		15%	33%	52%	100%		
NIVEL ESCOLAR	**CALORIAS**	**PROTEINAS**	**GRASAS**	**CHOS**	**CALCIO**	**HIERRO**	**SODIO**
PRESCOLAR	1300	48,8	47,7	169,0	700	5,6	1133
	20%	20%	20%	20%	20%	20%	20%
	260	9,8	9,5	33,8	140,0	1,1	226,6
PRIMARIA: 1ero, 2do, 3ero	1629	61,1	59,7	211,8	800	6,2	1200
	20%	20%	20%	20%	20%	20%	20%
	326	12,2	11,9	42,4	160,0	1,2	240,0
PRIMARIA: 4to y 5to	1994	74,8	73,1	259,2	1100	8,7	1500
	20%	20%	20%	20%	20%	20%	20%
	399	15,0	14,6	51,8	220,0	1,7	300,0
SECUNDARIA	2491	93,4	91,3	323,8	1100	9,5	1500
	20%	20%	20%	20%	20%	20%	20%
	498	18,7	18,3	64,8	220,0	1,9	300,0
MEDIA Y CC	2900	108,8	106,3	377,0	1100	11,8	1500
	20%	20%	20%	20%	20%	20%	20%
	580	21,8	21,3	75,4	220,0	2,4	300,0

