	1,00
Menú 14	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 14	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55,00	55,00	194,15	3,69	0,22	44,06	4,95	0,44	1,10
Menú 14	Cereal acompañante	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	15,00	15,00	55,65	1,95	0,23	11,21	3,75	0,59	0,90
Menú 14	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 14	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				266,00	234,33	701,72	23,74	21,52	99,15	230,67	4,69	2461,32

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
285,00	241,50	576,75	20,03	15,12	87,85	355,43	4,74	934,03
% DE ADECUACION		19,89%	19,74%	15,63%	21,64%	32,31%	40,21%	62,27%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Bebida con leche	A012	Harina de avena, cruda	10,00	10,00	41,10	1,69	0,75	6,41	5,40	0,45	0,30
Menú 15	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 15	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	A039	Harina de trigo, fortificada, para repostería, cruda	65,00	65,00	232,70	6,18	0,91	49,14	19,50	3,38	1,30
Menú 15	Cereal acompañante	D015	Margarina	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 15	Cereal acompañante	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 15	Cereal acompañante	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	30,00	27,00	40,23	3,40	2,92	0,08	14,31	0,46	37,53
Menú 15	Cereal acompañante	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Fruta	C050	Mandarina Arrayana	135,00	94,50	51,03	0,85	0,09	10,77	33,08	0,28	1,89
Total general				285,00	241,50	576,75	20,03	15,12	87,85	355,43	4,74	934,03

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
322,00	227,50	770,55	22,33	22,48	112,69	337,02	4,74	1122,24
% DE ADECUACION		26,57%	22,00%	23,25%	27,76%	30,64%	40,21%	74,82%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 16	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Bebida con leche	L009	Cocoa en polvo, sin azucar	7,00	7,00	34,16	1,37	0,76	4,18	10,08	0,93	1,47
Menú 16	Cereal acompañante	A034	Harina de maíz blanco, precocida	120,00	120,00	456,00	10,92	4,44	88,68	4,80	3,24	1,20
Menú 16	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	30,00	30,00	90,30	5,25	7,65	0,09	175,80	0,12	280,50
Menú 16	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Fruta	C028	Granadilla, cruda	135,00	40,50	38,48	0,85	0,65	6,03	4,86	0,36	8,10
Total general				322,00	227,50	770,55	22,33	22,48	112,69	337,02	4,74	1122,24

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
202,00	195,33	518,92	16,81	19,31	67,72	184,55	2,53	2453,33
% DE ADECUACION		17,89%	16,57%	19,96%	16,68%	16,78%	21,45%	163,56%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50,00	45,00	67,05	5,67	4,86	0,14	23,85	0,77	62,55
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T025	Lenteja común, cruda	40,00	40,00	48,80	3,08	0,20	7,40	5,60	0,68	2,40
Menú 17	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 17	Bebida con leche	K033	Panela	9,00	9,00	32,76	0,05	0,01	8,12	3,78	0,44	3,51
Menú 17	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55,00	55,00	194,15	3,69	0,22	44,06	4,95	0,44	1,10
Menú 17	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 17	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				202,00	195,33	518,92	16,81	19,31	67,72	184,55	2,53	2453,33

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (GS)	Total Peso Neto GS	Total Calorias GS	Total Proteina GS	Total Grasa GS	Total CHO GS	Total Calcio GS	Total Hierro GS	Total Sodio GS
465,00	199,00	354,37	9,49	23,06	25,92	278,74	1,23	451,46
% DE ADECUACION		12,22%	9,35%	23,85%	6,38%	25,34%	10,46%	30,10%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereal acompañante	A025	Galletas, tipo leche	15,00	15,00	68,25	0,81	2,28	10,98	7,20	0,45	58,20
Menú 18	Cereal acompañante	G001	Crema de leche	30,00	30,00	99,00	0,63	10,50	0,51	20,40	0,00	13,80
Menú 18	Cereal acompañante	G017	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	40,00	40,00	120,40	7,00	10,20	0,12	234,40	0,16	374,00
Menú 18	Fruta	C010	Banano común, crudo	60,00	42,00	42,42	0,63	0,04	9,37	3,36	0,38	1,26
Menú 18	Fruta	C060	Melón, crudo	60,00	30,00	7,50	0,21	0,00	1,50	3,30	0,12	2,10
Menú 18	Fruta	C065	Papaya, madura, cruda	60,00	42,00	16,80	0,21	0,04	3,44	10,08	0,13	2,10
Total general				465,00	199,00	354,37	9,49	23,06	25,92	278,74	1,23	451,46

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
370,00	335,88	681,17	36,69	26,26	72,72	192,09	2,45	1698,83
% DE ADECUACION		23,49%	36,14%	27,16%	17,91%	17,46%	20,77%	113,26%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 19	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	60,00	54,00	23,22	1,13	0,00	3,89	21,60	0,54	3,24
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 19	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,50	4,68	2,20	0,03	0,00	0,44	1,26	0,02	1,64
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	140,00	130,20	216,13	26,95	11,98	0,13	14,32	0,91	82,03
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Bebida con leche	C010	Banano común, crudo	50,00	35,00	35,35	0,53	0,04	7,81	2,80	0,32	1,05
Menú 19	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 19	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	55,00	55,00	194,15	3,69	0,22	44,06	4,95	0,44	1,10
Menú 19	Cereal acompañante	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 19	Cereal acompañante	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,50	4,68	2,20	0,03	0,00	0,44	1,26	0,02	1,64
Menú 19	Cereal acompañante	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereal acompañante	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				370,00	335,88	681,17	36,69	26,26	72,72	192,09	2,45	1698,83

GRUPO 5 AM - PM

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9
(en blanco)				

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
316,00	278,78	493,69	33,61	16,62	51,00	155,75	4,20	902,89
% DE ADECUACION		17,02%	33,11%	17,19%	12,56%	14,16%	35,55%	60,19%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,50	5,23	2,09	0,07	0,01	0,40	1,25	0,02	0,21
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	6,00	5,10	1,79	0,05	0,02	0,32	0,36	0,02	0,10
Menú 20	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	6,00	4,80	1,34	0,04	0,00	0,24	0,53	0,02	0,14
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,50	4,40	1,01	0,04	0,00	0,18	0,40	0,02	0,26
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	130,00	130,00	180,70	28,34	7,41	0,00	7,80	3,51	66,30
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida con leche	A001	Almidón de maíz, crudo	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
Menú 20	Bebida con leche	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 20	Bebida con leche	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereal acompañante	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	120,00	86,40	114,05	0,95	0,17	26,18	2,59	0,43	3,46
Total general				316,00	278,78	493,69	33,61	16,62	51,00	155,75	4,20	902,89

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
296,00	239,05	430,68	17,51	14,03	56,57	155,84	1,26	2423,66
% DE ADECUACION		33,13%	38,48%	32,41%	31,08%	22,26%	22,42%	213,92%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 1	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 1	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 1	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 1	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 1	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 1	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 1	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 1	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 1	Cereales	B044	Espinaca, cruda	2,00	1,20	0,41	0,03	0,00	0,05	1,48	0,03	0,79
Menú 1	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	16,00	8,00	6,32	0,05	0,00	1,37	1,20	0,04	0,32
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B092	Plátano hartón, verde, crudo	70,00	47,60	79,02	0,57	0,10	18,71	3,81	0,19	12,38
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				296,00	239,05	430,68	17,51	14,03	56,57	155,84	1,26	2423,66

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
299,00	241,30	367,30	11,12	11,76	52,31	54,79	2,29	2802,50
% DE ADECUACION		28,25%	24,44%	27,15%	28,74%	7,83%	40,98%	247,35%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 2	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	6,00	6,00	22,26	1,28	0,07	3,52	7,50	0,43	0,90
Menú 2	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 2	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 2	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	7,00	7,00	10,01	0,41	0,06	1,89	0,49	0,04	0,07
Menú 2	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 2	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 2	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	16,00	15,20	6,08	0,21	0,02	1,17	3,65	0,05	0,61
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	16,00	12,80	6,78	0,18	0,01	1,32	2,05	0,10	9,09
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 2	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Total general				299,00	241,30	367,30	11,12	11,76	52,31	54,79	2,29	2802,50

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
339,00	286,84	457,07	17,51	15,31	60,34	166,18	1,79	2806,53
% DE ADECUACION		35,16%	38,47%	35,35%	33,15%	23,74%	32,02%	247,71%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 3	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	40,00	36,00	15,48	0,76	0,00	2,59	14,40	0,36	2,16
Menú 3	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 3	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	2,00	1,70	0,80	0,01	0,00	0,16	0,46	0,01	0,60
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 3	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 3	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 3	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 3	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 3	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	16,00	15,20	6,08	0,21	0,02	1,17	3,65	0,05	0,61
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	16,00	12,00	1,68	0,06	0,01	0,28	2,16	0,04	0,24
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	50,00	40,00	63,60	0,36	0,12	14,96	6,40	0,12	5,60
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				339,00	286,84	457,07	17,51	15,31	60,34	166,18	1,79	2806,53

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
279,00	241,95	370,29	16,57	11,79	47,13	39,02	2,85	3538,86
% DE ADECUACION		28,48%	36,42%	27,22%	25,89%	5,57%	50,96%	312,34%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 4	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	5,70	2,28	0,08	0,01	0,44	1,37	0,02	0,23
Menú 4	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	53,00	53,00	73,67	11,55	3,02	0,00	3,18	1,43	27,03
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 4	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	5,00	5,00	19,55	1,08	0,07	3,03	4,05	0,29	0,80
Menú 4	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	60,00	30,00	23,70	0,18	0,00	5,13	4,50	0,15	1,20
Menú 4	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 4	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 4	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 4	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B009	Repollo blanco, crudo	16,00	15,20	21,89	0,71	0,05	4,45	6,08	0,20	2,89
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	16,00	15,20	6,08	0,21	0,02	1,17	3,65	0,05	0,61
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	50,00	50,00	40,00	1,10	0,05	8,45	6,00	0,40	3,00
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D015	Margarina	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				279,00	241,95	370,29	16,57	11,79	47,13	39,02	2,85	3538,86

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
251,00	237,94	406,24	18,77	15,65	45,41	174,29	2,33	2817,88
% DE ADECUACION		31,25%	41,24%	36,13%	24,95%	24,90%	41,63%	248,71%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 5	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 5	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 5	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 5	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 5	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 5	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 5	Cereales	D004	Aceite de girasol	1,00	1,00	9,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	16,00	14,40	6,19	0,30	0,00	1,04	5,76	0,14	0,86
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	15,00	13,50	20,12	1,70	1,46	0,04	7,16	0,23	18,77
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	50,00	50,00	40,00	1,10	0,05	8,45	6,00	0,40	3,00
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				251,00	237,94	406,24	18,77	15,65	45,41	174,29	2,33	2817,88

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
301,00	236,85	396,73	18,47	10,81	55,00	150,97	2,76	864,43
% DE ADECUACION		30,52%	40,60%	24,97%	30,22%	21,57%	49,27%	76,30%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 6	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 6	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	2,00	1,60	0,45	0,01	0,00	0,08	0,18	0,01	0,05
Menú 6	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 6	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	53,00	53,00	73,67	11,55	3,02	0,00	3,18	1,43	27,03
Menú 6	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 6	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 6	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 6	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	7,00	7,00	10,01	0,41	0,06	1,89	0,49	0,04	0,07
Menú 6	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 6	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 6	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	12,00	7,20	2,45	0,21	0,01	0,27	8,86	0,17	4,75
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	12,00	6,60	1,19	0,05	0,01	0,17	1,39	0,06	0,40
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	12,00	10,20	4,79	0,07	0,01	0,97	2,75	0,04	3,57
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	12,00	6,00	4,74	0,04	0,00	1,03	0,90	0,03	0,24
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	K033	Panela	3,00	3,00	10,92	0,02	0,00	2,71	1,26	0,15	1,17
Total general				301,00	236,85	396,73	18,47	10,81	55,00	150,97	2,76	864,43

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
295,00	227,55	366,26	17,36	10,77	48,99	146,72	2,45	2447,98
% DE ADECUACION		28,17%	38,16%	24,87%	26,92%	20,96%	43,71%	216,06%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 7	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	53,00	53,00	73,67	11,55	3,02	0,00	3,18	1,43	27,03
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 7	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 7	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 7	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 7	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 7	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	2,00	1,70	0,80	0,01	0,00	0,16	0,46	0,01	0,60
Menú 7	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	12,00	6,60	1,19	0,05	0,01	0,17	1,39	0,06	0,40
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	12,00	9,60	2,21	0,09	0,01	0,39	0,86	0,05	0,58
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	12,00	10,20	4,79	0,07	0,01	0,97	2,75	0,04	3,57
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	12,00	6,60	3,70	0,04	0,01	0,82	1,06	0,03	0,20
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	50,00	40,00	63,60	0,36	0,12	14,96	6,40	0,12	5,60
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				295,00	227,55	366,26	17,36	10,77	48,99	146,72	2,45	2447,98

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
314,00	242,70	376,89	9,98	14,90	48,98	53,83	2,03	2791,15
% DE ADECUACION		28,99%	21,93%	34,42%	26,91%	7,69%	36,23%	246,35%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 8	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 8	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 8	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 8	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 8	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	5,00	5,00	19,65	1,00	0,28	2,94	6,00	0,32	1,50
Menú 8	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 8	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 8	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 8	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 8	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	16,00	15,20	6,08	0,21	0,02	1,17	3,65	0,05	0,61
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	16,00	12,00	1,68	0,06	0,01	0,28	2,16	0,04	0,24
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				314,00	242,70	376,89	9,98	14,90	48,98	53,83	2,03	2791,15

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
305,00	266,24	368,07	17,36	15,55	37,26	165,17	1,58	2421,76
% DE ADECUACION		28,31%	38,16%	35,92%	20,47%	23,60%	28,22%	213,75%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 9	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	2,00	2,00	2,40	0,13	0,01	0,39	0,38	0,03	0,06
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 9	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	2,00	1,70	0,80	0,01	0,00	0,16	0,46	0,01	0,60
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 9	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 9	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	22,00	22,00	31,46	1,28	0,20	5,94	1,54	0,11	0,22
Menú 9	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 9	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	10,00	9,50	3,80	0,13	0,01	0,73	2,28	0,03	0,38
Menú 9	Cereales	B103	Tomate, crudo	13,00	10,40	2,39	0,09	0,01	0,43	0,94	0,05	0,62
Menú 9	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	12,00	7,20	2,45	0,21	0,01	0,27	8,86	0,17	4,75
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	12,00	6,60	1,19	0,05	0,01	0,17	1,39	0,06	0,40
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	12,00	10,20	4,79	0,07	0,01	0,97	2,75	0,04	3,57
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C025	Fresa, madura, cruda	12,00	11,40	5,13	0,09	0,06	0,95	2,39	0,06	0,23
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	50,00	50,00	40,00	1,10	0,05	8,45	6,00	0,40	3,00
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	SC	Paprika	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				305,00	266,24	368,07	17,36	15,55	37,26	165,17	1,58	2421,76

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
472,00	208,60	385,00	15,36	14,59	46,74	38,55	1,86	3530,09
% DE ADECUACION		29,62%	33,76%	33,69%	25,68%	5,51%	33,27%	311,57%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 10	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 10	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 10	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 10	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 10	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	5,00	5,00	19,35	1,16	0,05	3,05	2,55	0,36	1,35
Menú 10	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	70,00	22,40	13,44	0,34	0,11	2,78	2,02	0,38	1,34
Menú 10	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 10	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 10	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 10	Cereales	SC	Curcuma	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	16,00	15,20	6,08	0,21	0,02	1,17	3,65	0,05	0,61
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	16,00	14,40	6,19	0,30	0,00	1,04	5,76	0,14	0,86
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	2,00	1,80	0,99	0,05	0,02	0,12	2,48	0,12	1,01
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	50,00	40,00	63,60	0,36	0,12	14,96	6,40	0,12	5,60
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				472,00	208,60	385,00	15,36	14,59	46,74	38,55	1,86	3530,09

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
319,00	247,32	400,37	15,60	14,09	51,13	43,03	3,36	2374,06
% DE ADECUACION		30,80%	34,29%	32,55%	28,09%	6,15%	60,08%	209,54%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 11	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 11	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 11	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	53,00	53,00	73,67	11,55	3,02	0,00	3,18	1,43	27,03
Menú 11	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 11	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	5,00	5,00	18,55	1,07	0,06	2,94	6,25	0,36	0,75
Menú 11	Bebida / lácteo	C062	Naranja, cruda	80,00	48,00	19,68	0,34	0,14	4,22	15,84	0,62	0,96
Menú 11	Bebida / lácteo	K033	Panela	6,00	6,00	21,84	0,04	0,01	5,41	2,52	0,29	2,34
Menú 11	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 11	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 11	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 11	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C002	Aguacate Lorena, crudo	16,00	12,32	22,05	0,20	1,64	1,23	1,23	0,05	0,74
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B092	Plátano hartón, verde, crudo	70,00	47,60	79,02	0,57	0,10	18,71	3,81	0,19	12,38
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				319,00	247,32	400,37	15,60	14,09	51,13	43,03	3,36	2374,06

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
296,00	242,05	402,14	18,94	15,14	45,14	197,68	1,37	1682,61
% DE ADECUACION		30,93%	41,62%	34,97%	24,80%	28,24%	24,48%	148,51%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 12	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 12	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 12	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 12	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 12	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereales	A001	Almidón de maíz, crudo	2,00	2,00	7,40	0,01	0,00	1,83	0,04	0,01	0,18
Menú 12	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	22,00	22,00	31,46	1,28	0,20	5,94	1,54	0,11	0,22
Menú 12	Cereales	D018	Margarina, con sal	2,00	2,00	14,64	0,01	1,62	0,00	0,28	0,00	17,54
Menú 12	Cereales	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	3,00	3,00	14,97	0,79	0,80	1,15	28,20	0,02	11,07
Menú 12	Cereales	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	3,00	3,00	8,58	0,70	0,56	0,18	12,15	0,02	14,25
Menú 12	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	12,00	7,20	2,45	0,21	0,01	0,27	8,86	0,17	4,75
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	12,00	6,60	1,19	0,05	0,01	0,17	1,39	0,06	0,40
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	12,00	10,20	4,79	0,07	0,01	0,97	2,75	0,04	3,57
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	12,00	6,00	4,74	0,04	0,00	1,03	0,90	0,03	0,24
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				296,00	242,05	402,14	18,94	15,14	45,14	197,68	1,37	1682,61