NOMBRE NUTRICIONISTA	Rosalinda Correa Lacayo
ReTHUS	**MND03716**

CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO NETO (g)	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	COSTO GRAMO	PATRON	FAO	% Comestible	Grupo
A001	Almidón de maíz, crudo	100	370	0,3	0,1	91,4	2	0,5	9,0	$ 25,43	C3	A90	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A010	Arroz blanco, pulido, crudo	100	353	6,7	0,4	80,1	9	0,8	2,0	$ 4,32	C3	A10	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A012	Avena en Hojuelas, Precocida	100	411	16,9	7,5	64,1	54	4,5	3,0	$ 10,80	C4		100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A033	Harina de maíz amarillo, precocida	100	386	7,7	3,3	77,6	6	2,7	22,0	$ 4,98	C4	A28	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A034	Harina de maíz blanco, precocida	100	380	9,1	3,7	73,9	4	2,7	1,0		C4	A	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A038	Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	100	363	13,2	1,9	72,1	18	5,1	2,0	$ 4,60	C4	A	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A044	Maíz amarillo, trillado	100	347	8,8	0,8	76,0	7	2,1	0,0	$ 3,93	C4	R	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A046	Maíz blanco, trillado	100	357	8,7	0,9	77,9	10	2	6,0	$ 3,40	C4	R	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A057	Mogolla, integral, horneada	100	310	7,2	1,9	66,1	40	6	1,0		C4	A25	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A058	Mojicón, horneado	100	310	9,3	1,9	63,7	25	3	0,0	$ 19,93	C5		100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A060	Pan blanco, regular, horneado	100	268	8,9	3,4	48,8	54	3	541,0	$ 12,89	C5	A4	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	100	278	8,9	1,6	56,8	25	1,9	1183,0	$ 11,56	C5	A61	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A063	Pan de dulce, regular, horneado	100	328	8,9	4,3	63,1	31	3	203,0		C1	A	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A064	Pan de leche, horneado	100	281	8,6	4,8	49,7	83	3	352,0	$ 13,71	C1	A90	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A065	Pan de queso, horneado	100	367	10,4	20,8	33,5	90	2	750,0	$ 20,52	C1	A	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A066	Pan de sal regular, horenado	100	340	11,1	6,4	59,3	35	1,9	0,0		C1	A	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A068	Pan francés, horneado	100	308	10,1	2,1	61,1	32	1,9	625,0		C3	A	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	100	371	13,0	1,5	74,7	25	3,9	6,0	$ 7,38	C1	A	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A074	pasta alimenticia, sin enriquecer, cruda	100	371	13,0	1,4	74,8	21	1	5,0	$ 7,38	C1	A129	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
B006	Ahuyama, cruda	100	30	0,8	0,2	5,8	20	0,8	1,0	$ 3,10	C1	A152	85	Grupo II. Frutas y verduras
B007	Ají dulce, crudo	100	42	1,0	1,6	5,1	13	1	2,0	$ 6,11	C3	A	90	Grupo II. Frutas y verduras
B009	Ajo, crudo	100	144	4,7	0,3	29,3	40	1,3	19,0	$ 11,56	C4	A154	95	Grupo II. Frutas y verduras
B014	Apio, crudo	100	26	0,7	0,2	4,6	42	0,4	80,0	$ 11,29			50	Grupo II. Frutas y verduras
B023	Berenjena, con cáscara, cruda	100	35	1,0	0,2	5,7	10	0,4	2,0	$ 4,16			75	Grupo II. Frutas y verduras
B027	Cebolla cabezona, cruda	100	40	1,4	0,1	7,7	24	0,3	4,0	$ 5,24	C4	A155	95	Grupo II. Frutas y verduras
B035	Cilantro, crudo	100	44	2,3	0,6	5,9	82	1,8	46,0	$ 18,94	C1	A	90	Grupo II. Frutas y verduras
B052	Habichuela, cruda	100	43	2,1	0,0	7,2	40	1	6,0	$ 6,81	C2	A	90	Grupo II. Frutas y verduras
B059	Lechuga común, cruda	100	18	0,8	0,1	2,6	21	0,9	6,0	$ 4,10			55	Grupo II. Frutas y verduras
B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	100	80	2,2	0,1	16,9	12	0,8	6,0	$ 3,50	C2	C	100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	100	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3	11,0	$ 3,50	C2		80	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	100	89	2,1	0,1	18,9	12	0,8	6,0		C2		100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	100	97	2,0	0,2	20,9	8	0,8	10,0		C2		90	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
B077	Pepino Cohombro, crudo	100	14	0,5	0,1	2,3	18	0,3	2,0	$ 2,84	C2	A	75	Grupo II. Frutas y verduras
B079	Perejil, crudo	100	55	2,9	1,0	6,9	138	6,6	56,0	$ 17,75			90	Grupo II. Frutas y verduras
B057	Harina de Platano Cruda	100	340	3,3	0,3	80,5	11	1,2	0,0				100	Grupo II. Frutas y verduras
B080	Pimentón rojo, crudo	100	35	1,0	0,3	6,3	7	0,4	2,0	$ 6,02	C2	A	85	Grupo II. Frutas y verduras
B081	Pimentón verde, crudo	100	28	0,9	0,1	4,9	11	0,4	3,0		C2	A	80	Grupo II. Frutas y verduras
B086	Plátano dominico, verde, crudo	100	166	1,2	0,1	39,4	8	0,9	10,0	$ 3,50	C2		60	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
B089	plátano hartón, maduro, crudo	100	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5	4,0	$ 3,50			72	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
B092	Plátano hartón, verde, crudo	100	166	1,2	0,2	39,3	8	0,4	26,0	$ 3,50	C2		68	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	100	53	1,4	0,1	10,3	16	0,8	71,0	$ 6,51	C2		80	Grupo II. Frutas y verduras
B099	Repollo blanco, crudo	100	40	1,8	0,3	6,4	44	0,5	18,0	$ 3,61	C2		70	Grupo II. Frutas y verduras
B103	Tomate, crudo	100	23	0,9	0,1	4,1	9	0,5	6,0	$ 3,68	C2		80	Grupo II. Frutas y verduras
B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	100	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3	14,0	$ 4,20	C4	A240	80	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	100	47	0,7	0,1	9,5	27	0,4	35,0	$ 3,78	C4	A238	85	Grupo II. Frutas y verduras
C010	Banano común, crudo	100	101	1,5	0,1	22,3	8	0,9	3,0	$ 2,38	C4	A244	70	Grupo II. Frutas y verduras
C031	Guayaba, madura, cruda	100	71	0,9	0,3	13,4	13	0,3	3,0	$ 3,57	C4	A248	75	Grupo II. Frutas y verduras
C044	Limón, crudo	100	44	0,3	0,3	9,3	19	0,5	4,0	$ 6,59	C4	A251	50	Grupo II. Frutas y verduras
C045	Lulo, Crudo	100	48	0,9	0,1	8,9	10	0,6	0,0		C4	A251	60	Grupo II. Frutas y verduras
C050	Mandarina, cruda	100	54	0,9	0,1	11,4	35	0,3	2,0	$ 5,84	C4	A	70	Grupo II. Frutas y verduras
C051	Mango común, crudo	100	79	0,6	0,0	17,1	15	0,5	4,0	$ 8,60	C4	A232	50	Grupo II. Frutas y verduras
C052	Mango Tommy Atkins, crudo	100	194	0,4	0,1	46,9	8	0,1	0,0		C4		76	Grupo II. Frutas y verduras
C054	Manzana común cruda	100	72	0,3	0,2	16,5	16	0,3	2,0	$ 11,07	C4	A274	85	Grupo II. Frutas y verduras
C056	Maracuyá, cruda	100	60	1,5	0,5	12,4	9	1,7	6,0	$ 6,44			32	Grupo II. Frutas y verduras
C061	Mora de castilla, cruda	100	74	1,0	0,1	14,6	42	1,7	1,0	$ 11,55	C4	A275	90	Grupo II. Frutas y verduras
C062	Naranja, cruda	100	41	0,7	0,3	8,8	33	1,3	2,0	$ 2,81	C4	A276	60	Grupo II. Frutas y verduras
C065	Papaya, madura, cruda	100	40	0,5	0,1	8,2	24	0,3	5,0	$ 3,45	C4	A	70	Grupo II. Frutas y verduras
C072	Piña, cruda	100	56	0,6	0,1	12,4	16	0,5	3,0	$ 2,54	C4	A	55	Grupo II. Frutas y verduras
C079	Sandía, cruda	100	17	0,4	0,0	3,7	4	0,3	1,0	$ 2,61	C4		40	Grupo II. Frutas y verduras
C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	100	58	1,7	0,1	12,5	10	0,8	1,0	$ 3,92	C4	A292	60	Grupo II. Frutas y verduras
D012	Aceite de soya	100	900	0,0	100,0	0,0	0	0,0	0,0	$ 12,47	C4	A146	100	Grupo V. Grasas
D018	Margarina, con sal	100	732	0,6	81,1	0,0	14	0,0	877,0		C4	A	100	Grupo V. Grasas
D019	Margarina, esparcible	100	731	0,6	81,0	0,0	3	0,1	685,0	$ 16,58	C4	A23	100	Grupo II. Frutas y verduras
F011	Cerdo, carne magra, cruda	100	140	21,4	6,0	0,2	17	0,8	52,0	$ 22,62	C4	A31	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	100	166	20,7	9,2	0,1	11	0,7	65,0	$ 16,21	C4	A	60	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
F099	Res, carne magra, cruda	100	139	21,8	5,7	0,0	6	2,7	51,0	$ 36,73	C4	A52	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
F109	Res, hígado, crudo	100	138	20,4	4,5	3,9	9	8,4	76,0	$ 13,75			100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
G008	Leche de vaca, entera, en polvo	100	499	26,3	26,6	38,4	940	0,5	369,0	$ 31,82	C4	A53	100	Grupo III. Leche y productos lácteos
G010	Leche de vaca, entera, líquida, cruda	100	65	3,3	3,7	4,6	120	0,2	49,0		C4	A57	100	Grupo III. Leche y productos lácteos
J004	Huevo de gallina, entero, crudo	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139,0	$ 10,10	C4	A	90	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
K003	Azúcar blanco, granulado	100	397	0,0	0,0	99,3	0	0,1	0,0	$ 4,93	C4	A21	100	Grupo VI. Azúcares
K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	100	466	3,6	16,6	75,5	36	3,5	0,0		C4	A65	100	Grupo VI. Azúcares
K033	Panela	100	364	0,6	0,1	90,2	42	4,9	39,0	$ 5,29	C4	A66	100	Grupo VI. Azúcares
L001	Achiote, seco	100	392	4,4	5,3	81,8	11	1,4	0,0	$ 39,51	C4	A43	100	Misceláneos
L008	Chocolate amargo o negro	100	622	4,9	42,6	49,3	80	3,6	17,0	$ 26,26	C4		100	Grupo V. Grasas
L015	Sal	100	0	0,0	0,0	0,0	24	0,3	38781,0	$ 2,01	C3	A402	100	Misceláneos
P074	Ñame, sin cáscara, crudo	100	121	2,0	0,2	25,9	16	0,5	9,0	$ 3,89	C3	A451	85	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
T003	Arveja seca, cruda	100	374	23,9	1,1	60,2	60	4,6	15,0	$ 4,09	C3	A403	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
T005	Frijol blanco, crudo	100	373	21,3	1,1	61,8	133	6,2	15,0	$ 10,50	C3	A	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
T006	Frijol bola roja, crudo	100	371	21,4	1,2	58,7	125	7,1	15,0	$ 14,25	C3	A	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
T007	Frijol cabecita negra, crudo	100	391	21,5	1,4	60,5	81	5,7	16,0	$ 6,85	C3	A424	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
T008	Frijol canavalia, crudo	100	365	20,6	1,4	59,4	147	5,5	5,0		C3	A428	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
T009	Frijol caraota o negro, crudo	100	386	22,8	1,7	59,0	129	6,1	5,0		C3	A432	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
T010	Frijol cargamanto rojo, cocido, sin sal	100	161	8,1	0,6	26,9	46	2,1	1,0		C3	A434	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	100	386	22,8	1,5	60,4	119	5,3	10,0	$ 17,91	C3		100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
T012	Frijol cargamanto rosado, crudo	100	370	21,0	1,2	62,4	137	6,8	8,0		C3	A	100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
T026	Lenteja común, cruda	100	387	23,1	0,9	61,0	51	7,2	27,0	$ 6,97	C3		100	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
B044	Espinaca, cruda	100	34	2,9	0,2	3,8	123	2,4	66,0				60	Grupo II. Frutas y verduras
A	AGUA	100								$ 0,78			100	
A015	Cereal para el desayuno, Hojuelas de maíz, sin azúcar	100	383	8,1	0,4	85,0	5	7,9	680,0	$ 22,59			100	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
K034	Panelita de leche de vaca, con azúcar	100	361	2,9	1,8	83,3	134	0,8	0,0	$ 34,69			100	Grupo VI. Azúcares
G018	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	100	303	17,5	25,5	0,9	783	1,3	935,0	$ 26,68			100	Grupo III. Leche y productos lácteos
K006	Bocadillo o dulce de guayaba, veleño	100	318	0,3	0,1	79,0	25	1,2		$ 18,22			100	Grupo VI. Azúcares
1057	Pimienta, negra	100	255	11	3,3	64,8	437	28,9	44				100,00	Misceláneos
696	Laurel hojas, maduras	100	184	4,2	1,2	42,5	187	5,3	0				100,00	Misceláneos
331	Comino, semilla	100	375	17,8	22,3	44,2	931	66,4	168				100,00	Misceláneos
332	Orégano, molido	100	306	11	10,3	64,4	1576	44	15				100,00	Misceláneos
304	Clavos molidos	100	323	6	20,1	61,2	646	8,7	243				100,00	Misceláneos
172	Canela	100	261	3,9	3,2	79,9	1228	38,1	26				100,00	Misceláneos
171315	Pimienta de olor	100	263	6,09	9	72,1	661	7,06	77				100,00	Misceláneos
171316	Anís en grano	100	337	17,6	15,9	50	646	37	16				100,00	Misceláneos

CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO NETO (g)	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	COSTO GRAMO	PATRON	FAO	% Comestible	Grupo
B029	Cebolla junca, tallos, cruda	100	37	1,2	0,1	6,8	57	0,5	15				100,00	Grupo II. Frutas y verduras
1363	Vinagre destilado	100	12	0	0	5	0	0	1				100,00	Misceláneos
D016	Mantequilla de maní	100,0	643,0	24,6	50,0	20,7	34,0	1,7	478,0				100,00	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas
A043	Maíz amarillo, crudo	100	393	9,4	4,7	74,5	7	2,7	35				95,00	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
A026	Galletas saladas, tipo cracker	100	466	8,4	17,2	68,2	107	2,6	708				100,00	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
28	Maiz amarillo tierno enlatado. grano entero	100	85	2,5	0,3	18	19,9	10	0,9	0			100,00	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos
CHO2	Chocolate Costeño (Mezcla de Maiz, Azucar, cacao, especies)	100	466	3,6	16,6	75,5	36	3,5	0,0		C4	A65	100	Grupo VI. Azúcares
ESEN	Esencia de Vainilla	100	288	0,1	0,1	12,7	0	0,0	0,0				100	Misceláneos
305	Clavos de Olor	100	323	6	20,1	61,2	646	8,7	243				100,00	Misceláneos
K033	Panela	100	364	0,6	0,1	90,2	42	4,9	39				100,00	Grupo VI. Azúcares
A065	Pan de queso, horneado	100	367	10,4	20,8	33,5	90	2	750				100,00	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos

REPORTE CICLOS DE MENÚS

ENTIDAD TERRITORIAL:	**MONTERÍA - ENTIDAD TERRITORIAL CERTIFICADA**
MUNICIPIO	**MONTERIA**
OPERADOR	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

SEMANA No. 1

COMPONENTES	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA CON LECHE	**200 ml**	REFRESCO DE AVENA CON LECHE	JUGO DE BANANO CON LECHE	CHOCOLATE DE BOLA EN LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE	JUGO DE GUAYABA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	**34 - 110 g**		HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE Y CEBOLLA		PALITOS DE POLLO APANADOS	CARNE DESMECHADA
CEREAL ACOMPAÑANTE	**40 - 135 g**	PAN REDONDO DE LECHE CON MARGARINA CON SAL	CROQUETA DE YUCA	BUÑUELO DE HARINA DE MAIZ	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ DE ZANAHORIA
FRUTA	**100-135 g**	PAPAYA		PATILLA		
AGUA PREPARACION	**200 ml**	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
AGUA CONSUMO	**150-200 ml**		AGUA		AGUA	

SEMANA No. 2

COMPONENTES	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA (LÁCTEOS)	**200 ml**	ARROZ CON LECHE	CHOCOLATE DE BOLA CON LECHE	COLADA DE FECULA DE PLATANO CON LECHE	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE	LECHE DE VACA ENTERA EN POLVO ESENCIA DE VAINILLA
ALIMENTO PROTEÍCO	**34 - 110 g**			CERDO MOLIDO	POLLO DESMECHADO	CERDO EN SALSA DE PIÑA
CEREAL ACOMPAÑANTE	**40 - 135 g**	CARIMAÑOLA DE CARNE DE RES	AREPA DE ANÍS DULCE	PURE DE PAPA - ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA BECHAMEL	ARROZ DE PIMENTÓN
FRUTA	**100-135 g**	MANGO EN TROZOS	PIÑA			
AGUA PREPARACION	**200 ml**	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
AGUA CONSUMO	**150-200 ml**		AGUA		AGUA	

SEMANA No. 3

COMPONENTES	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA (LÁCTEOS)	**200 ml**	PETO DE MAÍZ	COLADA DE FECULA DE MAÍZ CON LECHE	PANELA CON LECHE	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	REFRESCO DE AVENA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	**34 - 110 g**			HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE	AREPITAS DE CARNE MOLIDA A LAS FINAS YERBAS	FAJITAS DE POLLO CON CEBOLLA
CEREAL ACOMPAÑANTE	**40 - 135 g**	EMPANADA DE POLLO CON HARINA DE MAIZ	BUÑUELO DE FRIJOL CABECITA NEGRA	PALITOS DE MAIZ	ARROZ DE AJO/DADOS DE PAPA SALTEADOS	ARROZ CON FIDEOS
FRUTA	**100-135 g**	BANANO	NARANJA			
AGUA PREPARACION	**200 ml**	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
AGUA CONSUMO	**150-200 ml**	AGUA		AGUA		AGUA

SEMANA No. 4

COMPONENTES	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA (LÁCTEOS)	**200 ml**	PETO DE MAÍZ	ARROZ CON LECHE	REFRESCO DE AVENA CON LECHE	GUAYABA DULE CON LECHE	PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	**34 - 110 g**			POLLO EN SALSA DE MARACUYA	TORTILLA DE HUEVO CON TOMATE Y CEBOLLA	CARNE DE RES AL BISTEC
CEREAL ACOMPAÑANTE	**40 - 135 g**	AREPA DE QUESO FRITA	PAN DE QUESO	ARROZ. DE MAICITO	ARROZ CON AJI // PLÁTANO MADURO COCIDO	PURÉ DE YUCA
FRUTA	**100-135 g**	PATILLA EN TROZOS	BANANO			
AGUA PREPARACION	**200 ml**	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
AGUA CONSUMO	**150-200 ml**		AGUA		AGUA	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS	**Rosalinda Correa Lacayo MND03716**
FIRMA	

FORMATO ANÁLISIS

ENTIDAD TERRITORIAL: MONTERÍA - ENTIDAD TERRITORIAL CERTIFICADA
MINUTA CON ENFOQUE: No
GRUPO ÉTNICO: Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN: Ración para Preparar en Sitio Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO: Complemento JM/JT

MENÚ No. 1

Preescolar — CALORÍAS Y NUTRIENTES

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA CON LECHE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	REFRESCO DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	12,00	12,00	49,32	2,03	0,90	7,69	6,48	0,54	0,36
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A								
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAN REDONDO DE LECHE CON MARGARINA CON SAL	Pan de leche, horneado	A064	40,00	40,00	112,40	3,44	1,92	19,88	33,20	1,20	140,80
	Grupo V. Grasas		Margarina, con sal	D018	5,00	5,00	36,60	0,03	4,06	0,00	0,70	0,00	43,85
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	PAPAYA	Papaya, madura, cruda	C065	114,29	80,00	32,00	0,40	0,08	6,56	19,20	0,24	4,00
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		0	AGUA	A									

Primaria: primero, segundo y tercero — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Avena en Hojuelas, Precocida	12,00	12,00	49,32	2,03	0,90	7,69	6,48	0,54	0,36
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
(ALIMENTO PROTEÍCO)	#N/A								
Pan de leche, horneado	40,00	40,00	112,40	3,44	1,92	19,88	33,20	1,20	140,80
Margarina, con sal	8,00	8,00	58,56	0,05	6,49	0,00	1,12	0,00	70,16
Papaya, madura, cruda	157,14	110,00	44,00	0,55	0,11	9,02	26,40	0,33	5,50
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)									

Primaria: cuarto y quinto — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Avena en Hojuelas, Precocida	12,00	12,00	49,32	2,03	0,90	7,69	6,48	0,54	0,36
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
(ALIMENTO PROTEÍCO)	#N/A								
Pan de leche, horneado	60,00	60,00	168,60	5,16	2,88	29,82	49,80	1,80	211,20
Margarina, con sal	8,00	8,00	58,56	0,05	6,49	0,00	1,12	0,00	70,16
Papaya, madura, cruda	157,14	110,00	44,00	0,55	0,11	9,02	26,40	0,33	5,50
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)									

Secundaria — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Avena en Hojuelas, Precocida	18,00	18,00	73,98	3,04	1,35	11,54	9,72	0,81	0,54
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
(ALIMENTO PROTEÍCO)	#N/A								
Pan de leche, horneado	70,00	70,00	196,70	6,02	3,36	34,79	58,10	2,10	246,40
Margarina, con sal	12,00	12,00	87,84	0,07	9,73	0,00	1,68	0,00	105,24
Papaya, madura, cruda	185,71	130,00	52,00	0,65	0,13	10,66	31,20	0,39	6,50
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)									

Media y Nivel Complementario — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
Avena en Hojuelas, Precocida	18,00	18,00	73,98	3,04	1,35	11,54	9,72	0,81	0,54	
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
(ALIMENTO PROTEÍCO)	#N/A									
Pan de leche, horneado	90,00	90,00	252,90	7,74	4,32	44,73	74,70	2,70	316,80	
Margarina, con sal	15,00	15,00	109,80	0,09	12,17	0,00	2,10	0,00	131,55	
Papaya, madura, cruda	192,86	135,00	54,00	0,68	0,14	11,07	32,40	0,41	6,75	
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA (consumo)										

		CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
Preescolar	TOTAL MENÚ	342,44	10,11	11,22	48,38	212,44	2,14	248,10
	RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
	% ADECUACIÓN	26,34%	20,75%	23,53%	28,63%	30,35%	38,29%	21,90%
		260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: primero, segundo y tercero	TOTAL MENÚ	376,40	12,28	13,68	50,84	220,06	2,23	275,91
	RECOMENDACIÓN	1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00
	% ADECUACIÓN	23,11%	20,11%	22,90%	24,01%	27,51%	36,04%	22,99%
		325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: cuarto y quinto	TOTAL MENÚ	432,60	15,00	14,64	60,78	236,66	2,83	346,31
	RECOMENDACIÓN	1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00
	% ADECUACIÓN	21,70%	20,06%	20,02%	23,45%	21,51%	32,58%	23,09%
		398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Secundaria	TOTAL MENÚ	522,64	19,00	18,83	71,24	253,56	3,46	417,77
	RECOMENDACIÓN	2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00
	% ADECUACIÓN	20,98%	20,34%	20,62%	22,00%	23,05%	36,47%	27,85%
		498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Media y Nivel Complementario	TOTAL MENÚ	602,80	21,76	22,23	81,59	271,78	4,08	514,73
	RECOMENDACIÓN	2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00
	% ADECUACIÓN	20,79%	20,01%	20,91%	21,64%	24,71%	34,57%	34,32%
		580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS: Rosalinda Correa Lacayo | Rosalinda Correa Lacayo
FIRMA: Rosalinda Correa L.
MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRICULA PROFESIONAL MND03716

MENÚ No. 2

Preescolar — CALORÍAS Y NUTRIENTES

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA CON LECHE	Grupo III. Leche y productos lácteos	JUGO DE BANANO CON LECHE	Banano común, crudo	C010	21,43	15,00	15,15	0,23	0,02	3,35	1,20	0,14	0,45
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y	HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE Y CEBOLLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,56	50,00	74,50	6,30	5,40	0,15	26,50	0,85	69,50
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate, crudo	B103	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,68	3,50	1,40	0,05	0,00	0,27	0,84	0,01	0,14
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CROQUETA DE YUCA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	62,50	50,00	79,50	0,45	0,15	18,70	8,00	0,15	7,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	93,07
FRUTA					#N/A								
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Primaria: primero, segundo y tercero — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Banano común, crudo	21,43	15,00	15,15	0,23	0,02	3,35	1,20	0,14	0,45
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Huevo de gallina, entero, crudo	66,67	60,00	89,40	7,56	6,48	0,18	31,80	1,02	83,40
Tomate, crudo	11,70	9,36	2,15	0,08	0,01	0,38	0,84	0,05	0,56
Cebolla cabezona, cruda	4,93	4,68	1,87	0,07	0,00	0,36	1,12	0,01	0,19
Sal	0,24	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	121,00
Aceite de soya	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Yuca blanca, sin cáscara, cruda	100,00	80,00	127,20	0,72	0,24	29,92	12,80	0,24	11,20
Aceite de soya	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	0,31	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	121,00
(FRUTA)	#N/A								
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Primaria: cuarto y quinto — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Banano común, crudo	21,43	15,00	15,15	0,23	0,02	3,35	1,20	0,14	0,45
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Huevo de gallina, entero, crudo	88,89	80,00	119,20	10,08	8,64	0,24	42,40	1,36	111,20
Tomate, crudo	13,80	11,04	2,54	0,10	0,01	0,45	0,99	0,06	0,66
Cebolla cabezona, cruda	5,81	5,52	2,21	0,08	0,01	0,43	1,32	0,02	0,22
Sal	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	100,83
Aceite de soya	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125,00	100,00	159,00	0,90	0,30	37,40	16,00	0,30	14,00
Aceite de soya	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	142,71
(FRUTA)	#N/A								
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Secundaria — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Banano común, crudo	21,43	15,00	15,15	0,23	0,02	3,35	1,20	0,14	0,45
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Huevo de gallina, entero, crudo	116,67	105,00	156,45	13,23	11,34	0,32	55,65	1,79	145,95
Tomate, crudo	15,00	12,00	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06	0,72
Cebolla cabezona, cruda	6,32	6,00	2,40	0,08	0,01	0,46	1,44	0,02	0,24
Sal	0,28	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	108,59
Aceite de soya	4,50	4,50	40,50	0,00	4,50	0,00	0,00	0,00	0,00
Yuca blanca, sin cáscara, cruda	168,75	135,00	214,65	1,22	0,41	50,49	21,60	0,41	18,90
Aceite de soya	9,00	9,00	81,00	0,00	9,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	0,40	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	155,12
(FRUTA)	#N/A								
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Media y Nivel Complementario — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
Banano común, crudo	21,43	15,00	15,15	0,23	0,02	3,35	1,20	0,14	0,45	
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
Huevo de gallina, entero, crudo	142,22	128,00	190,72	16,13	13,82	0,38	67,84	2,18	177,92	
Tomate, crudo	16,50	13,20	3,04	0,12	0,01	0,54	1,19	0,07	0,79	
Cebolla cabezona, cruda	6,95	6,60	2,64	0,09	0,01	0,51	1,58	0,02	0,26	
Sal	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61	
Aceite de soya	4,50	4,50	40,50	0,00	4,50	0,00	0,00	0,00	0,00	
Yuca blanca, sin cáscara, cruda	200,00	160,00	254,40	1,44	0,48	59,84	25,60	0,48	22,40	
Aceite de soya	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	0,44	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	0,00	170,64	
(FRUTA)	#N/A									
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA (consumo)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

		CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
Preescolar	TOTAL MENÚ	346,81	11,30	16,83	36,85	187,69	1,27	307,20
	RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
	% ADECUACIÓN	26,68%	23,17%	35,31%	21,80%	26,81%	22,69%	27,11%
		260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: primero, segundo y tercero	TOTAL MENÚ	419,37	12,86	19,01	48,28	198,32	1,55	396,83
	RECOMENDACIÓN	1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00
	% ADECUACIÓN	25,74%	21,06%	31,82%	22,80%	24,79%	24,93%	33,07%
		325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: cuarto y quinto	TOTAL MENÚ	517,70	15,59	25,23	55,95	212,47	1,96	429,12
	RECOMENDACIÓN	1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00
	% ADECUACIÓN	25,96%	20,85%	34,50%	21,58%	19,32%	22,49%	28,61%
		398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00
		OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK
Secundaria	TOTAL MENÚ	624,51	19,07	29,53	69,19	231,53	2,49	489,01
	RECOMENDACIÓN	2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00
	% ADECUACIÓN	25,07%	20,41%	32,34%	21,37%	21,05%	26,24%	32,60%
		498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Media y Nivel Complementario	TOTAL MENÚ	708,05	22,21	33,09	78,71	248,00	2,97	571,11
	RECOMENDACIÓN	2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00
	% ADECUACIÓN	24,42%	20,43%	31,12%	20,88%	22,55%	25,15%	38,07%
		580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS: Rosalinda Correa Lacayo | Rosalinda Correa Lacayo
FIRMA: Rosalinda Correa L.
MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRICULA PROFESIONAL MND03716

MENÚ No. 3

Preescolar — CALORÍAS Y NUTRIENTES

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA CON LECHE	Grupo VI. Azúcares	CHOCOLATE DE BOLA EN LECHE	Chocolate Costeño (Mezcla de Maiz, Azucar, cacao, especies)	CHO2	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
ALIMENTO PROTEÍCO					#N/A								
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	BUÑUELO DE HARINA DE MAIZ	Maíz amarillo, crudo	A043	47,37	45,00	176,85	4,23	2,12	33,53	3,15	1,22	15,75
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	G018	35,00	35,00	106,05	6,13	8,93	0,32	274,05	0,46	327,25
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,11	0,10	0,14	0,00	0,00	0,03	0,04	0,00	0,02
	Grupo II. Frutas y verduras		Ají dulce, crudo	B007	1,11	1,00	0,42	0,01	0,02	0,05	0,13	0,01	0,02
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	1,05	1,00	0,40	0,01	0,00	0,08	0,24	0,00	0,04
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla junca, tallos, cruda	B029	1,00	1,00	0,37	0,01	0,00	0,07	0,57	0,01	0,15
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	2,16	2,16	8,57	0,00	0,00	2,14	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	0	Sandía, cruda	C079	200,00	80,00	13,60	0,32	0,00	2,96	3,20	0,24	0,80
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Primaria: primero, segundo y tercero — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Chocolate Costeño	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
(ALIMENTO PROTEÍCO)	#N/A								
Maíz amarillo, crudo	57,89	55,00	216,15	5,17	2,59	40,98	3,85	1,49	19,25
Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	38,00	38,00	115,14	6,65	9,69	0,34	297,54	0,49	355,30
Ajo, crudo	0,21	0,20	0,29	0,01	0,00	0,06	0,08	0,00	0,04
Ají dulce, crudo	1,11	1,00	0,42	0,01	0,02	0,05	0,13	0,01	0,02
Cebolla cabezona, cruda	1,05	1,00	0,40	0,01	0,00	0,08	0,24	0,00	0,04
Cebolla junca, tallos, cruda	1,00	1,00	0,37	0,01	0,00	0,07	0,57	0,01	0,15
Azúcar blanco, granulado	2,16	2,16	8,57	0,00	0,00	2,14	0,00	0,00	0,00
Sal	0,24	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	121,00
Aceite de soya	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sandía, cruda	225,00	90,00	15,30	0,36	0,00	3,33	3,60	0,27	0,90
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Primaria: cuarto y quinto — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Chocolate Costeño	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
(ALIMENTO PROTEÍCO)	#N/A								
Maíz amarillo, crudo	73,68	70,00	275,10	6,58	3,29	52,15	4,90	1,89	24,50
Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	45,00	45,00	136,35	7,88	11,48	0,41	352,35	0,59	420,75
Ajo, crudo	0,32	0,30	0,43	0,01	0,00	0,09	0,12	0,00	0,06
Ají dulce, crudo	1,67	1,50	0,63	0,02	0,02	0,08	0,20	0,02	0,03
Cebolla cabezona, cruda	1,58	1,50	0,60	0,02	0,00	0,12	0,36	0,00	0,06
Cebolla junca, tallos, cruda	1,50	1,50	0,56	0,02	0,00	0,10	0,86	0,01	0,23
Azúcar blanco, granulado	4,58	4,58	18,20	0,00	0,00	4,55	0,00	0,00	0,00
Sal	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	100,83
Aceite de soya	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sandía, cruda	275,00	110,00	18,70	0,44	0,00	4,07	4,40	0,33	1,10
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Secundaria — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Chocolate Costeño	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
(ALIMENTO PROTEÍCO)	#N/A								
Maíz amarillo, crudo	105,26	100,00	393,00	9,40	4,70	74,50	7,00	2,70	35,00
Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	50,00	50,00	151,50	8,75	12,75	0,45	391,50	0,65	467,50
Ajo, crudo	0,42	0,40	0,58	0,02	0,00	0,12	0,16	0,01	0,08
Ají dulce, crudo	2,00	1,80	0,76	0,02	0,03	0,09	0,23	0,02	0,04
Cebolla cabezona, cruda	1,89	1,80	0,72	0,03	0,00	0,14	0,43	0,01	0,07
Cebolla junca, tallos, cruda	1,80	1,80	0,67	0,02	0,00	0,12	1,03	0,01	0,27
Azúcar blanco, granulado	5,39	5,39	21,41	0,00	0,00	5,36	0,00	0,01	0,00
Sal	0,28	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	108,59
Aceite de soya	9,00	9,00	81,00	0,00	9,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sandía, cruda	287,50	115,00	19,55	0,46	0,00	4,26	4,60	0,35	1,15
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Media y Nivel Complementario — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
Chocolate Costeño	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00	
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
(ALIMENTO PROTEÍCO)	#N/A									
Maíz amarillo, crudo	121,05	115,00	451,95	10,81	5,41	85,68	8,05	3,11	40,25	
Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	58,00	58,00	175,74	10,15	14,79	0,52	454,14	0,75	542,30	
Ajo, crudo	0,53	0,50	0,72	0,02	0,00	0,15	0,20	0,01	0,10	
Ají dulce, crudo	2,22	2,00	0,84	0,02	0,03	0,10	0,26	0,02	0,04	
Cebolla cabezona, cruda	2,11	2,00	0,80	0,03	0,00	0,15	0,48	0,01	0,08	
Cebolla junca, tallos, cruda	2,00	2,00	0,74	0,02	0,00	0,14	1,14	0,01	0,30	
Azúcar blanco, granulado	7,28	7,28	28,91	0,00	0,00	7,23	0,00	0,01	0,00	
Sal	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61	
Aceite de soya	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sandía, cruda	300,00	120,00	20,40	0,48	0,00	4,44	4,80	0,36	1,20	
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA (consumo)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