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
287,00	220,40	351,99	10,18	11,70	49,90	53,69	2,04	3572,49
% DE ADECUACION		27,08%	22,37%	27,03%	27,42%	7,67%	36,42%	315,31%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 13	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 13	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	5,00	5,00	19,55	1,08	0,07	3,03	4,05	0,29	0,80
Menú 13	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	80,00	48,00	27,84	0,82	0,05	6,00	4,80	0,38	0,48
Menú 13	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 13	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 13	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 13	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 13	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	16,00	8,00	6,32	0,05	0,00	1,37	1,20	0,04	0,32
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	50,00	40,00	63,60	0,36	0,12	14,96	6,40	0,12	5,60
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				287,00	220,40	351,99	10,18	11,70	49,90	53,69	2,04	3572,49

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
294,00	242,29	446,67	17,06	15,27	58,33	150,13	1,72	2029,30
% DE ADECUACION		34,36%	37,49%	35,28%	32,05%	21,45%	30,80%	179,11%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 14	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 14	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 14	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 14	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 14	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	2,00	2,00	2,40	0,13	0,01	0,39	0,38	0,03	0,06
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	16,00	14,40	6,19	0,30	0,00	1,04	5,76	0,14	0,86
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	2,00	1,80	0,99	0,05	0,02	0,12	2,48	0,12	1,01
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				294,00	242,29	446,67	17,06	15,27	58,33	150,13	1,72	2029,30

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
276,00	261,25	369,97	18,12	13,11	43,50	162,02	1,58	2801,29
% DE ADECUACION		28,46%	39,81%	30,27%	23,90%	23,15%	28,13%	247,25%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 15	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 15	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 15	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	1,00	1,00	9,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 15	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Bebida / lácteo	C025	Fresa, madura, cruda	60,00	57,00	25,65	0,46	0,29	4,73	11,97	0,29	1,14
Menú 15	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 15	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 15	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 15	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 15	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	16,00	12,00	1,68	0,06	0,01	0,28	2,16	0,04	0,24
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	50,00	50,00	40,00	1,10	0,05	8,45	6,00	0,40	3,00
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				276,00	261,25	369,97	18,12	13,11	43,50	162,02	1,58	2801,29

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
337,00	291,24	464,84	17,55	15,28	61,34	184,71	2,35	1274,55
% DE ADECUACION		35,76%	38,57%	35,30%	33,70%	26,39%	41,99%	112,49%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 16	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 16	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	40,00	36,00	15,48	0,76	0,00	2,59	14,40	0,36	2,16
Menú 16	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 16	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	2,00	1,70	0,80	0,01	0,00	0,16	0,46	0,01	0,60
Menú 16	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 16	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 16	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 16	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 16	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 16	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 16	Cereales	B044	Espinaca, cruda	2,00	1,20	0,41	0,03	0,00	0,05	1,48	0,03	0,79
Menú 16	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	16,00	15,20	6,08	0,21	0,02	1,17	3,65	0,05	0,61
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	16,00	12,80	6,78	0,18	0,01	1,32	2,05	0,10	9,09
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B092	Plátano hartón, verde, crudo	70,00	47,60	79,02	0,57	0,10	18,71	3,81	0,19	12,38
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				337,00	291,24	464,84	17,55	15,28	61,34	184,71	2,35	1274,55

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
322,00	245,70	385,91	10,04	14,69	51,31	52,32	2,13	2795,29
% DE ADECUACION		29,69%	22,07%	33,93%	28,19%	7,47%	37,95%	246,72%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	5,00	5,00	19,35	1,16	0,05	3,05	2,55	0,36	1,35
Menú 17	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 17	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 17	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 17	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 17	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 17	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C054	Manzana común cruda	16,00	13,60	9,79	0,04	0,03	2,24	2,18	0,04	0,27
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				322,00	245,70	385,91	10,04	14,69	51,31	52,32	2,13	2795,29

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
491,00	237,15	375,05	17,87	13,33	44,91	151,43	1,68	2452,25
% DE ADECUACION		28,85%	39,28%	30,79%	24,67%	21,63%	30,06%	216,44%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Alimento proteico	A001	Almidón de maíz, crudo	2,00	2,00	7,40	0,01	0,00	1,83	0,04	0,01	0,18
Menú 18	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 18	Alimento proteico	C062	Naranja, cruda	2,00	1,20	0,49	0,01	0,00	0,11	0,40	0,02	0,02
Menú 18	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 18	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 18	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 18	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 18	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 18	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 18	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 18	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 18	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B080	Pimentón rojo, crudo	8,00	6,80	2,38	0,07	0,02	0,43	0,48	0,03	0,14
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B081	Pimentón verde, crudo	8,00	6,40	1,79	0,06	0,01	0,31	0,70	0,03	0,19
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	15,00	7,50	5,93	0,05	0,00	1,28	1,13	0,04	0,30
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	50,00	50,00	40,00	1,10	0,05	8,45	6,00	0,40	3,00
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D015	Mantequilla	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				491,00	237,15	375,05	17,87	13,33	44,91	151,43	1,68	2452,25

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*###*	*####*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
256,00	216,55	360,67	14,96	9,57	52,14	33,17	2,45	3533,21
% DE ADECUACION		27,74%	32,88%	#####	####	4,74%	#####	######

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 19	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 19	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	2,00	1,60	0,45	0,01	0,00	0,08	0,18	0,01	0,05
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	53,00	53,00	73,67	11,55	3,02	0,00	3,18	1,43	27,03
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 19	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	5,00	5,00	19,65	1,00	0,28	2,94	6,00	0,32	1,50
Menú 19	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	12,00	6,00	4,74	0,04	0,00	1,03	0,90	0,03	0,24
Menú 19	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	12,00	12,00	47,64	0,00	0,00	11,92	0,00	0,01	0,00
Menú 19	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 19	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 19	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 19	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	2,00	1,70	0,80	0,01	0,00	0,16	0,46	0,01	0,60
Menú 19	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	12,00	9,60	2,21	0,09	0,01	0,39	0,86	0,05	0,58
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	16,00	8,80	4,93	0,05	0,01	1,09	1,41	0,04	0,26
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	50,00	40,00	63,60	0,36	0,12	14,96	6,40	0,12	5,60
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				256,00	216,55	360,67	14,96	9,57	52,14	33,17	2,45	3533,21

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
320,00	225,80	447,57	17,59	15,59	58,38	149,64	1,80	2424,56
% DE ADECUACION		34,43%	38,66%	36,00%	32,08%	21,38%	32,16%	214,00%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 20	Alimento proteico	K033	Panela	5,00	5,00	18,20	0,03	0,01	4,51	2,10	0,25	1,95
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	80,00	25,60	15,36	0,38	0,13	3,17	2,30	0,44	1,54
Menú 20	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 20	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 20	Cereales	C019	Coco, crudo	10,00	4,50	18,09	0,16	1,60	0,57	0,32	0,06	0,81
Menú 20	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	12,00	6,60	1,19	0,05	0,01	0,17	1,39	0,06	0,40
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	12,00	9,60	2,21	0,09	0,01	0,39	0,86	0,05	0,58
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	12,00	10,20	4,79	0,07	0,01	0,97	2,75	0,04	3,57
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B092	Plátano hartón, verde, crudo	70,00	47,60	79,02	0,57	0,10	18,71	3,81	0,19	12,38
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				320,00	225,80	447,57	17,59	15,59	58,38	149,64	1,80	2424,56

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
335,00	269,90	506,90	18,73	17,21	67,03	160,85	1,45	2428,82
% DE ADECUACION		31,12%	32,86%	31,70%	29,38%	20,11%	23,36%	202,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ıma de CHO	(ma de Calcio	ma de Hierro	Suma de Sodio G2
Menú 1	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 1	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 1	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 1	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11	9,35	0,44	28,60
Menú 1	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 1	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 1	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	28,00	28,00	98,84	1,88	0,11	22,43	2,52	0,22	0,56
Menú 1	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 1	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 1	Cereales	B044	Espinaca, cruda	3,00	1,80	0,61	0,05	0,00	0,07	2,21	0,04	1,19
Menú 1	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	20,00	10,00	7,90	0,06	0,00	1,71	1,50	0,05	0,40
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B092	Plátano hartón, verde, crudo	80,00	54,40	90,30	0,65	0,11	21,38	4,35	0,22	14,14
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				335,00	269,90	506,90	18,73	17,21	67,03	160,85	1,45	2428,82

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
342,00	279,55	459,78	12,80	14,87	66,14	63,13	2,71	2807,51
% DE ADECUACION		28,22%	22,46%	27,39%	29,00%	7,89%	43,72%	233,96%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	uma de CHO	ma de Calcio	ma de Hierro	uma de Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 2	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	9,00	9,00	33,39	1,93	0,11	5,28	11,25	0,64	1,35
Menú 2	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 2	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 2	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	8,00	8,00	11,44	0,46	0,07	2,16	0,56	0,04	0,08
Menú 2	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 2	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	20,00	16,00	8,48	0,22	0,02	1,65	2,56	0,13	11,36
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 2	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80,00	57,60	76,03	0,63	0,12	17,45	1,73	0,29	2,30
Total general				342,00	279,55	459,78	12,80	14,87	66,14	63,13	2,71	2807,51

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
395,00	335,90	556,02	19,00	18,58	75,86	174,60	2,05	2811,51
% DE ADECUACION		34,13%	33,34%	34,22%	33,26%	21,83%	33,01%	234,29%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ıma de CHO	(ma de Calcio	ma de Hierro	ma de Sodio G
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 3	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	45,00	40,50	17,42	0,85	0,00	2,92	16,20	0,41	2,43
Menú 3	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 3	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	55,00	51,15	84,91	10,59	4,71	0,05	5,63	0,36	32,22
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 3	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 3	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 3	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 3	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 3	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	20,00	15,00	2,10	0,08	0,02	0,35	2,70	0,05	0,30
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	70,00	56,00	89,04	0,50	0,17	20,94	8,96	0,17	7,84
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				395,00	335,90	556,02	19,00	18,58	75,86	174,60	2,05	2811,51

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
334,00	295,70	476,55	19,18	15,03	63,04	49,82	3,44	3544,44
% DE ADECUACION		29,25%	33,64%	27,68%	27,64%	6,23%	55,42%	295,37%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	ma de Calcio	na de Hierro	ma de Sodio
Menú 4	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 4	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 4	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 4	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	8,00	8,00	31,28	1,72	0,11	4,84	6,48	0,46	1,28
Menú 4	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	60,00	30,00	23,70	0,18	0,00	5,13	4,50	0,15	1,20
Menú 4	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 4	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 4	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 4	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B009	Repollo blanco, crudo	20,00	19,00	27,36	0,89	0,06	5,57	7,60	0,25	3,61
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	70,00	70,00	56,00	1,54	0,07	11,83	8,40	0,56	4,20
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D015	Margarina	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				334,00	295,70	476,55	19,18	15,03	63,04	49,82	3,44	3544,44

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
298,00	283,75	499,99	21,04	19,37	57,91	182,76	2,73	2827,46
% DE ADECUACION		30,69%	36,91%	35,67%	25,39%	22,85%	44,09%	235,62%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	ma de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 5	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 5	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	55,00	51,15	84,91	10,59	4,71	0,05	5,63	0,36	32,22
Menú 5	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 5	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 5	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 5	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 5	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 5	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	20,00	18,00	7,74	0,38	0,00	1,30	7,20	0,18	1,08
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	20,00	18,00	26,82	2,27	1,94	0,05	9,54	0,31	25,02
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	70,00	70,00	56,00	1,54	0,07	11,83	8,40	0,56	4,20
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				298,00	283,75	499,99	21,04	19,37	57,91	182,76	2,73	2827,46

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
344,00	272,20	477,65	19,93	13,01	68,55	157,67	3,14	869,39
% DE ADECUACION		29,32%	34,97%	23,95%	30,05%	19,71%	50,63%	72,45%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 6	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 6	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	3,00	2,40	0,67	0,02	0,00	0,12	0,26	0,01	0,07
Menú 6	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 6	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
Menú 6	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 6	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 6	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 6	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	8,00	8,00	11,44	0,46	0,07	2,16	0,56	0,04	0,08
Menú 6	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 6	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 6	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	15,00	9,00	3,06	0,26	0,02	0,34	11,07	0,22	5,94
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	15,00	8,25	1,49	0,07	0,01	0,21	1,73	0,07	0,50
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	15,00	7,50	5,93	0,05	0,00	1,28	1,13	0,04	0,30
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80,00	57,60	76,03	0,63	0,12	17,45	1,73	0,29	2,30
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso de	K033	Panela	5,00	5,00	18,20	0,03	0,01	4,51	2,10	0,25	1,95
Total general				344,00	272,20	477,65	19,93	13,01	68,55	157,67	3,14	869,39

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
345,00	269,50	454,26	18,78	12,99	64,28	153,03	2,71	2453,32
% DE ADECUACION		27,89%	32,95%	23,92%	28,18%	19,13%	43,65%	204,44%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 7	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 7	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 7	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 7	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 7	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 7	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	15,00	8,25	1,49	0,07	0,01	0,21	1,73	0,07	0,50
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	15,00	12,00	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06	0,72
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	15,00	8,25	4,62	0,05	0,01	1,02	1,32	0,04	0,25
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	70,00	56,00	89,04	0,50	0,17	20,94	8,96	0,17	7,84
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				345,00	269,50	454,26	18,78	12,99	64,28	153,03	2,71	2453,32

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
357,00	280,55	475,46	11,53	19,14	62,10	61,35	2,40	2793,39
% DE ADECUACION		29,19%	20,23%	35,25%	27,22%	7,67%	38,79%	232,78%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	ra de Hierro	na de Sodio
Menú 8	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 8	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 8	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 8	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 8	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 8	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	8,00	8,00	31,44	1,59	0,44	4,70	9,60	0,51	2,40
Menú 8	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 8	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 8	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 8	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 8	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	20,00	15,00	2,10	0,08	0,02	0,35	2,70	0,05	0,30
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80,00	57,60	76,03	0,63	0,12	17,45	1,73	0,29	2,30
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				357,00	280,55	475,46	11,53	19,14	62,10	61,35	2,40	2793,39

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
364,00	320,00	437,64	19,06	18,87	45,07	174,82	1,94	2427,46
% DE ADECUACION		26,87%	33,44%	34,75%	19,76%	21,85%	31,28%	202,29%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ıma de CHO	Cma de Calcio	ma de Hierro	ma de Sodio G
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	2,00	2,00	2,40	0,13	0,01	0,39	0,38	0,03	0,06
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 9	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	55,00	51,15	84,91	10,59	4,71	0,05	5,63	0,36	32,22
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 9	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 9	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	32,00	32,00	45,76	1,86	0,29	8,64	2,24	0,16	0,32
Menú 9	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	15,00	14,25	5,70	0,20	0,01	1,10	3,42	0,04	0,57
Menú 9	Cereales	B103	Tomate, crudo	15,00	12,00	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06	0,72
Menú 9	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	15,00	9,00	3,06	0,26	0,02	0,34	11,07	0,22	5,94
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	15,00	8,25	1,49	0,07	0,01	0,21	1,73	0,07	0,50
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C025	Fresa, madura, cruda	15,00	14,25	6,41	0,11	0,07	1,18	2,99	0,07	0,29
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso der	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	70,00	70,00	56,00	1,54	0,07	11,83	8,40	0,56	4,20
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso der	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso der	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso der	SC	Paprika	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				364,00	320,00	437,64	19,06	18,87	45,07	174,82	1,94	2427,46

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
528,00	258,45	514,75	17,65	19,85	64,40	49,29	2,39	3536,06
% DE ADECUACION		31,60%	30,96%	36,56%	28,23%	6,16%	38,48%	294,67%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 10	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 10	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 10	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 10	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11	9,35	0,44	28,60
Menú 10	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 10	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	8,00	8,00	30,96	1,85	0,07	4,88	4,08	0,58	2,16
Menú 10	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	70,00	22,40	13,44	0,34	0,11	2,78	2,02	0,38	1,34
Menú 10	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 10	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 10	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 10	Cereales	SC	Curcuma	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	20,00	18,00	7,74	0,38	0,00	1,30	7,20	0,18	1,08
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	3,00	2,70	1,49	0,08	0,03	0,19	3,73	0,18	1,51
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso der	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	70,00	56,00	89,04	0,50	0,17	20,94	8,96	0,17	7,84
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso der	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso der	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				528,00	258,45	514,75	17,65	19,85	64,40	49,29	2,39	3536,06

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
319,00	247,32	400,37	15,60	14,09	51,13	43,03	3,36	2374,06
% DE ADECUACION		30,80%	34,29%	32,55%	28,09%	6,15%	60,08%	209,54%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 11	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 11	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 11	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	53,00	53,00	73,67	11,55	3,02	0,00	3,18	1,43	27,03
Menú 11	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 11	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	5,00	5,00	18,55	1,07	0,06	2,94	6,25	0,36	0,75
Menú 11	Bebida / lácteo	C062	Naranja, cruda	80,00	48,00	19,68	0,34	0,14	4,22	15,84	0,62	0,96
Menú 11	Bebida / lácteo	K033	Panela	6,00	6,00	21,84	0,04	0,01	5,41	2,52	0,29	2,34
Menú 11	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 11	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 11	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 11	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C002	Aguacate Lorena, crudo	16,00	12,32	22,05	0,20	1,64	1,23	1,23	0,05	0,74
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso derivad	B092	Plátano hartón, verde, crudo	70,00	47,60	79,02	0,57	0,10	18,71	3,81	0,19	12,38
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso derivad	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				319,00	247,32	400,37	15,60	14,09	51,13	43,03	3,36	2374,06

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
296,00	242,05	402,14	18,94	15,14	45,14	197,68	1,37	1682,61
% DE ADECUACION		**30,93%**	**41,62%**	**34,97%**	**24,80%**	**28,24%**	**24,48%**	**148,51%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 12	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 12	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 12	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 12	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 12	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereales	A001	Almidón de maíz, crudo	2,00	2,00	7,40	0,01	0,00	1,83	0,04	0,01	0,18
Menú 12	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	22,00	22,00	31,46	1,28	0,20	5,94	1,54	0,11	0,22
Menú 12	Cereales	D018	Margarina, con sal	2,00	2,00	14,64	0,01	1,62	0,00	0,28	0,00	17,54
Menú 12	Cereales	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	3,00	3,00	14,97	0,79	0,80	1,15	28,20	0,02	11,07
Menú 12	Cereales	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	3,00	3,00	8,58	0,70	0,56	0,18	12,15	0,02	14,25
Menú 12	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	12,00	7,20	2,45	0,21	0,01	0,27	8,86	0,17	4,75
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	12,00	6,60	1,19	0,05	0,01	0,17	1,39	0,06	0,40
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	12,00	10,20	4,79	0,07	0,01	0,97	2,75	0,04	3,57
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	12,00	6,00	4,74	0,04	0,00	1,03	0,90	0,03	0,24
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				**296,00**	**242,05**	**402,14**	**18,94**	**15,14**	**45,14**	**197,68**	**1,37**	**1682,61**

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
287,00	220,40	351,99	10,18	11,70	49,90	53,69	2,04	3572,49
% DE ADECUACION		27,08%	22,37%	27,03%	27,42%	7,67%	36,42%	315,31%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 13	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 13	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	5,00	5,00	19,55	1,08	0,07	3,03	4,05	0,29	0,80
Menú 13	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	80,00	48,00	27,84	0,82	0,05	6,00	4,80	0,38	0,48
Menú 13	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 13	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 13	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 13	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 13	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	16,00	8,00	6,32	0,05	0,00	1,37	1,20	0,04	0,32
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	50,00	40,00	63,60	0,36	0,12	14,96	6,40	0,12	5,60
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				287,00	220,40	351,99	10,18	11,70	49,90	53,69	2,04	3572,49

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
294,00	242,29	446,67	17,06	15,27	58,33	150,13	1,72	2029,30
% DE ADECUACION		34,36%	37,49%	35,28%	32,05%	21,45%	30,80%	179,11%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 14	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 14	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 14	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 14	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 14	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	2,00	2,00	2,40	0,13	0,01	0,39	0,38	0,03	0,06
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	16,00	14,40	6,19	0,30	0,00	1,04	5,76	0,14	0,86
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	2,00	1,80	0,99	0,05	0,02	0,12	2,48	0,12	1,01
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				294,00	242,29	446,67	17,06	15,27	58,33	150,13	1,72	2029,30

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
276,00	261,25	369,97	18,12	13,11	43,50	162,02	1,58	2801,29
% DE ADECUACION		28,46%	39,81%	30,27%	23,90%	23,15%	28,13%	247,25%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 15	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 15	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 15	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	1,00	1,00	9,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 15	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Bebida / lácteo	C025	Fresa, madura, cruda	60,00	57,00	25,65	0,46	0,29	4,73	11,97	0,29	1,14
Menú 15	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 15	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 15	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 15	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 15	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	16,00	12,00	1,68	0,06	0,01	0,28	2,16	0,04	0,24
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	50,00	50,00	40,00	1,10	0,05	8,45	6,00	0,40	3,00
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				276,00	261,25	369,97	18,12	13,11	43,50	162,02	1,58	2801,29

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
337,00	291,24	464,84	17,55	15,28	61,34	184,71	2,35	1274,55
% DE ADECUACION		35,76%	38,57%	35,30%	33,70%	26,39%	41,99%	112,49%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 16	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 16	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	40,00	36,00	15,48	0,76	0,00	2,59	14,40	0,36	2,16
Menú 16	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 16	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	2,00	1,70	0,80	0,01	0,00	0,16	0,46	0,01	0,60
Menú 16	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,00	49,29	81,82	10,20	4,53	0,05	5,42	0,35	31,05
Menú 16	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 16	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 16	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 16	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 16	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 16	Cereales	B044	Espinaca, cruda	2,00	1,20	0,41	0,03	0,00	0,05	1,48	0,03	0,79
Menú 16	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	16,00	15,20	6,08	0,21	0,02	1,17	3,65	0,05	0,61
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	16,00	12,80	6,78	0,18	0,01	1,32	2,05	0,10	9,09
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B092	Plátano hartón, verde, crudo	70,00	47,60	79,02	0,57	0,10	18,71	3,81	0,19	12,38
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				337,00	291,24	464,84	17,55	15,28	61,34	184,71	2,35	1274,55

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
322,00	245,70	385,91	10,04	14,69	51,31	52,32	2,13	2795,29
% DE ADECUACION		29,69%	22,07%	33,93%	28,19%	7,47%	37,95%	246,72%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	5,00	5,00	19,35	1,16	0,05	3,05	2,55	0,36	1,35
Menú 17	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 17	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 17	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 17	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 17	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 17	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C054	Manzana común cruda	16,00	13,60	9,79	0,04	0,03	2,24	2,18	0,04	0,27
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B089	plátano hartón, maduro, crudo	70,00	50,40	66,53	0,55	0,10	15,27	1,51	0,25	2,02
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				322,00	245,70	385,91	10,04	14,69	51,31	52,32	2,13	2795,29

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
491,00	237,15	375,05	17,87	13,33	44,91	151,43	1,68	2452,25
% DE ADECUACION		28,85%	39,28%	30,79%	24,67%	21,63%	30,06%	216,44%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Alimento proteico	A001	Almidón de maíz, crudo	2,00	2,00	7,40	0,01	0,00	1,83	0,04	0,01	0,18
Menú 18	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 18	Alimento proteico	C062	Naranja, cruda	2,00	1,20	0,49	0,01	0,00	0,11	0,40	0,02	0,02
Menú 18	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 18	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 18	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 18	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 18	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 18	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 18	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 18	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 18	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B080	Pimentón rojo, crudo	8,00	6,80	2,38	0,07	0,02	0,43	0,48	0,03	0,14
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B081	Pimentón verde, crudo	8,00	6,40	1,79	0,06	0,01	0,31	0,70	0,03	0,19
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	15,00	7,50	5,93	0,05	0,00	1,28	1,13	0,04	0,30
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	50,00	50,00	40,00	1,10	0,05	8,45	6,00	0,40	3,00
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D015	Mantequilla	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				491,00	237,15	375,05	17,87	13,33	44,91	151,43	1,68	2452,25

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
256,00	216,55	360,67	14,96	9,57	52,14	33,17	2,45	3533,21
% DE ADECUACION		27,74%	32,88%	22,11%	28,65%	4,74%	43,72%	311,85%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 19	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 19	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	2,00	1,60	0,45	0,01	0,00	0,08	0,18	0,01	0,05
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	53,00	53,00	73,67	11,55	3,02	0,00	3,18	1,43	27,03
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 19	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	5,00	5,00	19,65	1,00	0,28	2,94	6,00	0,32	1,50
Menú 19	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	12,00	6,00	4,74	0,04	0,00	1,03	0,90	0,03	0,24
Menú 19	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	12,00	12,00	47,64	0,00	0,00	11,92	0,00	0,01	0,00
Menú 19	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 19	Cereales	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 19	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 19	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	2,00	1,70	0,80	0,01	0,00	0,16	0,46	0,01	0,60
Menú 19	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	12,00	9,60	2,21	0,09	0,01	0,39	0,86	0,05	0,58
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	16,00	8,80	4,93	0,05	0,01	1,09	1,41	0,04	0,26
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	50,00	40,00	63,60	0,36	0,12	14,96	6,40	0,12	5,60
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				256,00	216,55	360,67	14,96	9,57	52,14	33,17	2,45	3533,21

GRUPO 1 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1300	*45,5*	*43,3*	*182,0*	*700,0*	*5,6*	*1133,0*
TOTAL PESO BRUTO (G1)	Total Peso Neto (G1)	Total Calorias (G1)	Total Proteina (G1)	Total Grasa (G1)	Total CHO (G1)	Total Calcio (G1)	Total Hierro (G1)	Total Sodio (G1)
320,00	225,80	447,57	17,59	15,59	58,38	149,64	1,80	2424,56
% DE ADECUACION		34,43%	38,66%	36,00%	32,08%	21,38%	32,16%	214,00%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	1,00	0,95	1,37	0,04	0,00	0,28	0,38	0,01	0,18
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	2,00	1,70	0,60	0,02	0,01	0,11	0,12	0,01	0,03
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	53,00	53,00	74,20	11,34	3,18	0,11	9,01	0,42	27,56
Menú 20	Alimento proteico	K033	Panela	5,00	5,00	18,20	0,03	0,01	4,51	2,10	0,25	1,95
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	80,00	25,60	15,36	0,38	0,13	3,17	2,30	0,44	1,54
Menú 20	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 20	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	20,00	20,00	70,60	1,34	0,08	16,02	1,80	0,16	0,40
Menú 20	Cereales	C019	Coco, crudo	10,00	4,50	18,09	0,16	1,60	0,57	0,32	0,06	0,81
Menú 20	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	12,00	6,60	1,19	0,05	0,01	0,17	1,39	0,06	0,40
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	12,00	9,60	2,21	0,09	0,01	0,39	0,86	0,05	0,58
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	12,00	10,20	4,79	0,07	0,01	0,97	2,75	0,04	3,57
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	B092	Plátano hartón, verde, crudo	70,00	47,60	79,02	0,57	0,10	18,71	3,81	0,19	12,38
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso deriva	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				320,00	225,80	447,57	17,59	15,59	58,38	149,64	1,80	2424,56

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
335,00	269,90	506,90	18,73	17,21	67,03	160,85	1,45	2428,82
% DE ADECUACION		31,12%	32,86%	31,70%	29,38%	20,11%	23,36%	202,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	ma de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 1	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 1	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 1	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 1	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11	9,35	0,44	28,60
Menú 1	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 1	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 1	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	28,00	28,00	98,84	1,88	0,11	22,43	2,52	0,22	0,56
Menú 1	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 1	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 1	Cereales	B044	Espinaca, cruda	3,00	1,80	0,61	0,05	0,00	0,07	2,21	0,04	1,19
Menú 1	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	20,00	10,00	7,90	0,06	0,00	1,71	1,50	0,05	0,40
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B092	Plátano hartón, verde, crudo	80,00	54,40	90,30	0,65	0,11	21,38	4,35	0,22	14,14
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				335,00	269,90	506,90	18,73	17,21	67,03	160,85	1,45	2428,82

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
342,00	279,55	459,78	12,80	14,87	66,14	63,13	2,71	2807,51
% DE ADECUACION		28,22%	22,46%	27,39%	29,00%	7,89%	43,72%	233,96%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	ma de Calcio	na de Hierro	ma de Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 2	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	9,00	9,00	33,39	1,93	0,11	5,28	11,25	0,64	1,35
Menú 2	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 2	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 2	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	8,00	8,00	11,44	0,46	0,07	2,16	0,56	0,04	0,08
Menú 2	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 2	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	20,00	16,00	8,48	0,22	0,02	1,65	2,56	0,13	11,36
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 2	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80,00	57,60	76,03	0,63	0,12	17,45	1,73	0,29	2,30
Total general				342,00	279,55	459,78	12,80	14,87	66,14	63,13	2,71	2807,51

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
395,00	335,90	556,02	19,00	18,58	75,86	174,60	2,05	2811,51
% DE ADECUACION		34,13%	33,34%	34,22%	33,26%	21,83%	33,01%	234,29%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calciona de Hierrona de Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 3	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	45,00	40,50	17,42	0,85	0,00	2,92	16,20	0,41	2,43
Menú 3	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 3	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	55,00	51,15	84,91	10,59	4,71	0,05	5,63	0,36	32,22
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 3	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 3	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 3	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 3	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 3	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	20,00	15,00	2,10	0,08	0,02	0,35	2,70	0,05	0,30
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	70,00	56,00	89,04	0,50	0,17	20,94	8,96	0,17	7,84
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				395,00	335,90	556,02	19,00	18,58	75,86	174,60	2,05	2811,51

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
334,00	295,70	476,55	19,18	15,03	63,04	49,82	3,44	3544,44
% DE ADECUACION		29,25%	33,64%	27,68%	27,64%	6,23%	55,42%	295,37%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	ma de Calcio	na de Hierro	ma de Sodio
Menú 4	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 4	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 4	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 4	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	8,00	8,00	31,28	1,72	0,11	4,84	6,48	0,46	1,28
Menú 4	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	60,00	30,00	23,70	0,18	0,00	5,13	4,50	0,15	1,20
Menú 4	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 4	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 4	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 4	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B009	Repollo blanco, crudo	20,00	19,00	27,36	0,89	0,06	5,57	7,60	0,25	3,61
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	70,00	70,00	56,00	1,54	0,07	11,83	8,40	0,56	4,20
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D015	Margarina	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				334,00	295,70	476,55	19,18	15,03	63,04	49,82	3,44	3544,44

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
298,00	283,75	499,99	21,04	19,37	57,91	182,76	2,73	2827,46
% DE ADECUACION		30,69%	36,91%	35,67%	25,39%	22,85%	44,09%	235,62%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 5	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 5	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	55,00	51,15	84,91	10,59	4,71	0,05	5,63	0,36	32,22
Menú 5	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 5	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 5	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 5	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 5	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 5	Cereales	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	20,00	18,00	7,74	0,38	0,00	1,30	7,20	0,18	1,08
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	20,00	18,00	26,82	2,27	1,94	0,05	9,54	0,31	25,02
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	70,00	70,00	56,00	1,54	0,07	11,83	8,40	0,56	4,20
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				298,00	283,75	499,99	21,04	19,37	57,91	182,76	2,73	2827,46

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
344,00	272,20	477,65	19,93	13,01	68,55	157,67	3,14	869,39
% DE ADECUACION		29,32%	34,97%	23,95%	30,05%	19,71%	50,63%	72,45%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 6	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 6	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	3,00	2,40	0,67	0,02	0,00	0,12	0,26	0,01	0,07
Menú 6	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 6	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
Menú 6	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 6	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 6	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 6	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	8,00	8,00	11,44	0,46	0,07	2,16	0,56	0,04	0,08
Menú 6	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 6	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 6	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	15,00	9,00	3,06	0,26	0,02	0,34	11,07	0,22	5,94
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	15,00	8,25	1,49	0,07	0,01	0,21	1,73	0,07	0,50
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	15,00	7,50	5,93	0,05	0,00	1,28	1,13	0,04	0,30
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80,00	57,60	76,03	0,63	0,12	17,45	1,73	0,29	2,30
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso de	K033	Panela	5,00	5,00	18,20	0,03	0,01	4,51	2,10	0,25	1,95
Total general				344,00	272,20	477,65	19,93	13,01	68,55	157,67	3,14	869,39

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
345,00	269,50	454,26	18,78	12,99	64,28	153,03	2,71	2453,32
% DE ADECUACION		27,89%	32,95%	23,92%	28,18%	19,13%	43,65%	204,44%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	na de CHO	na de Calcicna de Hierrona de Sodio G
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 7	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 7	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 7	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 7	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 7	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 7	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	15,00	8,25	1,49	0,07	0,01	0,21	1,73	0,07	0,50
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	15,00	12,00	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06	0,72
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	15,00	8,25	4,62	0,05	0,01	1,02	1,32	0,04	0,25
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	70,00	56,00	89,04	0,50	0,17	20,94	8,96	0,17	7,84
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				345,00	269,50	454,26	18,78	12,99	64,28	153,03	2,71	2453,32

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
357,00	280,55	475,46	11,53	19,14	62,10	61,35	2,40	2793,39
% DE ADECUACION		29,19%	20,23%	35,25%	27,22%	7,67%	38,79%	232,78%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 8	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 8	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19
Menú 8	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16	0,36	0,02	0,24
Menú 8	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 8	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 8	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	8,00	8,00	31,44	1,59	0,44	4,70	9,60	0,51	2,40
Menú 8	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 8	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 8	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 8	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 8	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	20,00	15,00	2,10	0,08	0,02	0,35	2,70	0,05	0,30
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80,00	57,60	76,03	0,63	0,12	17,45	1,73	0,29	2,30
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				357,00	280,55	475,46	11,53	19,14	62,10	61,35	2,40	2793,39

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
364,00	320,00	437,64	19,06	18,87	45,07	174,82	1,94	2427,46
% DE ADECUACION		26,87%	33,44%	34,75%	19,76%	21,85%	31,28%	202,29%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	uma de CHO	Cma de Calcio	ma de Hierro	ma de Sodio G
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	2,00	2,00	2,40	0,13	0,01	0,39	0,38	0,03	0,06
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 9	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	55,00	51,15	84,91	10,59	4,71	0,05	5,63	0,36	32,22
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 9	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 9	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	32,00	32,00	45,76	1,86	0,29	8,64	2,24	0,16	0,32
Menú 9	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	15,00	14,25	5,70	0,20	0,01	1,10	3,42	0,04	0,57
Menú 9	Cereales	B103	Tomate, crudo	15,00	12,00	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06	0,72
Menú 9	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	15,00	9,00	3,06	0,26	0,02	0,34	11,07	0,22	5,94
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	15,00	8,25	1,49	0,07	0,01	0,21	1,73	0,07	0,50
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C025	Fresa, madura, cruda	15,00	14,25	6,41	0,11	0,07	1,18	2,99	0,07	0,29
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso deri	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	70,00	70,00	56,00	1,54	0,07	11,83	8,40	0,56	4,20
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso deri	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso deri	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso deri	SC	Paprika	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				364,00	320,00	437,64	19,06	18,87	45,07	174,82	1,94	2427,46

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
528,00	258,45	514,75	17,65	19,85	64,40	49,29	2,39	3536,06
% DE ADECUACION		31,60%	30,96%	36,56%	28,23%	6,16%	38,48%	294,67%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	na de CHOa de Calcia de Hierra de Sodio
Menú 10	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11 1,52 0,05 0,72
Menú 10	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37 1,14 0,01 0,19
Menú 10	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	5,00	4,00	0,92	0,04	0,00	0,16 0,36 0,02 0,24
Menú 10	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00 0,00 0,00 0,00
Menú 10	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11 9,35 0,44 28,60
Menú 10	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00 0,96 0,01 1551,24
Menú 10	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	8,00	8,00	30,96	1,85	0,07	4,88 4,08 0,58 2,16
Menú 10	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	70,00	22,40	13,44	0,34	0,11	2,78 2,02 0,38 1,34
Menú 10	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96 0,00 0,01 0,00
Menú 10	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00 0,00 0,00 0,00
Menú 10	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03 2,70 0,24 0,60
Menú 10	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56 0,76 0,02 0,36
Menú 10	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00 0,00 0,00 0,00
Menú 10	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00 0,48 0,01 775,62
Menú 10	Cereales	SC	Curcuma	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00 0,00 0,00 0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56 0,76 0,02 0,36
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46 4,56 0,06 0,76
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	20,00	18,00	7,74	0,38	0,00	1,30 7,20 0,18 1,08
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	3,00	2,70	1,49	0,08	0,03	0,19 3,73 0,18 1,51
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00 0,00 0,00 0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00 0,24 0,00 387,81
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	70,00	56,00	89,04	0,50	0,17	20,94 8,96 0,17 7,84
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00 0,00 0,00 0,00
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00 0,48 0,01 775,62
Total general				528,00	258,45	514,75	17,65	19,85	64,40 49,29 2,39 3536,06

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
366,00	287,15	508,56	17,70	18,72	65,09	51,07	3,83	2378,67
% DE ADECUACION		31,22%	31,05%	34,48%	28,53%	6,38%	61,83%	198,22%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 11	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 11	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	9,00	8,55	3,42	0,12	0,01	0,66	2,05	0,03	0,34
Menú 11	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
Menú 11	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
Menú 11	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 11	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	8,00	8,00	29,68	1,71	0,10	4,70	10,00	0,57	1,20
Menú 11	Bebida / lácteo	C062	Naranja, cruda	80,00	48,00	19,68	0,34	0,14	4,22	15,84	0,62	0,96
Menú 11	Bebida / lácteo	K033	Panela	6,00	6,00	21,84	0,04	0,01	5,41	2,52	0,29	2,34
Menú 11	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 11	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 11	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 11	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C002	Aguacate Lorena, crudo	20,00	15,40	27,57	0,25	2,05	1,54	1,54	0,06	0,92
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B092	Plátano hartón, verde, crudo	80,00	54,40	90,30	0,65	0,11	21,38	4,35	0,22	14,14
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				366,00	287,15	508,56	17,70	18,72	65,09	51,07	3,83	2378,67

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
339,00	277,55	471,10	21,17	18,29	52,77	229,77	1,59	1703,44
% DE ADECUACION		28,92%	37,14%	33,68%	23,13%	28,72%	25,64%	141,95%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	3,00	2,55	0,89	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
Menú 12	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 12	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11	9,35	0,44	28,60
Menú 12	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 12	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 12	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereales	A001	Almidón de maíz, crudo	3,00	3,00	11,10	0,01	0,00	2,74	0,06	0,02	0,27
Menú 12	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	32,00	32,00	45,76	1,86	0,29	8,64	2,24	0,16	0,32
Menú 12	Cereales	D018	Margarina, con sal	2,00	2,00	14,64	0,01	1,62	0,00	0,28	0,00	17,54
Menú 12	Cereales	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	5,00	5,00	24,95	1,32	1,33	1,92	47,00	0,03	18,45
Menú 12	Cereales	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	5,00	5,00	14,30	1,17	0,94	0,30	20,25	0,03	23,75
Menú 12	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	15,00	9,00	3,06	0,26	0,02	0,34	11,07	0,22	5,94
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	15,00	8,25	1,49	0,07	0,01	0,21	1,73	0,07	0,50
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	15,00	7,50	5,93	0,05	0,00	1,28	1,13	0,04	0,30
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80,00	57,60	76,03	0,63	0,12	17,45	1,73	0,29	2,30
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				339,00	277,55	471,10	21,17	18,29	52,77	229,77	1,59	1703,44

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
338,00	262,75	458,07	11,79	14,85	67,04	62,08	2,41	3577,19
% DE ADECUACION		28,12%	20,68%	27,34%	29,39%	7,76%	38,87%	298,10%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 13	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 13	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	8,00	8,00	31,28	1,72	0,11	4,84	6,48	0,46	1,28
Menú 13	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	80,00	48,00	27,84	0,82	0,05	6,00	4,80	0,38	0,48
Menú 13	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 13	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 13	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 13	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	3,00	2,55	0,89	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
Menú 13	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	20,00	10,00	7,90	0,06	0,00	1,71	1,50	0,05	0,40
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	70,00	56,00	89,04	0,50	0,17	20,94	8,96	0,17	7,84
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				338,00	262,75	458,07	11,79	14,85	67,04	62,08	2,41	3577,19

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
330,00	274,15	527,94	18,41	18,52	69,72	155,81	1,99	2033,23
% DE ADECUACION		32,41%	32,29%	34,10%	30,57%	19,48%	32,05%	169,44%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	55,00	51,15	84,91	10,59	4,71	0,05	5,63	0,36	32,22
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 14	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 14	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 14	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 14	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 14	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	2,00	2,00	2,40	0,13	0,01	0,39	0,38	0,03	0,06
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	20,00	18,00	7,74	0,38	0,00	1,30	7,20	0,18	1,08
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	3,00	2,70	1,49	0,08	0,03	0,19	3,73	0,18	1,51
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80,00	57,60	76,03	0,63	0,12	17,45	1,73	0,29	2,30
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				330,00	274,15	527,94	18,41	18,52	69,72	155,81	1,99	2033,23

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
326,00	308,70	456,94	19,82	16,30	56,04	168,40	1,90	2805,57
% DE ADECUACION		28,05%	34,78%	30,03%	24,57%	21,05%	30,60%	233,80%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	ma de Sodio
Menú 15	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 15	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 15	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 15	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11	9,35	0,44	28,60
Menú 15	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Bebida / lácteo	C025	Fresa, madura, cruda	60,00	57,00	25,65	0,46	0,29	4,73	11,97	0,29	1,14
Menú 15	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 15	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 15	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 15	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 15	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	20,00	15,00	2,10	0,08	0,02	0,35	2,70	0,05	0,30
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	70,00	70,00	56,00	1,54	0,07	11,83	8,40	0,56	4,20
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				326,00	308,70	456,94	19,82	16,30	56,04	168,40	1,90	2805,57

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
384,00	332,10	551,99	19,03	18,53	74,02	192,46	2,61	1282,67
% DE ADECUACION		33,88%	33,39%	34,12%	32,45%	24,06%	42,14%	106,89%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 16	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 16	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 16	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	45,00	40,50	17,42	0,85	0,00	2,92	16,20	0,41	2,43
Menú 16	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 16	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 16	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	55,00	51,15	84,91	10,59	4,71	0,05	5,63	0,36	32,22
Menú 16	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 16	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 16	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 16	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 16	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 16	Cereales	B044	Espinaca, cruda	3,00	1,80	0,61	0,05	0,00	0,07	2,21	0,04	1,19
Menú 16	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	20,00	16,00	8,48	0,22	0,02	1,65	2,56	0,13	11,36
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B092	Plátano hartón, verde, crudo	80,00	54,40	90,30	0,65	0,11	21,38	4,35	0,22	14,14
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				384,00	332,10	551,99	19,03	18,53	74,02	192,46	2,61	1282,67

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
367,00	284,30	486,63	11,66	18,79	65,04	58,25	2,54	2798,51
% DE ADECUACION		29,87%	20,46%	34,61%	28,52%	7,28%	40,95%	233,21%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	10,00	9,50	3,80	0,13	0,01	0,73	2,28	0,03	0,38
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	8,00	8,00	30,96	1,85	0,07	4,88	4,08	0,58	2,16
Menú 17	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 17	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 17	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 17	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 17	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 17	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C054	Manzana común cruda	20,00	17,00	12,24	0,05	0,03	2,81	2,72	0,05	0,34
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80,00	57,60	76,03	0,63	0,12	17,45	1,73	0,29	2,30
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				367,00	284,30	486,63	11,66	18,79	65,04	58,25	2,54	2798,51

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
535,00	278,95	456,27	19,54	15,52	58,32	156,82	1,99	2456,11
% DE ADECUACION		28,01%	34,28%	28,59%	25,57%	19,60%	32,10%	204,68%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 18	Alimento proteico	A001	Almidón de maíz, crudo	3,00	3,00	11,10	0,01	0,00	2,74	0,06	0,02	0,27
Menú 18	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 18	Alimento proteico	C062	Naranja, cruda	2,00	1,20	0,49	0,01	0,00	0,11	0,40	0,02	0,02
Menú 18	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11	9,35	0,44	28,60
Menú 18	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 18	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 18	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 18	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 18	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 18	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 18	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	3,00	2,55	0,89	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
Menú 18	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B080	Pimentón rojo, crudo	8,00	6,80	2,38	0,07	0,02	0,43	0,48	0,03	0,14
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B081	Pimentón verde, crudo	8,00	6,40	1,79	0,06	0,01	0,31	0,70	0,03	0,19
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	18,00	15,30	7,19	0,11	0,02	1,45	4,13	0,06	5,36
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	18,00	9,00	7,11	0,05	0,00	1,54	1,35	0,05	0,36
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	70,00	70,00	56,00	1,54	0,07	11,83	8,40	0,56	4,20
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D015	Mantequilla	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				535,00	278,95	456,27	19,54	15,52	58,32	156,82	1,99	2456,11

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
325,00	274,10	486,01	17,09	12,97	73,10	44,64	2,95	3540,21
% DE ADECUACION		29,83%	29,98%	23,88%	32,05%	5,58%	47,58%	295,02%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcio	na de Hierro	na de Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	10,00	9,50	3,80	0,13	0,01	0,73	2,28	0,03	0,38
Menú 19	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	3,00	2,55	0,89	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
Menú 19	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	3,00	2,40	0,67	0,02	0,00	0,12	0,26	0,01	0,07
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 19	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	8,00	8,00	31,44	1,59	0,44	4,70	9,60	0,51	2,40
Menú 19	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	15,00	7,50	5,93	0,05	0,00	1,28	1,13	0,04	0,30
Menú 19	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	15,00	15,00	59,55	0,00	0,00	14,90	0,00	0,02	0,00
Menú 19	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 19	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 19	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	2,00	1,90	0,76	0,03	0,00	0,15	0,46	0,01	0,08
Menú 19	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	3,00	2,55	1,20	0,02	0,00	0,24	0,69	0,01	0,89
Menú 19	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	15,00	12,00	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06	0,72
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	20,00	11,00	6,16	0,07	0,01	1,36	1,76	0,06	0,33
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	70,00	56,00	89,04	0,50	0,17	20,94	8,96	0,17	7,84
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				325,00	274,10	486,01	17,09	12,97	73,10	44,64	2,95	3540,21

GRUPO 2 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1629	*57,0*	*54,3*	*228,1*	*800,0*	*6,2*	*1200,0*
TOTAL PESO BRUTO (G2)	Total Peso Neto G2	Total Calorias (G2)	Total Proteina (G2)	Total Grasa (G2)	Total CHO (G2)	Total Calcio (G2)	Total Hierro (G2)	Total Sodio (G2)
360,00	259,40	537,14	18,92	18,94	71,72	154,22	2,08	2429,80
% DE ADECUACION		32,97%	33,19%	34,87%	31,44%	19,28%	33,61%	202,48%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	ma de CHO	na de Calcicna de Hierrcna de Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	3,00	2,55	0,89	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	4,00	3,20	0,74	0,03	0,00	0,13	0,29	0,02	0,19
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11	9,35	0,44	28,60
Menú 20	Alimento proteico	K033	Panela	7,00	7,00	25,48	0,04	0,01	6,31	2,94	0,34	2,73
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	80,00	25,60	15,36	0,38	0,13	3,17	2,30	0,44	1,54
Menú 20	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 20	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	30,00	30,00	105,90	2,01	0,12	24,03	2,70	0,24	0,60
Menú 20	Cereales	C019	Coco, crudo	11,00	4,95	19,90	0,18	1,76	0,62	0,35	0,06	0,89
Menú 20	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	15,00	8,25	1,49	0,07	0,01	0,21	1,73	0,07	0,50
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	15,00	12,00	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06	0,72
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	15,00	12,75	5,99	0,09	0,01	1,21	3,44	0,05	4,46
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso de	B092	Plátano hartón, verde, crudo	80,00	54,40	90,30	0,65	0,11	21,38	4,35	0,22	14,14
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso de	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				360,00	259,40	537,14	18,92	18,94	71,72	154,22	2,08	2429,80

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	310,75	601,26	22,90	20,18	79,65	166,59	1,72	2439,24
% DE ADECUACION		30,15%	32,80%	30,34%	28,53%	15,14%	19,80%	162,62%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 1	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	5,70	2,28	0,08	0,01	0,44	1,37	0,02	0,23
Menú 1	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	6,00	4,80	1,10	0,04	0,00	0,20	0,43	0,02	0,29
Menú 1	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	70,00	70,00	98,00	14,98	4,20	0,14	11,90	0,56	36,40
Menú 1	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 1	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 1	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 1	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 1	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 1	Cereales	B044	Espinaca, cruda	4,00	2,40	0,82	0,07	0,00	0,09	2,95	0,06	1,58
Menú 1	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	20,00	10,00	7,90	0,06	0,00	1,71	1,50	0,05	0,40
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B092	Plátano hartón, verde, crudo	90,00	61,20	101,59	0,73	0,12	24,05	4,90	0,24	15,91
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				380,00	310,75	601,26	22,90	20,18	79,65	166,59	1,72	2439,24

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
380,00	314,20	565,63	15,43	18,05	81,85	75,21	3,42	2809,43
% DE ADECUACION		28,37%	22,11%	27,14%	29,32%	6,84%	39,33%	187,30%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	7,00	5,60	1,29	0,05	0,01	0,23	0,50	0,03	0,34
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 2	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	17,00	17,00	63,07	3,64	0,20	9,98	21,25	1,21	2,55
Menú 2	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 2	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 2	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	10,00	10,00	14,30	0,58	0,09	2,70	0,70	0,05	0,10
Menú 2	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 2	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 2	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	20,00	16,00	8,48	0,22	0,02	1,65	2,56	0,13	11,36
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 2	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B089	plátano hartón, maduro, crudo	90,00	64,80	85,54	0,71	0,13	19,63	1,94	0,32	2,59
Total general				380,00	314,20	565,63	15,43	18,05	81,85	75,21	3,42	2809,43

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
448,00	383,65	655,40	22,83	21,95	89,06	181,81	2,33	2822,96
% DE ADECUACION		32,87%	32,70%	33,01%	31,90%	16,53%	26,73%	188,20%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	5,70	2,28	0,08	0,01	0,44	1,37	0,02	0,23
Menú 3	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	50,00	45,00	19,35	0,95	0,00	3,24	18,00	0,45	2,70
Menú 3	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	6,00	4,80	1,10	0,04	0,00	0,20	0,43	0,02	0,29
Menú 3	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,00	3,40	1,60	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	70,00	65,10	108,07	13,48	5,99	0,07	7,16	0,46	41,01
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 3	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 3	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 3	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 3	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 3	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	20,00	15,00	2,10	0,08	0,02	0,35	2,70	0,05	0,30
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	85,00	68,00	108,12	0,61	0,20	25,43	10,88	0,20	9,52
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				448,00	383,65	655,40	22,83	21,95	89,06	181,81	2,33	2822,96

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
394,00	354,70	609,15	25,46	19,07	79,46	61,91	4,58	3554,98
% DE ADECUACION		30,55%	36,48%	28,68%	28,46%	5,63%	52,66%	237,00%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 4	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	12,00	11,40	4,56	0,16	0,01	0,88	2,74	0,03	0,46
Menú 4	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	12,00	9,60	2,21	0,09	0,01	0,39	0,86	0,05	0,58
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	70,00	70,00	97,30	15,26	3,99	0,00	4,20	1,89	35,70
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 4	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	17,00	17,00	66,47	3,66	0,24	10,29	13,77	0,97	2,72
Menú 4	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	60,00	30,00	23,70	0,18	0,00	5,13	4,50	0,15	1,20
Menú 4	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 4	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 4	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 4	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B009	Repollo blanco, crudo	20,00	19,00	27,36	0,89	0,06	5,57	7,60	0,25	3,61
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	85,00	85,00	68,00	1,87	0,09	14,37	10,20	0,68	5,10
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D015	Margarina	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				394,00	354,70	609,15	25,46	19,07	79,46	61,91	4,58	3554,98

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
344,00	328,35	592,85	25,28	23,00	68,55	188,66	3,08	2841,14
% DE ADECUACION		29,73%	36,22%	34,59%	24,55%	17,15%	35,41%	189,41%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 5	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	70,00	65,10	108,07	13,48	5,99	0,07	7,16	0,46	41,01
Menú 5	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 5	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 5	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 5	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 5	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 5	Cereales	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	20,00	18,00	7,74	0,38	0,00	1,30	7,20	0,18	1,08
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	23,00	20,70	30,84	2,61	2,24	0,06	10,97	0,35	28,77
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	85,00	85,00	68,00	1,87	0,09	14,37	10,20	0,68	5,10
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				344,00	328,35	592,85	25,28	23,00	68,55	188,66	3,08	2841,14

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
395,00	318,15	574,28	24,17	15,94	81,61	162,74	3,81	879,30
% DE ADECUACION		28,80%	34,63%	23,97%	29,23%	14,79%	43,83%	58,62%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 6	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	5,70	2,28	0,08	0,01	0,44	1,37	0,02	0,23
Menú 6	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	4,00	3,20	0,90	0,03	0,00	0,16	0,35	0,01	0,10
Menú 6	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	6,00	4,80	1,10	0,04	0,00	0,20	0,43	0,02	0,29
Menú 6	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	70,00	70,00	97,30	15,26	3,99	0,00	4,20	1,89	35,70
Menú 6	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 6	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 6	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 6	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	10,00	10,00	14,30	0,58	0,09	2,70	0,70	0,05	0,10
Menú 6	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 6	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 6	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	16,00	9,60	3,26	0,28	0,02	0,36	11,81	0,23	6,34
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	16,00	8,00	6,32	0,05	0,00	1,37	1,20	0,04	0,32
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B089	plátano hartón, maduro, crudo	90,00	64,80	85,54	0,71	0,13	19,63	1,94	0,32	2,59
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	K033	Panela	7,00	7,00	25,48	0,04	0,01	6,31	2,94	0,34	2,73
Total general				395,00	318,15	574,28	24,17	15,94	81,61	162,74	3,81	879,30

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
397,00	316,55	550,39	22,91	15,93	77,34	158,31	3,26	2463,75
% DE ADECUACION		27,60%	32,83%	23,95%	27,70%	14,39%	37,50%	164,25%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	5,70	2,28	0,08	0,01	0,44	1,37	0,02	0,23
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	6,00	4,80	1,10	0,04	0,00	0,20	0,43	0,02	0,29
Menú 7	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	70,00	70,00	97,30	15,26	3,99	0,00	4,20	1,89	35,70
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 7	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 7	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 7	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 7	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 7	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,00	3,40	1,60	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
Menú 7	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	16,00	8,80	4,93	0,05	0,01	1,09	1,41	0,04	0,26
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	85,00	68,00	108,12	0,61	0,20	25,43	10,88	0,20	9,52
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				397,00	316,55	550,39	22,91	15,93	77,34	158,31	3,26	2463,75

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
394,00	314,20	584,14	14,13	22,69	77,86	74,09	3,11	2796,79
% DE ADECUACION		29,29%	20,24%	34,13%	27,89%	6,74%	35,79%	186,45%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 8	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 8	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	7,00	5,60	1,29	0,05	0,01	0,23	0,50	0,03	0,34
Menú 8	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 8	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 8	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	17,00	17,00	66,81	3,38	0,94	10,00	20,40	1,09	5,10
Menú 8	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 8	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 8	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 8	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 8	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	20,00	15,00	2,10	0,08	0,02	0,35	2,70	0,05	0,30
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B089	plátano hartón, maduro, crudo	90,00	64,80	85,54	0,71	0,13	19,63	1,94	0,32	2,59
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				394,00	314,20	584,14	14,13	22,69	77,86	74,09	3,11	2796,79

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
422,00	373,60	508,36	22,97	22,26	50,90	182,30	2,28	2438,76
% DE ADECUACION		25,49%	32,91%	33,47%	18,23%	16,57%	26,19%	162,58%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	3,00	3,00	3,60	0,20	0,01	0,59	0,57	0,05	0,09
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	5,70	2,28	0,08	0,01	0,44	1,37	0,02	0,23
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	6,00	4,80	1,10	0,04	0,00	0,20	0,43	0,02	0,29
Menú 9	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,00	3,40	1,60	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	70,00	65,10	108,07	13,48	5,99	0,07	7,16	0,46	41,01
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 9	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 9	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	40,00	40,00	57,20	2,32	0,36	10,80	2,80	0,20	0,40
Menú 9	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 9	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 9	Cereales	B103	Tomate, crudo	17,00	13,60	3,13	0,12	0,01	0,56	1,22	0,07	0,82
Menú 9	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	16,00	9,60	3,26	0,28	0,02	0,36	11,81	0,23	6,34
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C025	Fresa, madura, cruda	16,00	15,20	6,84	0,12	0,08	1,26	3,19	0,08	0,30
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de ce	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	85,00	85,00	68,00	1,87	0,09	14,37	10,20	0,68	5,10
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de ce	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de ce	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de ce	SC	Paprika	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				422,00	373,60	508,36	22,97	22,26	50,90	182,30	2,28	2438,76

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
587,00	312,85	662,58	23,78	24,92	82,69	61,09	3,34	3548,85
% DE ADECUACION		33,23%	34,07%	37,47%	29,62%	5,55%	38,43%	236,59%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 10	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 10	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	7,00	5,60	1,29	0,05	0,01	0,23	0,50	0,03	0,34
Menú 10	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	70,00	70,00	98,00	14,98	4,20	0,14	11,90	0,56	36,40
Menú 10	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 10	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	17,00	17,00	65,79	3,93	0,15	10,37	8,67	1,22	4,59
Menú 10	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	70,00	22,40	13,44	0,34	0,11	2,78	2,02	0,38	1,34
Menú 10	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 10	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 10	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 10	Cereales	SC	Curcuma	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	20,00	18,00	7,74	0,38	0,00	1,30	7,20	0,18	1,08
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	4,00	3,60	1,98	0,10	0,04	0,25	4,97	0,24	2,02
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	85,00	68,00	108,12	0,61	0,20	25,43	10,88	0,20	9,52
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				587,00	312,85	662,58	23,78	24,92	82,69	61,09	3,34	3548,85

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
422,00	338,90	639,03	23,74	22,75	81,55	66,09	5,02	2390,02
% DE ADECUACION		32,05%	34,01%	34,21%	29,21%	6,01%	57,64%	159,33%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 11	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	13,00	12,35	4,94	0,17	0,01	0,95	2,96	0,04	0,49
Menú 11	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	13,00	10,40	2,39	0,09	0,01	0,43	0,94	0,05	0,62
Menú 11	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	70,00	70,00	97,30	15,26	3,99	0,00	4,20	1,89	35,70
Menú 11	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 11	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	17,00	17,00	63,07	3,64	0,20	9,98	21,25	1,21	2,55
Menú 11	Bebida / lácteo	C062	Naranja, cruda	80,00	48,00	19,68	0,34	0,14	4,22	15,84	0,62	0,96
Menú 11	Bebida / lácteo	K033	Panela	6,00	6,00	21,84	0,04	0,01	5,41	2,52	0,29	2,34
Menú 11	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 11	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 11	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 11	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C002	Aguacate Lorena, crudo	20,00	15,40	27,57	0,25	2,05	1,54	1,54	0,06	0,92
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B092	Plátano hartón, verde, crudo	90,00	61,20	101,59	0,73	0,12	24,05	4,90	0,24	15,91
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				422,00	338,90	639,03	23,74	22,75	81,55	66,09	5,02	2390,02

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
387,00	321,10	565,13	26,75	22,79	60,35	289,57	1,85	1749,19
% DE ADECUACION		28,34%	38,33%	34,28%	21,61%	26,32%	21,31%	116,61%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 12	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 12	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	70,00	70,00	98,00	14,98	4,20	0,14	11,90	0,56	36,40
Menú 12	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 12	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 12	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereales	A001	Almidón de maíz, crudo	4,00	4,00	14,80	0,01	0,00	3,66	0,08	0,02	0,36
Menú 12	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	40,00	40,00	57,20	2,32	0,36	10,80	2,80	0,20	0,40
Menú 12	Cereales	D018	Margarina, con sal	3,00	3,00	21,96	0,02	2,43	0,00	0,42	0,00	26,31
Menú 12	Cereales	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10,00	10,00	49,90	2,63	2,66	3,84	94,00	0,05	36,90
Menú 12	Cereales	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	7,00	7,00	20,02	1,64	1,31	0,41	28,35	0,04	33,25
Menú 12	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	16,00	9,60	3,26	0,28	0,02	0,36	11,81	0,23	6,34
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	16,00	8,00	6,32	0,05	0,00	1,37	1,20	0,04	0,32
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B089	plátano hartón, maduro, crudo	90,00	64,80	85,54	0,71	0,13	19,63	1,94	0,32	2,59
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				387,00	321,10	565,13	26,75	22,79	60,35	289,57	1,85	1749,19

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
377,00	298,55	575,32	14,52	18,05	85,11	72,48	3,05	3580,57
% DE ADECUACION		28,85%	20,81%	27,15%	30,49%	6,59%	35,00%	238,70%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 13	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 13	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	17,00	17,00	66,47	3,66	0,24	10,29	13,77	0,97	2,72
Menú 13	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	80,00	48,00	27,84	0,82	0,05	6,00	4,80	0,38	0,48
Menú 13	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 13	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 13	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 13	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 13	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	20,00	10,00	7,90	0,06	0,00	1,71	1,50	0,05	0,40
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	85,00	68,00	108,12	0,61	0,20	25,43	10,88	0,20	9,52
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				377,00	298,55	575,32	14,52	18,05	85,11	72,48	3,05	3580,57

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
370,00	310,15	615,97	22,15	21,87	80,26	160,12	2,28	2043,08
% DE ADECUACION		30,89%	31,73%	32,89%	28,75%	14,56%	26,19%	136,21%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	70,00	65,10	108,07	13,48	5,99	0,07	7,16	0,46	41,01
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 14	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 14	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 14	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 14	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 14	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	3,00	3,00	3,60	0,20	0,01	0,59	0,57	0,05	0,09
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	20,00	18,00	7,74	0,38	0,00	1,30	7,20	0,18	1,08
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	4,00	3,60	1,98	0,10	0,04	0,25	4,97	0,24	2,02
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B089	plátano hartón, maduro, crudo	90,00	64,80	85,54	0,71	0,13	19,63	1,94	0,32	2,59
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				370,00	310,15	615,97	22,15	21,87	80,26	160,12	2,28	2043,08

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
373,00	355,15	544,75	24,09	19,26	66,90	174,47	2,23	2814,68
% DE ADECUACION		27,32%	34,51%	28,97%	23,96%	15,86%	25,68%	187,65%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 15	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	5,70	2,28	0,08	0,01	0,44	1,37	0,02	0,23
Menú 15	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	6,00	4,80	1,10	0,04	0,00	0,20	0,43	0,02	0,29
Menú 15	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	70,00	70,00	98,00	14,98	4,20	0,14	11,90	0,56	36,40
Menú 15	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Bebida / lácteo	C025	Fresa, madura, cruda	60,00	57,00	25,65	0,46	0,29	4,73	11,97	0,29	1,14
Menú 15	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 15	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 15	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 15	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 15	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	20,00	15,00	2,10	0,08	0,02	0,35	2,70	0,05	0,30
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	85,00	85,00	68,00	1,87	0,09	14,37	10,20	0,68	5,10
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				373,00	355,15	544,75	24,09	19,26	66,90	174,47	2,23	2814,68

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
433,00	375,25	643,78	22,84	21,87	85,43	199,03	2,90	1294,60
% DE ADECUACION		32,29%	32,72%	32,89%	30,60%	18,09%	33,30%	86,31%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 16	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	5,70	2,28	0,08	0,01	0,44	1,37	0,02	0,23
Menú 16	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	50,00	45,00	19,35	0,95	0,00	3,24	18,00	0,45	2,70
Menú 16	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	6,00	4,80	1,10	0,04	0,00	0,20	0,43	0,02	0,29
Menú 16	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,00	3,40	1,60	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
Menú 16	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	70,00	65,10	108,07	13,48	5,99	0,07	7,16	0,46	41,01
Menú 16	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 16	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 16	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 16	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 16	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 16	Cereales	B044	Espinaca, cruda	4,00	2,40	0,82	0,07	0,00	0,09	2,95	0,06	1,58
Menú 16	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	20,00	19,00	7,60	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06	0,76
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	20,00	16,00	8,48	0,22	0,02	1,65	2,56	0,13	11,36
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B092	Plátano hartón, verde, crudo	90,00	61,20	101,59	0,73	0,12	24,05	4,90	0,24	15,91
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				433,00	375,25	643,78	22,84	21,87	85,43	199,03	2,90	1294,60

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
408,00	321,45	595,90	14,59	21,94	81,22	65,38	3,33	2801,81
% DE ADECUACION		29,88%	20,90%	32,99%	29,09%	5,94%	38,31%	186,79%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	14,00	13,30	5,32	0,19	0,01	1,02	3,19	0,04	0,53
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	14,00	11,20	2,58	0,10	0,01	0,46	1,01	0,06	0,67
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	17,00	17,00	65,79	3,93	0,15	10,37	8,67	1,22	4,59
Menú 17	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 17	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 17	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 17	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 17	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 17	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C054	Manzana común cruda	20,00	17,00	12,24	0,05	0,03	2,81	2,72	0,05	0,34
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B089	plátano hartón, maduro, crudo	90,00	64,80	85,54	0,71	0,13	19,63	1,94	0,32	2,59
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				408,00	321,45	595,90	14,59	21,94	81,22	65,38	3,33	2801,81

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
580,00	323,75	546,95	23,77	18,48	69,94	162,38	2,32	2465,15
% DE ADECUACION		27,43%	34,06%	27,79%	25,05%	14,76%	26,68%	164,34%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Alimento proteico	A001	Almidón de maíz, crudo	4,00	4,00	14,80	0,01	0,00	3,66	0,08	0,02	0,36
Menú 18	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 18	Alimento proteico	C062	Naranja, cruda	2,00	1,20	0,49	0,01	0,00	0,11	0,40	0,02	0,02
Menú 18	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	70,00	70,00	98,00	14,98	4,20	0,14	11,90	0,56	36,40
Menú 18	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 18	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 18	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 18	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 18	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 18	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 18	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 18	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B080	Pimentón rojo, crudo	8,00	6,80	2,38	0,07	0,02	0,43	0,48	0,03	0,14
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B081	Pimentón verde, crudo	8,00	6,40	1,79	0,06	0,01	0,31	0,70	0,03	0,19
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	18,00	15,30	7,19	0,11	0,02	1,45	4,13	0,06	5,36
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	18,00	9,00	7,11	0,05	0,00	1,54	1,35	0,05	0,36
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	85,00	85,00	68,00	1,87	0,09	14,37	10,20	0,68	5,10
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D015	Mantequilla	3,00	3,00	22,29	0,02	2,47	0,00	0,66	0,01	6,69
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				580,00	323,75	546,95	23,77	18,48	69,94	162,38	2,32	2465,15

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
392,00	335,85	631,71	23,06	17,41	92,67	61,11	4,09	3553,23
% DE ADECUACION		31,68%	33,03%	26,17%	33,19%	5,56%	47,06%	236,88%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	4,00	3,80	5,47	0,18	0,01	1,11	1,52	0,05	0,72
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	14,00	13,30	5,32	0,19	0,01	1,02	3,19	0,04	0,53
Menú 19	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 19	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	4,00	3,20	0,90	0,03	0,00	0,16	0,35	0,01	0,10
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	14,00	11,20	2,58	0,10	0,01	0,46	1,01	0,06	0,67
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	70,00	70,00	97,30	15,26	3,99	0,00	4,20	1,89	35,70
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 19	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	17,00	17,00	66,81	3,38	0,94	10,00	20,40	1,09	5,10
Menú 19	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	16,00	8,00	6,32	0,05	0,00	1,37	1,20	0,04	0,32
Menú 19	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	16,00	16,00	63,52	0,00	0,00	15,89	0,00	0,02	0,00
Menú 19	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 19	Cereales	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 19	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 19	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,00	3,40	1,60	0,02	0,00	0,32	0,92	0,01	1,19
Menú 19	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	20,00	11,00	6,16	0,07	0,01	1,36	1,76	0,06	0,33
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	85,00	68,00	108,12	0,61	0,20	25,43	10,88	0,20	9,52
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				392,00	335,85	631,71	23,06	17,41	92,67	61,11	4,09	3553,23

GRUPO 3 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		1994	*69,8*	*66,5*	*279,2*	*1100*	*8,7*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G3)	Total Peso Neto G3	Total Calorias G3	Total Proteina G3	Total Grasa G3	Total CHO G3	Total Calcio G3	Total Hierro G3	Total Sodio G3
408,00	301,65	632,09	22,99	22,22	83,84	159,77	2,40	2440,69
% DE ADECUACION		31,70%	32,93%	33,41%	30,03%	14,52%	27,60%	162,71%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	2,00	1,90	2,74	0,09	0,01	0,56	0,76	0,02	0,36
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	5,70	2,28	0,08	0,01	0,44	1,37	0,02	0,23
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	6,00	4,80	1,10	0,04	0,00	0,20	0,43	0,02	0,29
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	70,00	70,00	98,00	14,98	4,20	0,14	11,90	0,56	36,40
Menú 20	Alimento proteico	K033	Panela	8,00	8,00	29,12	0,05	0,01	7,22	3,36	0,39	3,12
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	80,00	25,60	15,36	0,38	0,13	3,17	2,30	0,44	1,54
Menú 20	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 20	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,00	40,00	141,20	2,68	0,16	32,04	3,60	0,32	0,80
Menú 20	Cereales	C019	Coco, crudo	13,00	5,85	23,52	0,21	2,08	0,74	0,41	0,08	1,05
Menú 20	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	16,00	8,80	1,58	0,07	0,01	0,23	1,85	0,08	0,53
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	16,00	13,60	6,39	0,10	0,01	1,29	3,67	0,05	4,76
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	B092	Plátano hartón, verde, crudo	90,00	61,20	101,59	0,73	0,12	24,05	4,90	0,24	15,91
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				408,00	301,65	632,09	22,99	22,22	83,84	159,77	2,40	2440,69

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
461,00	376,30	766,42	26,83	26,42	102,65	193,21	2,09	2460,19
% DE ADECUACION		30,77%	30,76%	31,83%	29,44%	17,56%	21,98%	164,01%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 1	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 1	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 1	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60
Menú 1	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 1	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 1	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 1	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 1	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 1	Cereales	B044	Espinaca, cruda	5,00	3,00	1,02	0,09	0,01	0,11	3,69	0,07	1,98
Menú 1	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	23,00	12,65	2,28	0,10	0,01	0,33	2,66	0,11	0,76
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	23,00	11,50	9,09	0,07	0,00	1,97	1,73	0,06	0,46
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B092	Plátano hartón, verde, crudo	125,00	85,00	141,10	1,02	0,17	33,41	6,80	0,34	22,10
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				461,00	376,30	766,42	26,83	26,42	102,65	193,21	2,09	2460,19

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
473,00	395,60	784,60	20,88	24,42	114,48	103,02	5,02	2816,67
% DE ADECUACION		31,50%	23,94%	29,43%	32,83%	9,37%	52,89%	187,78%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	9,00	8,55	3,42	0,12	0,01	0,66	2,05	0,03	0,34
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 2	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	35,00	35,00	129,85	7,49	0,42	20,55	43,75	2,49	5,25
Menú 2	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 2	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 2	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	15,00	15,00	21,45	0,87	0,14	4,05	1,05	0,08	0,15
Menú 2	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 2	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 2	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	23,00	21,85	8,74	0,31	0,02	1,68	5,24	0,07	0,87
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	23,00	18,40	9,75	0,26	0,02	1,90	2,94	0,15	13,06
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 2	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B089	plátano hartón, maduro, crudo	125,00	90,00	118,80	0,99	0,18	27,27	2,70	0,45	3,60
Total general				473,00	395,60	784,60	20,88	24,42	114,48	103,02	5,02	2816,67

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
537,00	461,25	816,82	26,66	26,50	114,88	212,30	2,71	2842,28
% DE ADECUACION		32,79%	30,57%	31,92%	32,94%	19,30%	28,48%	189,49%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 3	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	55,00	49,50	21,29	1,04	0,00	3,56	19,80	0,50	2,97
Menú 3	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 3	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,00	4,25	2,00	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	80,00	74,40	123,50	15,40	6,84	0,07	8,18	0,52	46,87
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 3	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 3	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 3	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 3	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 3	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	23,00	21,85	8,74	0,31	0,02	1,68	5,24	0,07	0,87
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	23,00	17,25	2,42	0,09	0,02	0,40	3,11	0,05	0,35
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	23,00	18,40	4,23	0,17	0,02	0,75	1,66	0,09	1,10
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125,00	100,00	159,00	0,90	0,30	37,40	16,00	0,30	14,00
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				537,00	461,25	816,82	26,66	26,50	114,88	212,30	2,71	2842,28

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
493,00	451,90	802,65	32,51	23,76	108,09	83,54	6,13	3569,38
% DE ADECUACION		32,22%	37,28%	28,63%	31,00%	7,59%	64,49%	237,96%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	6,00	5,70	8,21	0,27	0,02	1,67	2,28	0,07	1,08
Menú 4	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	14,00	13,30	5,32	0,19	0,01	1,02	3,19	0,04	0,53
Menú 4	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	16,00	12,80	2,94	0,12	0,01	0,52	1,15	0,06	0,77
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	80,00	80,00	111,20	17,44	4,56	0,00	4,80	2,16	40,80
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 4	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	30,00	30,00	117,30	6,45	0,42	18,15	24,30	1,71	4,80
Menú 4	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	60,00	30,00	23,70	0,18	0,00	5,13	4,50	0,15	1,20
Menú 4	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 4	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 4	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 4	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B009	Repollo blanco, crudo	23,00	21,85	31,46	1,03	0,07	6,40	8,74	0,28	4,15
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	23,00	21,85	8,74	0,31	0,02	1,68	5,24	0,07	0,87
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	125,00	125,00	100,00	2,75	0,13	21,13	15,00	1,00	7,50
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	D015	Margarina	4,00	4,00	29,72	0,03	3,29	0,00	0,88	0,01	8,92
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				493,00	451,90	802,65	32,51	23,76	108,09	83,54	6,13	3569,38

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
421,00	404,10	743,17	29,72	28,58	88,72	217,06	3,65	2858,98
% DE ADECUACION		29,83%	34,08%	34,44%	25,44%	19,73%	38,45%	190,60%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 5	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	80,00	74,40	123,50	15,40	6,84	0,07	8,18	0,52	46,87
Menú 5	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 5	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 5	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 5	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 5	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 5	Cereales	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	23,00	20,70	8,90	0,43	0,00	1,49	8,28	0,21	1,24
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	24,00	21,60	32,18	2,72	2,33	0,06	11,45	0,37	30,02
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	125,00	125,00	100,00	2,75	0,13	21,13	15,00	1,00	7,50
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				421,00	404,10	743,17	29,72	28,58	88,72	217,06	3,65	2858,98

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
478,00	389,10	740,60	28,42	21,20	106,61	187,96	4,55	895,52
% DE ADECUACION		29,73%	32,59%	25,55%	30,57%	17,09%	47,92%	59,70%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 6	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 6	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	5,00	4,00	1,12	0,04	0,00	0,20	0,44	0,02	0,12
Menú 6	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 6	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	80,00	80,00	111,20	17,44	4,56	0,00	4,80	2,16	40,80
Menú 6	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 6	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 6	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 6	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	15,00	15,00	21,45	0,87	0,14	4,05	1,05	0,08	0,15
Menú 6	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 6	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 6	Cereales	D004	Aceite de girasol	7,00	7,00	63,00	0,00	7,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	17,00	10,20	3,47	0,30	0,02	0,39	12,55	0,24	6,73
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	17,00	9,35	1,68	0,07	0,01	0,24	1,96	0,08	0,56
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	17,00	14,45	6,79	0,10	0,01	1,37	3,90	0,06	5,06
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	17,00	8,50	6,72	0,05	0,00	1,45	1,28	0,04	0,34
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	B089	plátano hartón, maduro, crudo	125,00	90,00	118,80	0,99	0,18	27,27	2,70	0,45	3,60
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	K033	Panela	10,00	10,00	36,40	0,06	0,01	9,02	4,20	0,49	3,90
Total general				478,00	389,10	740,60	28,42	21,20	106,61	187,96	4,55	895,52

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
475,00	384,60	698,33	26,85	19,19	102,65	185,78	3,79	2482,14
% DE ADECUACION		28,03%	30,80%	23,11%	29,44%	16,89%	39,90%	165,48%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 7	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	80,00	80,00	111,20	17,44	4,56	0,00	4,80	2,16	40,80
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 7	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 7	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 7	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 7	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 7	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,00	4,25	2,00	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
Menú 7	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	17,00	9,35	1,68	0,07	0,01	0,24	1,96	0,08	0,56
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	17,00	13,60	3,13	0,12	0,01	0,56	1,22	0,07	0,82
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	17,00	14,45	6,79	0,10	0,01	1,37	3,90	0,06	5,06
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	17,00	9,35	5,24	0,06	0,01	1,16	1,50	0,05	0,28
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125,00	100,00	159,00	0,90	0,30	37,40	16,00	0,30	14,00
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				475,00	384,60	698,33	26,85	19,19	102,65	185,78	3,79	2482,14

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
500,00	403,80	822,70	21,02	28,35	115,38	113,07	5,22	2807,43
% DE ADECUACION		33,03%	24,10%	34,16%	33,09%	10,28%	54,97%	187,16%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 8	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	9,00	8,55	3,42	0,12	0,01	0,66	2,05	0,03	0,34
Menú 8	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
Menú 8	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 8	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 8	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	45,00	45,00	176,85	8,96	2,48	26,46	54,00	2,88	13,50
Menú 8	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	90,00	49,50	27,72	0,30	0,05	6,14	7,92	0,25	1,49
Menú 8	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 8	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 8	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 8	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	23,00	21,85	8,74	0,31	0,02	1,68	5,24	0,07	0,87
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	23,00	17,25	2,42	0,09	0,02	0,40	3,11	0,05	0,35
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	23,00	18,40	4,23	0,17	0,02	0,75	1,66	0,09	1,10
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	B089	plátano hartón, maduro, crudo	125,00	90,00	118,80	0,99	0,18	27,27	2,70	0,45	3,60
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				500,00	403,80	822,70	21,02	28,35	115,38	113,07	5,22	2807,43

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ				
Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
519,00	466,30	637,98	27,78	26,89	67,46	212,52	2,88	2456,50
% DE ADECUACION		25,61%	31,86%	32,40%	19,35%	19,32%	30,35%	163,77%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 9	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	4,00	4,00	4,80	0,27	0,01	0,79	0,76	0,06	0,12
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 9	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,00	4,25	2,00	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	80,00	74,40	123,50	15,40	6,84	0,07	8,18	0,52	46,87
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 9	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 9	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	60,00	60,00	85,80	3,48	0,54	16,20	4,20	0,30	0,60
Menú 9	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 9	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	25,00	23,75	9,50	0,33	0,02	1,83	5,70	0,07	0,95
Menú 9	Cereales	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 9	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	17,00	10,20	3,47	0,30	0,02	0,39	12,55	0,24	6,73
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	17,00	9,35	1,68	0,07	0,01	0,24	1,96	0,08	0,56
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	17,00	14,45	6,79	0,10	0,01	1,37	3,90	0,06	5,06
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C025	Fresa, madura, cruda	17,00	16,15	7,27	0,13	0,08	1,34	3,39	0,08	0,32
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	125,00	125,00	100,00	2,75	0,13	21,13	15,00	1,00	7,50
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	SC	Paprika	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				519,00	466,30	637,98	27,78	26,89	67,46	212,52	2,88	2456,50

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
693,00	408,60	913,43	32,21	30,88	120,89	84,83	5,29	3566,11
% DE ADECUACION		36,67%	36,94%	37,20%	34,67%	7,71%	55,65%	237,74%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	6,00	5,70	8,21	0,27	0,02	1,67	2,28	0,07	1,08
Menú 10	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	9,00	8,55	3,42	0,12	0,01	0,66	2,05	0,03	0,34
Menú 10	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
Menú 10	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60
Menú 10	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 10	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	38,00	38,00	147,06	8,78	0,34	23,18	19,38	2,74	10,26
Menú 10	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	70,00	22,40	13,44	0,34	0,11	2,78	2,02	0,38	1,34
Menú 10	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 10	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 10	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 10	Cereales	SC	Curcuma	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	23,00	21,85	8,74	0,31	0,02	1,68	5,24	0,07	0,87
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	23,00	20,70	8,90	0,43	0,00	1,49	8,28	0,21	1,24
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	5,00	4,50	2,48	0,13	0,05	0,31	6,21	0,30	2,52
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125,00	100,00	159,00	0,90	0,30	37,40	16,00	0,30	14,00
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				693,00	408,60	913,43	32,21	30,88	120,89	84,83	5,29	3566,11

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
517,00	418,96	837,27	30,08	27,90	111,51	89,67	6,59	2405,51
% DE ADECUACION		33,61%	34,49%	33,61%	31,98%	8,15%	69,42%	160,37%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	6,00	5,70	8,21	0,27	0,02	1,67	2,28	0,07	1,08
Menú 11	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	16,00	15,20	6,08	0,21	0,02	1,17	3,65	0,05	0,61
Menú 11	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	17,00	13,60	3,13	0,12	0,01	0,56	1,22	0,07	0,82
Menú 11	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	80,00	80,00	111,20	17,44	4,56	0,00	4,80	2,16	40,80
Menú 11	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 11	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	30,00	30,00	111,30	6,42	0,36	17,61	37,50	2,13	4,50
Menú 11	Bebida / lácteo	C062	Naranja, cruda	80,00	48,00	19,68	0,34	0,14	4,22	15,84	0,62	0,96
Menú 11	Bebida / lácteo	K033	Panela	8,00	8,00	29,12	0,05	0,01	7,22	3,36	0,39	3,12
Menú 11	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 11	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 11	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 11	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	23,00	12,65	2,28	0,10	0,01	0,33	2,66	0,11	0,76
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	23,00	18,40	4,23	0,17	0,02	0,75	1,66	0,09	1,10
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C002	Aguacate Lorena, crudo	23,00	17,71	31,70	0,28	2,36	1,77	1,77	0,07	1,06
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	B092	Plátano hartón, verde, crudo	125,00	85,00	141,10	1,02	0,17	33,41	6,80	0,34	22,10
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				517,00	418,96	837,27	30,08	27,90	111,51	89,67	6,59	2405,51

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
464,00	386,60	696,39	31,42	27,65	77,08	336,48	2,21	1784,86
% DE ADECUACION		27,96%	36,03%	33,31%	22,11%	30,59%	23,25%	118,99%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 12	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 12	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60
Menú 12	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 12	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 12	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereales	A001	Almidón de maíz, crudo	5,00	5,00	18,50	0,02	0,01	4,57	0,10	0,03	0,45
Menú 12	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	55,00	55,00	78,65	3,19	0,50	14,85	3,85	0,28	0,55
Menú 12	Cereales	D018	Margarina, con sal	4,00	4,00	29,28	0,02	3,24	0,00	0,56	0,00	35,08
Menú 12	Cereales	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	12,00	12,00	59,88	3,16	3,19	4,61	112,80	0,06	44,28
Menú 12	Cereales	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	8,00	8,00	22,88	1,87	1,50	0,47	32,40	0,04	38,00
Menú 12	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	17,00	10,20	3,47	0,30	0,02	0,39	12,55	0,24	6,73
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	17,00	9,35	1,68	0,07	0,01	0,24	1,96	0,08	0,56
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	17,00	14,45	6,79	0,10	0,01	1,37	3,90	0,06	5,06
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	17,00	8,50	6,72	0,05	0,00	1,45	1,28	0,04	0,34
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	125,00	90,00	118,80	0,99	0,18	27,27	2,70	0,45	3,60
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				464,00	386,60	696,39	31,42	27,65	77,08	336,48	2,21	1784,86

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
459,00	369,00	760,04	18,55	21,39	117,70	91,29	4,04	3588,80
% DE ADECUACION		30,51%	21,27%	25,77%	33,75%	8,30%	42,53%	239,25%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 13	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 13	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	30,00	30,00	117,30	6,45	0,42	18,15	24,30	1,71	4,80
Menú 13	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	80,00	48,00	27,84	0,82	0,05	6,00	4,80	0,38	0,48
Menú 13	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 13	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 13	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 13	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 13	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	23,00	12,65	2,28	0,10	0,01	0,33	2,66	0,11	0,76
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	23,00	11,50	9,09	0,07	0,00	1,97	1,73	0,06	0,46
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125,00	100,00	159,00	0,90	0,30	37,40	16,00	0,30	14,00
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				459,00	369,00	760,04	18,55	21,39	117,70	91,29	4,04	3588,80

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
443,00	371,70	757,55	25,87	26,37	101,33	185,55	2,70	2059,48
% DE ADECUACION		30,41%	29,67%	31,77%	29,06%	16,87%	28,41%	137,30%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	80,00	74,40	123,50	15,40	6,84	0,07	8,18	0,52	46,87
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 14	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 14	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 14	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 14	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 14	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	3,00	3,00	3,60	0,20	0,01	0,59	0,57	0,05	0,09
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	23,00	20,70	8,90	0,43	0,00	1,49	8,28	0,21	1,24
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	5,00	4,50	2,48	0,13	0,05	0,31	6,21	0,30	2,52
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	B089	plátano hartón, maduro, crudo	125,00	90,00	118,80	0,99	0,18	27,27	2,70	0,45	3,60
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				443,00	371,70	757,55	25,87	26,37	101,33	185,55	2,70	2059,48

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
456,00	435,80	683,58	28,61	23,50	87,14	203,30	2,81	2831,48
% DE ADECUACION		27,44%	32,80%	28,31%	24,99%	18,48%	29,54%	188,77%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 15	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 15	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 15	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60
Menú 15	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Bebida / lácteo	C025	Fresa, madura, cruda	60,00	57,00	25,65	0,46	0,29	4,73	11,97	0,29	1,14
Menú 15	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 15	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 15	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 15	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 15	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	23,00	17,25	2,42	0,09	0,02	0,40	3,11	0,05	0,35
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	23,00	18,40	4,23	0,17	0,02	0,75	1,66	0,09	1,10
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	125,00	125,00	100,00	2,75	0,13	21,13	15,00	1,00	7,50
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados de	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				456,00	435,80	683,58	28,61	23,50	87,14	203,30	2,81	2831,48

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
518,00	445,55	795,64	26,71	26,37	108,99	227,49	3,30	1318,44
% DE ADECUACION		31,94%	30,63%	31,77%	31,26%	20,68%	34,75%	87,90%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 16	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 16	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	55,00	49,50	21,29	1,04	0,00	3,56	19,80	0,50	2,97
Menú 16	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 16	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,00	4,25	2,00	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
Menú 16	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	80,00	74,40	123,50	15,40	6,84	0,07	8,18	0,52	46,87
Menú 16	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 16	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 16	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 16	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 16	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 16	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 16	Cereales	B044	Espinaca, cruda	5,00	3,00	1,02	0,09	0,01	0,11	3,69	0,07	1,98
Menú 16	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	23,00	21,85	8,74	0,31	0,02	1,68	5,24	0,07	0,87
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	23,00	18,40	9,75	0,26	0,02	1,90	2,94	0,15	13,06
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 16	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	B092	Plátano hartón, verde, crudo	125,00	85,00	141,10	1,02	0,17	33,41	6,80	0,34	22,10
Menú 16	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				518,00	445,55	795,64	26,71	26,37	108,99	227,49	3,30	1318,44

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
501,00	401,30	805,06	20,73	26,25	114,95	81,33	5,15	2810,47
% DE ADECUACION		32,32%	23,77%	31,62%	32,97%	7,39%	54,25%	187,36%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 17	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	18,00	17,10	6,84	0,24	0,02	1,32	4,10	0,05	0,68
Menú 17	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	18,00	14,40	3,31	0,13	0,01	0,59	1,30	0,07	0,86
Menú 17	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 17	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	38,00	38,00	147,06	8,78	0,34	23,18	19,38	2,74	10,26
Menú 17	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 17	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 17	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 17	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 17	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 17	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	23,00	12,65	2,28	0,10	0,01	0,33	2,66	0,11	0,76
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	C054	Manzana común cruda	23,00	19,55	14,08	0,06	0,04	3,23	3,13	0,06	0,39
Menú 17	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	B089	plátano hartón, maduro, crudo	125,00	90,00	118,80	0,99	0,18	27,27	2,70	0,45	3,60
Menú 17	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				501,00	401,30	805,06	20,73	26,25	114,95	81,33	5,15	2810,47

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
657,00	399,20	686,98	28,25	22,54	90,94	190,43	2,88	2483,70
% DE ADECUACION		27,58%	32,40%	27,15%	26,08%	17,31%	30,27%	165,58%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Alimento proteico	A001	Almidón de maíz, crudo	5,00	5,00	18,50	0,02	0,01	4,57	0,10	0,03	0,45
Menú 18	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 18	Alimento proteico	C062	Naranja, cruda	2,00	1,20	0,49	0,01	0,00	0,11	0,40	0,02	0,02
Menú 18	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60
Menú 18	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 18	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 18	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 18	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 18	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 18	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 18	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 18	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B080	Pimentón rojo, crudo	8,00	6,80	2,38	0,07	0,02	0,43	0,48	0,03	0,14
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B081	Pimentón verde, crudo	8,00	6,40	1,79	0,06	0,01	0,31	0,70	0,03	0,19
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	20,00	10,00	7,90	0,06	0,00	1,71	1,50	0,05	0,40
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	125,00	125,00	100,00	2,75	0,13	21,13	15,00	1,00	7,50
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	D015	Mantequilla	4,00	4,00	29,72	0,03	3,29	0,00	0,88	0,01	8,92
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados d	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				657,00	399,20	686,98	28,25	22,54	90,94	190,43	2,88	2483,70

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
504,00	434,35	862,63	30,80	22,30	129,64	97,28	6,02	3571,69
% DE ADECUACION		34,63%	35,32%	26,87%	37,18%	8,84%	63,32%	238,11%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	6,00	5,70	8,21	0,27	0,02	1,67	2,28	0,07	1,08
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	18,00	17,10	6,84	0,24	0,02	1,32	4,10	0,05	0,68
Menú 19	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 19	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	5,00	4,00	1,12	0,04	0,00	0,20	0,44	0,02	0,12
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	18,00	14,40	3,31	0,13	0,01	0,59	1,30	0,07	0,86
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	80,00	80,00	111,20	17,44	4,56	0,00	4,80	2,16	40,80
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 19	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	38,00	38,00	149,34	7,56	2,09	22,34	45,60	2,43	11,40
Menú 19	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	17,00	8,50	6,72	0,05	0,00	1,45	1,28	0,04	0,34
Menú 19	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	17,00	17,00	67,49	0,00	0,00	16,88	0,00	0,02	0,00
Menú 19	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 19	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 19	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	3,00	2,85	1,14	0,04	0,00	0,22	0,68	0,01	0,11
Menú 19	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,00	4,25	2,00	0,03	0,00	0,40	1,15	0,02	1,49
Menú 19	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	23,00	12,65	2,28	0,10	0,01	0,33	2,66	0,11	0,76
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	17,00	13,60	3,13	0,12	0,01	0,56	1,22	0,07	0,82
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	23,00	12,65	7,08	0,08	0,01	1,57	2,02	0,06	0,38
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	387,81
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados c	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125,00	100,00	159,00	0,90	0,30	37,40	16,00	0,30	14,00
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados c	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				504,00	434,35	862,63	30,80	22,30	129,64	97,28	6,02	3571,69

GRUPO 4 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2491	*87,2*	*83*	*348,7*	*1100*	*9,5*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G4)	Total Peso Neto G4	Total Calorias G4	Total Proteina G4	Total Grasa G4	Total CHO G4	Total Calcio G4	Total Hierro G4	Total Sodio G4
484,00	363,35	785,04	26,89	26,94	107,25	185,00	2,79	2461,04
% DE ADECUACION		31,52%	30,84%	32,45%	30,76%	16,82%	29,37%	164,07%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	8,00	6,40	1,47	0,06	0,01	0,26	0,58	0,03	0,38
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60
Menú 20	Alimento proteico	K033	Panela	9,00	9,00	32,76	0,05	0,01	8,12	3,78	0,44	3,51
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	80,00	25,60	15,36	0,38	0,13	3,17	2,30	0,44	1,54
Menú 20	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 20	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	52,00	52,00	183,56	3,48	0,21	41,65	4,68	0,42	1,04
Menú 20	Cereales	C019	Coco, crudo	16,00	7,20	28,94	0,26	2,56	0,91	0,50	0,09	1,30
Menú 20	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	17,00	9,35	1,68	0,07	0,01	0,24	1,96	0,08	0,56
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	17,00	13,60	3,13	0,12	0,01	0,56	1,22	0,07	0,82
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	17,00	14,45	6,79	0,10	0,01	1,37	3,90	0,06	5,06
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B092	Plátano hartón, verde, crudo	125,00	85,00	141,10	1,02	0,17	33,41	6,80	0,34	22,10
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				484,00	363,35	785,04	26,89	26,94	107,25	185,00	2,79	2461,04

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
491,00	401,60	803,30	29,36	27,05	107,80	197,72	2,26	2467,62
% DE ADECUACION		27,70%	28,93%	27,97%	26,55%	17,97%	19,18%	164,51%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 1	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 1	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 1	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 1	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	90,00	90,00	126,00	19,26	5,40	0,18	15,30	0,72	46,80
Menú 1	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 1	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 1	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 1	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 1	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 1	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 1	Cereales	B044	Espinaca, cruda	6,00	3,60	1,22	0,10	0,01	0,14	4,43	0,09	2,38
Menú 1	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	25,00	13,75	2,48	0,11	0,01	0,36	2,89	0,12	0,83
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,00	21,25	9,99	0,15	0,02	2,02	5,74	0,09	7,44
Menú 1	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	25,00	12,50	9,88	0,08	0,00	2,14	1,88	0,06	0,50
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B092	Plátano hartón, verde, crudo	130,00	88,40	146,74	1,06	0,18	34,74	7,07	0,35	22,98
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 1	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				491,00	401,60	803,30	29,36	27,05	107,80	197,72	2,26	2467,62

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
495,00	415,35	824,81	22,33	24,51	122,26	111,37	5,46	3207,30
% DE ADECUACION		28,44%	22,00%	25,35%	30,11%	10,12%	46,28%	213,82%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 2	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 2	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	9,00	8,55	3,42	0,12	0,01	0,66	2,05	0,03	0,34
Menú 2	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
Menú 2	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 2	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 2	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	40,00	40,00	148,40	8,56	0,48	23,48	50,00	2,84	6,00
Menú 2	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 2	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 2	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 2	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	15,00	15,00	21,45	0,87	0,14	4,05	1,05	0,08	0,15
Menú 2	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 2	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 2	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 2	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	25,00	23,75	9,50	0,33	0,02	1,83	5,70	0,07	0,95
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	25,00	20,00	10,60	0,28	0,02	2,06	3,20	0,16	14,20
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,00	21,25	9,99	0,15	0,02	2,02	5,74	0,09	7,44
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 2	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 2	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B089	plátano hartón, maduro, crudo	130,00	93,60	123,55	1,03	0,19	28,36	2,81	0,47	3,74
Total general				495,00	415,35	824,81	22,33	24,51	122,26	111,37	5,46	3207,30

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
566,00	488,40	871,82	29,01	30,37	117,46	216,79	2,87	3236,41
% DE ADECUACION		30,06%	28,58%	31,40%	28,93%	19,71%	24,36%	215,76%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 3	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 3	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 3	Alimento proteico	B052	Habichuela, cruda	60,00	54,00	23,22	1,13	0,00	3,89	21,60	0,54	3,24
Menú 3	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 3	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,00	5,10	2,40	0,04	0,01	0,48	1,38	0,02	1,79
Menú 3	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	90,00	83,70	138,94	17,33	7,70	0,08	9,21	0,59	52,73
Menú 3	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 3	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 3	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 3	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 3	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 3	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 3	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	25,00	23,75	9,50	0,33	0,02	1,83	5,70	0,07	0,95
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	25,00	18,75	2,63	0,09	0,02	0,43	3,38	0,06	0,38
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	25,00	20,00	4,60	0,18	0,02	0,82	1,80	0,10	1,20
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 3	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	120,00	96,00	152,64	0,86	0,29	35,90	15,36	0,29	13,44
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 3	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				566,00	488,40	871,82	29,01	30,37	117,46	216,79	2,87	3236,41

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
529,00	486,50	905,99	37,19	28,32	117,64	94,88	7,02	3967,20
% DE ADECUACION		31,24%	36,64%	29,29%	28,98%	8,63%	59,51%	264,48%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 4	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	6,00	5,70	8,21	0,27	0,02	1,67	2,28	0,07	1,08
Menú 4	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	16,00	15,20	6,08	0,21	0,02	1,17	3,65	0,05	0,61
Menú 4	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 4	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	90,00	90,00	125,10	19,62	5,13	0,00	5,40	2,43	45,90
Menú 4	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 4	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	40,00	40,00	156,40	8,60	0,56	24,20	32,40	2,28	6,40
Menú 4	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	60,00	30,00	23,70	0,18	0,00	5,13	4,50	0,15	1,20
Menú 4	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 4	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 4	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 4	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 4	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B009	Repollo blanco, crudo	25,00	23,75	34,20	1,12	0,07	6,96	9,50	0,31	4,51
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	25,00	23,75	9,50	0,33	0,02	1,83	5,70	0,07	0,95
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,00	21,25	9,99	0,15	0,02	2,02	5,74	0,09	7,44
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 4	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	120,00	120,00	96,00	2,64	0,12	20,28	14,40	0,96	7,20
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	D015	Margarina	5,00	5,00	37,15	0,04	4,11	0,00	1,10	0,01	11,15
Menú 4	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				529,00	486,50	905,99	37,19	28,32	117,64	94,88	7,02	3967,20

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
437,00	419,05	789,22	31,97	31,55	91,29	219,50	3,75	3253,82
% DE ADECUACION		27,21%	31,49%	32,62%	22,49%	19,95%	31,77%	216,92%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 5	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 5	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	90,00	83,70	138,94	17,33	7,70	0,08	9,21	0,59	52,73
Menú 5	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Bebida / lácteo	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 5	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 5	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 5	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 5	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 5	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 5	Cereales	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	25,00	22,50	9,68	0,47	0,00	1,62	9,00	0,23	1,35
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	25,00	22,50	33,53	2,84	2,43	0,07	11,93	0,38	31,28
Menú 5	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	120,00	120,00	96,00	2,64	0,12	20,28	14,40	0,96	7,20
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 5	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				437,00	419,05	789,22	31,97	31,55	91,29	219,50	3,75	3253,82

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
515,00	419,70	785,07	31,05	21,81	113,53	193,94	5,06	904,03
% DE ADECUACION		27,07%	30,60%	22,55%	27,96%	17,63%	42,88%	60,27%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 6	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 6	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 6	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	5,00	4,00	1,12	0,04	0,00	0,20	0,44	0,02	0,12
Menú 6	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 6	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	90,00	90,00	125,10	19,62	5,13	0,00	5,40	2,43	45,90
Menú 6	Bebida / lácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	60,00	36,00	20,88	0,61	0,04	4,50	3,60	0,29	0,36
Menú 6	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 6	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 6	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 6	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	15,00	15,00	21,45	0,87	0,14	4,05	1,05	0,08	0,15
Menú 6	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 6	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 6	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 6	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	20,00	12,00	4,08	0,35	0,02	0,46	14,76	0,29	7,92
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 6	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	20,00	10,00	7,90	0,06	0,00	1,71	1,50	0,05	0,40
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B089	plátano hartón, maduro, crudo	130,00	93,60	123,55	1,03	0,19	28,36	2,81	0,47	3,74
Menú 6	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	K033	Panela	12,00	12,00	43,68	0,07	0,01	10,82	5,04	0,59	4,68
Total general				515,00	419,70	785,07	31,05	21,81	113,53	193,94	5,06	904,03

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
503,00	409,20	742,49	29,38	21,77	105,24	188,44	4,14	2488,41
% DE ADECUACION		25,60%	28,94%	22,51%	25,92%	17,13%	35,11%	165,89%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 7	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 7	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 7	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 7	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	90,00	90,00	125,10	19,62	5,13	0,00	5,40	2,43	45,90
Menú 7	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 7	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 7	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 7	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 7	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 7	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 7	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,00	5,10	2,40	0,04	0,01	0,48	1,38	0,02	1,79
Menú 7	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 7	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 7	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	20,00	11,00	6,16	0,07	0,01	1,36	1,76	0,06	0,33
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	120,00	96,00	152,64	0,86	0,29	35,90	15,36	0,29	13,44
Menú 7	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				503,00	409,20	742,49	29,38	21,77	105,24	188,44	4,14	2488,41

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
526,00	427,35	898,94	22,38	32,66	122,94	120,88	5,62	3197,21
% DE ADECUACION		31,00%	22,05%	33,77%	30,28%	10,99%	47,60%	213,15%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 8	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 8	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	9,00	8,55	3,42	0,12	0,01	0,66	2,05	0,03	0,34
Menú 8	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
Menú 8	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 8	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 8	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	50,00	50,00	196,50	9,95	2,75	29,40	60,00	3,20	15,00
Menú 8	Bebida / lácteo	C072	Piña, cruda	90,00	49,50	27,72	0,30	0,05	6,14	7,92	0,25	1,49
Menú 8	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 8	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 8	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 8	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 8	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 8	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	25,00	23,75	9,50	0,33	0,02	1,83	5,70	0,07	0,95
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	25,00	18,75	2,63	0,09	0,02	0,43	3,38	0,06	0,38
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	25,00	20,00	4,60	0,18	0,02	0,82	1,80	0,10	1,20
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 8	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	B089	plátano hartón, maduro, crudo	130,00	93,60	123,55	1,03	0,19	28,36	2,81	0,47	3,74
Menú 8	Tubérculos, raíces, plátanoso derivados	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				526,00	427,35	898,94	22,38	32,66	122,94	120,88	5,62	3197,21

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2300	*101,5*	*36,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
558,00	499,20	690,09	30,04	30,80	69,25	219,41	3,08	2465,33
% DE ADECUACION		23,80%	29,60%	31,85%	17,06%	19,95%	26,08%	164,36%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 9	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 9	Alimento proteico	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	4,00	4,00	4,80	0,27	0,01	0,79	0,76	0,06	0,12
Menú 9	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 9	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 9	Alimento proteico	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,00	5,10	2,40	0,04	0,01	0,48	1,38	0,02	1,79
Menú 9	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	90,00	83,70	138,94	17,33	7,70	0,08	9,21	0,59	52,73
Menú 9	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 9	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 9	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 9	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	62,00	62,00	88,66	3,60	0,56	16,74	4,34	0,31	0,62
Menú 9	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 9	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	30,00	28,50	11,40	0,40	0,03	2,19	6,84	0,09	1,14
Menú 9	Cereales	B103	Tomate, crudo	22,00	17,60	4,05	0,16	0,02	0,72	1,58	0,09	1,06
Menú 9	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	20,00	12,00	4,08	0,35	0,02	0,46	14,76	0,29	7,92
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C025	Fresa, madura, cruda	20,00	19,00	8,55	0,15	0,10	1,58	3,99	0,10	0,38
Menú 9	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanos	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	125,00	125,00	100,00	2,75	0,13	21,13	15,00	1,00	7,50
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanos	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanos	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 9	Tubérculos, raíces, plátanos	SC	Paprika	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				558,00	499,20	690,09	30,04	30,80	69,25	219,41	3,08	2465,33

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2300	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
716,00	431,20	989,96	35,13	36,51	124,18	89,93	5,62	3959,87
% DE ADECUACION		34,14%	34,61%	37,76%	30,59%	8,18%	47,60%	263,99%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 10	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	6,00	5,70	8,21	0,27	0,02	1,67	2,28	0,07	1,08
Menú 10	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	9,00	8,55	3,42	0,12	0,01	0,66	2,05	0,03	0,34
Menú 10	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
Menú 10	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	90,00	90,00	126,00	19,26	5,40	0,18	15,30	0,72	46,80
Menú 10	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 10	Alimento proteico	T026	Lenteja común, cruda	40,00	40,00	154,80	9,24	0,36	24,40	20,40	2,88	10,80
Menú 10	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	70,00	22,40	13,44	0,34	0,11	2,78	2,02	0,38	1,34
Menú 10	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 10	Bebida /Agua	SC	Aqua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 10	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 10	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 10	Cereales	SC	Curcuma	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B027	Cebolla cabezona, cruda	25,00	23,75	9,50	0,33	0,02	1,83	5,70	0,07	0,95
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	25,00	22,50	9,68	0,47	0,00	1,62	9,00	0,23	1,35
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	6,00	5,40	2,97	0,16	0,05	0,37	7,45	0,36	3,02
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátano	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	120,00	96,00	152,64	0,86	0,29	35,90	15,36	0,29	13,44
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátano	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 10	Tubérculos, raíces, plátano	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				**716,00**	**431,20**	**989,96**	**35,13**	**36,51**	**124,18**	**89,93**	**5,62**	**3959,87**

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
560,00	458,10	948,48	34,80	32,82	122,38	104,53	7,66	2413,50
% DE ADECUACION		32,71%	34,28%	33,94%	30,14%	9,50%	64,90%	160,90%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 11	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	6,00	5,70	8,21	0,27	0,02	1,67	2,28	0,07	1,08
Menú 11	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	17,00	16,15	6,46	0,23	0,02	1,24	3,88	0,05	0,65
Menú 11	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	19,00	15,20	3,50	0,14	0,02	0,62	1,37	0,08	0,91
Menú 11	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	90,00	90,00	125,10	19,62	5,13	0,00	5,40	2,43	45,90
Menú 11	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 11	Alimento proteico	T006	Frijol bola roja, crudo	40,00	40,00	148,40	8,56	0,48	23,48	50,00	2,84	6,00
Menú 11	Bebida / lácteo	C062	Naranja, cruda	80,00	48,00	19,68	0,34	0,14	4,22	15,84	0,62	0,96
Menú 11	Bebida / lácteo	K033	Panela	8,00	8,00	29,12	0,05	0,01	7,22	3,36	0,39	3,12
Menú 11	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 11	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 11	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 11	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 11	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	25,00	13,75	2,48	0,11	0,01	0,36	2,89	0,12	0,83
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	25,00	20,00	4,60	0,18	0,02	0,82	1,80	0,10	1,20
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C002	Aguacate Lorena, crudo	25,00	19,25	34,46	0,31	2,56	1,93	1,93	0,08	1,16
Menú 11	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso	B092	Plátano hartón, verde, crudo	130,00	88,40	146,74	1,06	0,18	34,74	7,07	0,35	22,98
Menú 11	Tubérculos, raíces, plátanoso	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				**560,00**	**458,10**	**948,48**	**34,80**	**32,82**	**122,38**	**104,53**	**7,66**	**2413,50**

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
499,00	415,70	759,59	34,49	31,73	80,49	359,50	2,41	1814,50
% DE ADECUACION		26,19%	33,98%	32,81%	19,82%	32,68%	20,40%	120,97%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 12	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 12	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	5,00	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,30	0,02	0,09
Menú 12	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 12	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	90,00	90,00	126,00	19,26	5,40	0,18	15,30	0,72	46,80
Menú 12	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Bebida / lácteo	C032	Guayaba, pintona, cruda	60,00	45,00	35,10	0,41	0,18	6,80	7,20	0,14	1,35
Menú 12	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 12	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 12	Cereales	A001	Almidón de maíz, crudo	6,00	6,00	22,20	0,02	0,01	5,48	0,12	0,03	0,54
Menú 12	Cereales	A073	pasta alimentacia, sin enriquecer, cocida, sin sal	56,00	56,00	80,08	3,25	0,50	15,12	3,92	0,28	0,56
Menú 12	Cereales	D018	Margarina, con sal	5,00	5,00	36,60	0,03	4,06	0,00	0,70	0,00	43,85
Menú 12	Cereales	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	13,00	13,00	64,87	3,42	3,46	4,99	122,20	0,07	47,97
Menú 12	Cereales	G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	10,00	10,00	28,60	2,34	1,87	0,59	40,50	0,05	47,50
Menú 12	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B044	Espinaca, cruda	20,00	12,00	4,08	0,35	0,02	0,46	14,76	0,29	7,92
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 12	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	20,00	10,00	7,90	0,06	0,00	1,71	1,50	0,05	0,40
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso	B089	plátano hartón, maduro, crudo	130,00	93,60	123,55	1,03	0,19	28,36	2,81	0,47	3,74
Menú 12	Tubérculos, raíces, plátanoso	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				499,00	415,70	759,59	34,49	31,73	80,49	359,50	2,41	1814,50

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
480,00	388,60	836,37	20,98	24,54	125,94	100,47	4,66	3978,48
% DE ADECUACION		28,84%	20,67%	25,38%	31,02%	9,13%	39,51%	265,23%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 13	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 13	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Alimento proteico	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 13	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 13	Alimento proteico	T007	Frijol cabecita negra, crudo	40,00	40,00	156,40	8,60	0,56	24,20	32,40	2,28	6,40
Menú 13	Bebida *l* ácteo	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	80,00	48,00	27,84	0,82	0,05	6,00	4,80	0,38	0,48
Menú 13	Bebida *l* ácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 13	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 13	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 13	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 13	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	6,00	5,10	1,79	0,05	0,02	0,32	0,36	0,02	0,10
Menú 13	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 13	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	25,00	13,75	2,48	0,11	0,01	0,36	2,89	0,12	0,83
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,00	21,25	9,99	0,15	0,02	2,02	5,74	0,09	7,44
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	25,00	12,50	9,88	0,08	0,00	2,14	1,88	0,06	0,50
Menú 13	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	120,00	96,00	152,64	0,86	0,29	35,90	15,36	0,29	13,44
Menú 13	Tubérculos, raíces, plátanoso	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				**480,00**	**388,60**	**836,37**	**20,98**	**24,54**	**125,94**	**100,47**	**4,66**	**3978,48**

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
473,00	398,95	822,50	28,26	30,27	106,25	190,12	2,92	2454,65
% DE ADECUACION		28,36%	27,84%	31,30%	26,17%	17,28%	24,74%	163,64%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 14	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Alimento proteico	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	90,00	83,70	138,94	17,33	7,70	0,08	9,21	0,59	52,73
Menú 14	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Bebida / lácteo	C010	Banano común, crudo	80,00	56,00	56,56	0,84	0,06	12,49	4,48	0,50	1,68
Menú 14	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 14	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 14	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 14	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 14	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 14	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 14	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	4,00	4,00	4,80	0,27	0,01	0,79	0,76	0,06	0,12
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B052	Habichuela, cruda	25,00	22,50	9,68	0,47	0,00	1,62	9,00	0,23	1,35
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B079	Perejil, crudo	6,00	5,40	2,97	0,16	0,05	0,37	7,45	0,36	3,02
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,00	21,25	9,99	0,15	0,02	2,02	5,74	0,09	7,44
Menú 14	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso	B089	plátano hartón, maduro, crudo	130,00	93,60	123,55	1,03	0,19	28,36	2,81	0,47	3,74
Menú 14	Tubérculos, raíces, plátanoso	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				**473,00**	**398,95**	**822,50**	**28,26**	**30,27**	**106,25**	**190,12**	**2,92**	**2454,65**

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
479,00	457,10	737,20	30,98	27,12	89,99	206,47	2,91	3225,16
% DE ADECUACION		25,42%	30,52%	28,04%	22,17%	18,77%	24,70%	215,01%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 15	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 15	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 15	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 15	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	90,00	90,00	126,00	19,26	5,40	0,18	15,30	0,72	46,80
Menú 15	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Bebida / lácteo	C025	Fresa, madura, cruda	60,00	57,00	25,65	0,46	0,29	4,73	11,97	0,29	1,14
Menú 15	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 15	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 15	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 15	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 15	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 15	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B077	Pepino Cohombro, crudo	25,00	18,75	2,63	0,09	0,02	0,43	3,38	0,06	0,38
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	25,00	20,00	4,60	0,18	0,02	0,82	1,80	0,10	1,20
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,00	21,25	9,99	0,15	0,02	2,02	5,74	0,09	7,44
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 15	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanos	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	120,00	120,00	96,00	2,64	0,12	20,28	14,40	0,96	7,20
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanos	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 15	Tubérculos, raíces, plátanos	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				479,00	457,10	737,20	30,98	27,12	89,99	206,47	2,91	3225,16

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
558,00	480,90	863,91	29,16	30,26	114,65	233,93	3,52	1716,01
% DE ADECUACION		29,79%	28,73%	31,29%	28,24%	21,27%	29,80%	114,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 16	**Alimento proteico**	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 16	**Alimento proteico**	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 16	**Alimento proteico**	B052	Habichuela, cruda	60,00	54,00	23,22	1,13	0,00	3,89	21,60	0,54	3,24
Menú 16	**Alimento proteico**	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 16	**Alimento proteico**	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,00	5,10	2,40	0,04	0,01	0,48	1,38	0,02	1,79
Menú 16	**Alimento proteico**	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	**Alimento proteico**	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	90,00	83,70	138,94	17,33	7,70	0,08	9,21	0,59	52,73
Menú 16	**Bebida / lácteo**	C061	Mora de Castilla	60,00	54,00	39,96	0,54	0,05	7,88	22,68	0,92	0,54
Menú 16	**Bebida / lácteo**	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 16	**Bebida / lácteo**	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 16	**Cereales**	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 16	**Cereales**	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 16	**Cereales**	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 16	**Cereales**	B044	Espinaca, cruda	6,00	3,60	1,22	0,10	0,01	0,14	4,43	0,09	2,38
Menú 16	**Cereales**	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 16	**Cereales**	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	**Ensalada o verdura caliente**	B027	Cebolla cabezona, cruda	25,00	23,75	9,50	0,33	0,02	1,83	5,70	0,07	0,95
Menú 16	**Ensalada o verdura caliente**	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	25,00	20,00	10,60	0,28	0,02	2,06	3,20	0,16	14,20
Menú 16	**Ensalada o verdura caliente**	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,00	21,25	9,99	0,15	0,02	2,02	5,74	0,09	7,44
Menú 16	**Ensalada o verdura caliente**	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 16	**Ensalada o verdura caliente**	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 16	**Tubérculos, raíces, plátanos**	B092	Plátano hartón, verde, crudo	130,00	88,40	146,74	1,06	0,18	34,74	7,07	0,35	22,98
Menú 16	**Tubérculos, raíces, plátanos**	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				**558,00**	**480,90**	**863,91**	**29,16**	**30,26**	**114,65**	**233,93**	**3,52**	**1716,01**

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
524,00	421,35	870,27	21,54	30,29	121,01	84,25	5,38	3199,78
% DE ADECUACION		**30,01%**	**21,22%**	**31,33%**	**29,81%**	**7,66%**	**45,56%**	**213,32%**

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 17	**Alimento proteico**	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 17	**Alimento proteico**	B027	Cebolla cabezona, cruda	18,00	17,10	6,84	0,24	0,02	1,32	4,10	0,05	0,68
Menú 17	**Alimento proteico**	B103	Tomate, crudo	18,00	14,40	3,31	0,13	0,01	0,59	1,30	0,07	0,86
Menú 17	**Alimento proteico**	D004	Aceite de girasol	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	**Alimento proteico**	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,50	73,76	6,24	5,35	0,15	26,24	0,84	68,81
Menú 17	**Alimento proteico**	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 17	**Alimento proteico**	T026	Lenteja común, cruda	40,00	40,00	154,80	9,24	0,36	24,40	20,40	2,88	10,80
Menú 17	**Bebida / lácteo**	C072	Piña, cruda	80,00	44,00	24,64	0,26	0,04	5,46	7,04	0,22	1,32
Menú 17	**Bebida / lácteo**	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 17	**Cereales**	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 17	**Cereales**	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 17	**Cereales**	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 17	**Cereales**	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 17	**Cereales**	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 17	**Ensalada o verdura caliente**	B059	Lechuga común, cruda	25,00	13,75	2,48	0,11	0,01	0,36	2,89	0,12	0,83
Menú 17	**Ensalada o verdura caliente**	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,00	21,25	9,99	0,15	0,02	2,02	5,74	0,09	7,44
Menú 17	**Ensalada o verdura caliente**	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 17	**Ensalada o verdura caliente**	C054	Manzana común cruda	25,00	21,25	15,30	0,06	0,04	3,51	3,40	0,06	0,43
Menú 17	**Ensalada o verdura caliente**	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 17	**Tubérculos, raíces, plátanos**	B089	plátano hartón, maduro, crudo	130,00	93,60	123,55	1,03	0,19	28,36	2,81	0,47	3,74
Menú 17	**Tubérculos, raíces, plátanos**	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total general				**524,00**	**421,35**	**870,27**	**21,54**	**30,29**	**121,01**	**84,25**	**5,38**	**3199,78**

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2300	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
677,00	417,05	739,59	30,60	25,98	93,95	193,31	2,97	2491,92
% DE ADECUACION		25,50%	30,15%	26,86%	23,14%	17,57%	25,20%	166,13%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 18	Alimento proteico	A001	Almidón de maíz, crudo	5,00	5,00	18,50	0,02	0,01	4,57	0,10	0,03	0,45
Menú 18	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 18	Alimento proteico	C062	Naranja, cruda	2,00	1,20	0,49	0,01	0,00	0,11	0,40	0,02	0,02
Menú 18	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	90,00	90,00	126,00	19,26	5,40	0,18	15,30	0,72	46,80
Menú 18	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Bebida / lácteo	C021	Curuba, cruda	80,00	40,00	15,20	0,24	0,04	3,40	2,80	0,40	34,00
Menú 18	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 18	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 18	Bebida /Agua	SC	Agua	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 18	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 18	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 18	Cereales	B080	Pimentón rojo, crudo	6,00	5,10	1,79	0,05	0,02	0,32	0,36	0,02	0,10
Menú 18	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 18	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B080	Pimentón rojo, crudo	8,00	6,80	2,38	0,07	0,02	0,43	0,48	0,03	0,14
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B081	Pimentón verde, crudo	8,00	6,40	1,79	0,06	0,01	0,31	0,70	0,03	0,19
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,00	19,55	9,19	0,14	0,02	1,86	5,28	0,08	6,84
Menú 18	Ensalada o verdura caliente	C051	Mango común, crudo	23,00	11,50	9,09	0,07	0,00	1,97	1,73	0,06	0,46
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátano:	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	120,00	120,00	96,00	2,64	0,12	20,28	14,40	0,96	7,20
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátano:	D015	Mantequilla	5,00	5,00	37,15	0,04	4,11	0,00	1,10	0,01	11,15
Menú 18	Tubérculos, raíces, plátano:	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				677,00	417,05	739,59	30,60	25,98	93,95	193,31	2,97	2491,92

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
542,00	467,60	944,44	33,70	26,00	138,58	102,30	6,50	3966,03
% DE ADECUACION		32,57%	33,21%	26,88%	34,13%	9,30%	55,10%	264,40%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 19	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	6,00	5,70	8,21	0,27	0,02	1,67	2,28	0,07	1,08
Menú 19	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	18,00	17,10	6,84	0,24	0,02	1,32	4,10	0,05	0,68
Menú 19	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	6,00	5,10	1,79	0,05	0,02	0,32	0,36	0,02	0,10
Menú 19	Alimento proteico	B081	Pimentón verde, crudo	6,00	4,80	1,34	0,04	0,00	0,24	0,53	0,02	0,14
Menú 19	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	18,00	14,40	3,31	0,13	0,01	0,59	1,30	0,07	0,86
Menú 19	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Alimento proteico	F099	Res, carne magra, cruda	90,00	90,00	125,10	19,62	5,13	0,00	5,40	2,43	45,90
Menú 19	Alimento proteico	L015	Sal	4,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,96	0,01	1551,24
Menú 19	Alimento proteico	T019	Garbanzo, crudo	40,00	40,00	157,20	7,96	2,20	23,52	48,00	2,56	12,00
Menú 19	Bebida / lácteo	C051	Mango común, crudo	22,00	11,00	8,69	0,07	0,00	1,88	1,65	0,06	0,44
Menú 19	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	22,00	22,00	87,34	0,00	0,00	21,85	0,00	0,02	0,00
Menú 19	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 19	Cereales	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 19	Cereales	B027	Cebolla cabezona, cruda	4,00	3,80	1,52	0,05	0,00	0,29	0,91	0,01	0,15
Menú 19	Cereales	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,00	5,10	2,40	0,04	0,01	0,48	1,38	0,02	1,79
Menú 19	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 19	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	25,00	13,75	2,48	0,11	0,01	0,36	2,89	0,12	0,83
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,00	21,25	9,99	0,15	0,02	2,02	5,74	0,09	7,44
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	C072	Piña, cruda	25,00	13,75	7,70	0,08	0,01	1,71	2,20	0,07	0,41
Menú 19	Ensalada o verdura caliente	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanos	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	120,00	96,00	152,64	0,86	0,29	35,90	15,36	0,29	13,44
Menú 19	Tubérculos, raíces, plátanos	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				542,00	467,60	944,44	33,70	26,00	138,58	102,30	6,50	3966,03

GRUPO 5 ALMUERZO

MENÚ

Menú 1	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13
Menú 14	Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18
Menú 19	Menú 2	Menú 20	Menú 3	Menú 4
Menú 5	Menú 6	Menú 7	Menú 8	Menú 9

RECOMENDACIONES DE ENERGÍA Y NUTRIENTES		CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
		2900	*101,5*	*96,7*	*406*	*1100*	*11,8*	*1500*
TOTAL PESO BRUTO (G5)	Total Peso Neto G5	Total Calorias G5	Total Proteina G5	Total Grasa G5	Total CHO G5	Total Calcio G5	Total Hierro G5	Total Sodio G5
521,00	394,65	852,52	29,46	30,89	112,50	189,07	2,98	2468,66
% DE ADECUACION		29,40%	29,03%	31,94%	27,71%	17,19%	25,24%	164,58%

MENÚ	COMPONENTES	CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO(Ingredientes)	PESO BRUTO	Peso Neto	Calorias	Proteina	Grasa	CHO	Calcio	Hierro	Sodio
Menú 20	Alimento proteico	B009	Ajo, crudo	3,00	2,85	4,10	0,13	0,01	0,84	1,14	0,04	0,54
Menú 20	Alimento proteico	B027	Cebolla cabezona, cruda	8,00	7,60	3,04	0,11	0,01	0,59	1,82	0,02	0,30
Menú 20	Alimento proteico	B080	Pimentón rojo, crudo	6,00	5,10	1,79	0,05	0,02	0,32	0,36	0,02	0,10
Menú 20	Alimento proteico	B103	Tomate, crudo	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
Menú 20	Alimento proteico	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Alimento proteico	F011	Cerdo, carne magra, cruda	90,00	90,00	126,00	19,26	5,40	0,18	15,30	0,72	46,80
Menú 20	Alimento proteico	K033	Panela	9,00	9,00	32,76	0,05	0,01	8,12	3,78	0,44	3,51
Menú 20	Alimento proteico	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Bebida / lácteo	C056	Maracuyá, cruda	80,00	25,60	15,36	0,38	0,13	3,17	2,30	0,44	1,54
Menú 20	Bebida / lácteo	G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15,00	15,00	74,85	3,95	3,99	5,76	141,00	0,08	55,35
Menú 20	Bebida / lácteo	K003	Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Menú 20	Cereales	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	56,00	56,00	197,68	3,75	0,22	44,86	5,04	0,45	1,12
Menú 20	Cereales	C019	Coco, crudo	18,00	8,10	32,56	0,29	2,88	1,02	0,57	0,11	1,46
Menú 20	Cereales	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	K003	Azúcar blanco, granulado	2,00	2,00	7,94	0,00	0,00	1,99	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Cereales	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B059	Lechuga común, cruda	20,00	11,00	1,98	0,09	0,01	0,29	2,31	0,10	0,66
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B103	Tomate, crudo	20,00	16,00	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08	0,96
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	20,00	17,00	7,99	0,12	0,02	1,62	4,59	0,07	5,95
Menú 20	Ensalada o verdura caliente	C044	Limón, crudo	2,00	1,00	0,44	0,00	0,00	0,09	0,19	0,01	0,04
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanos	B092	Plátano hartón, verde, crudo	130,00	88,40	146,74	1,06	0,18	34,74	7,07	0,35	22,98
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanos	D004	Aceite de girasol	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Menú 20	Tubérculos, raíces, plátanos	L015	Sal	2,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,01	775,62
Total general				521,00	394,65	852,52	29,46	30,89	112,50	189,07	2,98	2468,66