1

		CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
Preescolar	TOTAL MENÚ	351,40	10,72	16,06	39,17	281,43	1,93	421,59
	RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
	% ADECUACIÓN	27,03%	21,98%	33,69%	23,18%	40,20%	34,50%	37,21%
		260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: primero, segundo y tercero	TOTAL MENÚ	401,63	12,23	17,29	47,04	306,08	2,27	496,69
	RECOMENDACIÓN	1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00
	% ADECUACIÓN	24,66%	20,01%	28,95%	22,21%	38,26%	36,66%	41,39%
		325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: cuarto y quinto	TOTAL MENÚ	522,57	14,96	22,79	61,56	363,24	2,84	547,55
	RECOMENDACIÓN	1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00
	% ADECUACIÓN	26,21%	20,01%	31,17%	23,75%	33,02%	32,66%	36,50%
		398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Secundaria	TOTAL MENÚ	669,18	18,69	26,48	85,03	405,02	3,74	612,69
	RECOMENDACIÓN	2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00
	% ADECUACIÓN	26,86%	20,01%	29,00%	26,26%	36,82%	39,36%	40,85%
		498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Media y Nivel Complementario	TOTAL MENÚ	770,10	22,54	30,23	98,41	469,16	4,27	723,88
	RECOMENDACIÓN	2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00
	% ADECUACIÓN	26,56%	20,72%	28,43%	26,10%	42,65%	36,19%	48,26%
		580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS: Rosalinda Correa Lacayo | Rosalinda Correa Lacayo
FIRMA: Rosalinda Correa L.
MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRICULA PROFESIONAL MND03716

MENÚ No. 4

Preescolar — CALORÍAS Y NUTRIENTES

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA CON LECHE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE	Almidón de maíz, crudo	A001	12,00	12,00	44,40	0,04	0,01	10,97	0,24	0,06	1,08
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	PALITOS DE POLLO APANADOS	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	83,33	50,00	83,00	10,35	4,60	0,05	5,50	0,35	32,50
	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	16,67	15,00	22,35	1,89	1,62	0,05	7,95	0,26	20,85
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	A038	10,00	10,00	36,30	1,32	0,19	7,21	1,80	0,51	0,20
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAPAS A LA FRANCESA	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	56,25	45,00	33,30	0,86	0,05	6,89	6,30	0,14	4,95
	Misceláneos		Sal	L015	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	93,07
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
FRUTA		0			#N/A								
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Primaria: primero, segundo y tercero — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Almidón de maíz, crudo	12,00	12,00	44,40	0,04	0,01	10,97	0,24	0,06	1,08
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Pollo, pechuga con piel, cruda	100,00	60,00	99,60	12,42	5,52	0,06	6,60	0,42	39,00
Huevo de gallina, entero, crudo	16,67	15,00	22,35	1,89	1,62	0,05	7,95	0,26	20,85
Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	14,00	14,00	50,82	1,85	0,27	10,09	2,52	0,71	0,28
Sal	0,24	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	121,00
Aceite de soya	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	75,00	60,00	44,40	1,14	0,06	9,18	8,40	0,18	6,60
Sal	0,31	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	121,00
Aceite de soya	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
(FRUTA)	#N/A								
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Primaria: cuarto y quinto — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Almidón de maíz, crudo	12,00	12,00	44,40	0,04	0,01	10,97	0,24	0,06	1,08
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Pollo, pechuga con piel, cruda	105,00	63,00	104,58	13,04	5,80	0,06	6,93	0,44	40,95
Huevo de gallina, entero, crudo	16,67	15,00	22,35	1,89	1,62	0,05	7,95	0,26	20,85
Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	16,00	16,00	58,08	2,11	0,30	11,54	2,88	0,82	0,32
Sal	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	100,83
Aceite de soya	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	131,25	105,00	77,70	2,00	0,11	16,07	14,70	0,32	11,55
Sal	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	142,71
Aceite de soya	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
(FRUTA)	#N/A								
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Secundaria — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Almidón de maíz, crudo	12,00	12,00	44,40	0,04	0,01	10,97	0,24	0,06	1,08
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Pollo, pechuga con piel, cruda	133,33	80,00	132,80	16,56	7,36	0,08	8,80	0,56	52,00
Huevo de gallina, entero, crudo	20,00	18,00	26,82	2,27	1,94	0,05	9,54	0,31	25,02
Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	30,00	30,00	108,90	3,96	0,57	21,63	5,40	1,53	0,60
Sal	0,28	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	108,59
Aceite de soya	9,00	9,00	81,00	0,00	9,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	156,25	125,00	92,50	2,38	0,13	19,13	17,50	0,38	13,75
Sal	0,40	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	155,12
Aceite de soya	9,00	9,00	81,00	0,00	9,00	0,00	0,00	0,00	0,00
(FRUTA)	#N/A								
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Media y Nivel Complementario — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
Almidón de maíz, crudo	12,00	12,00	44,40	0,04	0,01	10,97	0,24	0,06	1,08	
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
Pollo, pechuga con piel, cruda	150,00	90,00	149,40	18,63	8,28	0,09	9,90	0,63	58,50	
Huevo de gallina, entero, crudo	20,00	18,00	26,82	2,27	1,94	0,05	9,54	0,31	25,02	
Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	38,00	38,00	137,94	5,02	0,72	27,40	6,84	1,94	0,76	
Sal	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61	
Aceite de soya	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	193,75	155,00	114,70	2,95	0,16	23,72	21,70	0,47	17,05	
Sal	0,44	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	0,00	170,64	
Aceite de soya	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
(FRUTA)	#N/A									
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA (consumo)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

		CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
Preescolar	TOTAL MENÚ	421,47	18,67	20,73	39,41	174,75	1,48	289,31
	RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
	% ADECUACIÓN	32,42%	38,29%	43,49%	23,32%	24,96%	26,35%	25,53%
		260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: primero, segundo y tercero	TOTAL MENÚ	463,69	21,55	21,74	44,59	178,72	1,80	368,90
	RECOMENDACIÓN	1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00
	% ADECUACIÓN	28,46%	35,28%	36,40%	21,06%	22,34%	28,95%	30,74%
		325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: cuarto y quinto	TOTAL MENÚ	563,23	23,29	28,10	52,92	185,71	2,05	377,39
	RECOMENDACIÓN	1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00
	% ADECUACIÓN	28,25%	31,15%	38,43%	20,42%	16,88%	23,60%	25,16%
		398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00
		OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK
Secundaria	TOTAL MENÚ	679,54	29,41	32,27	66,10	194,50	3,00	415,25
	RECOMENDACIÓN	2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00
	% ADECUACIÓN	27,28%	31,49%	35,33%	20,41%	17,68%	31,55%	27,68%
		498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00
		OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK
Media y Nivel Complementario	TOTAL MENÚ	765,38	33,11	35,38	76,47	201,27	3,57	471,75
	RECOMENDACIÓN	2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00
	% ADECUACIÓN	26,39%	30,45%	33,27%	20,28%	18,30%	30,22%	31,45%
		580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00
		OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS: Rosalinda Correa Lacayo | Rosalinda Correa Lacayo
FIRMA: Rosalinda Correa L.
MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRICULA PROFESIONAL MND03716

MENÚ No. 5

Preescolar — CALORÍAS Y NUTRIENTES

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA CON LECHE	Grupo III. Leche y productos lácteos	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Grupo II. Frutas y verduras		Guayaba, madura, cruda	C031	80,00	60,00	42,60	0,54	0,18	8,04	7,80	0,18	1,80
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
	Grupo II. Frutas y verduras		Pimentón rojo, crudo	B080	4,41	3,75	1,31	0,04	0,01	0,24	0,26	0,02	0,08
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,68	3,50	1,40	0,05	0,00	0,27	0,84	0,01	0,14
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,80	2,80	25,20	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ DE ZANAHORIA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
	Grupo II. Frutas y verduras		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	3,53	3,00	1,41	0,02	0,00	0,29	0,81	0,01	1,05
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	1,75	15,75	0,00	1,75	0,00	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
FRUTA					#N/A								
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A									

Primaria: primero, segundo y tercero — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Guayaba, madura, cruda	80,00	60,00	42,60	0,54	0,18	8,04	7,80	0,18	1,80
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Res, carne magra, cruda	60,00	60,00	83,40	13,08	3,42	0,00	3,60	1,62	30,60
Pimentón rojo, crudo	4,85	4,13	1,44	0,04	0,01	0,26	0,29	0,02	0,08
Cebolla cabezona, cruda	4,05	3,85	1,54	0,05	0,00	0,30	0,92	0,01	0,15
Aceite de soya	3,30	3,30	29,70	0,00	3,30	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	0,24	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	121,00
Arroz blanco, pulido, crudo	50,00	50,00	176,50	3,35	0,20	40,05	4,50	0,40	1,00
Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,24	3,60	1,69	0,03	0,00	0,34	0,97	0,01	1,26
Aceite de soya	2,10	2,10	18,90	0,00	2,10	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	93,07
(FRUTA)	#N/A								
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)									

Primaria: cuarto y quinto — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Guayaba, madura, cruda	80,00	60,00	42,60	0,54	0,18	8,04	7,80	0,18	1,80
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Res, carne magra, cruda	70,00	70,00	97,30	15,26	3,99	0,00	4,20	1,89	35,70
Pimentón rojo, crudo	5,91	5,03	1,76	0,05	0,02	0,32	0,35	0,02	0,10
Cebolla cabezona, cruda	4,94	4,69	1,88	0,07	0,00	0,36	1,13	0,01	0,19
Aceite de soya	3,70	3,70	33,30	0,00	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	100,83
Arroz blanco, pulido, crudo	60,00	60,00	211,80	4,02	0,24	48,06	5,40	0,48	1,20
Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,35	5,40	2,54	0,04	0,01	0,51	1,46	0,02	1,89
Aceite de soya	3,15	3,15	28,35	0,00	3,15	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61
(FRUTA)	#N/A								
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)									

Secundaria — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Guayaba, madura, cruda	80,00	60,00	42,60	0,54	0,18	8,04	7,80	0,18	1,80
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
Res, carne magra, cruda	80,00	80,00	111,20	17,44	4,56	0,00	4,80	2,16	40,80
Pimentón rojo, crudo	7,76	6,60	2,31	0,07	0,02	0,42	0,46	0,03	0,13
Cebolla cabezona, cruda	6,48	6,16	2,46	0,09	0,01	0,47	1,48	0,02	0,25
Aceite de soya	4,20	4,20	37,80	0,00	4,20	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	0,28	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	108,59
Arroz blanco, pulido, crudo	65,00	65,00	229,45	4,36	0,26	52,07	5,85	0,52	1,30
Zanahoria, sin cáscara, cruda	8,26	7,02	3,30	0,05	0,01	0,67	1,90	0,03	2,46
Aceite de soya	4,10	4,10	36,86	0,00	4,10	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	0,47	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	0,00	181,50
(FRUTA)	#N/A								
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA (consumo)									

Media y Nivel Complementario — CALORÍAS Y NUTRIENTES

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
Guayaba, madura, cruda	80,00	60,00	42,60	0,54	0,18	8,04	7,80	0,18	1,80	
Azúcar blanco, granulado	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
Res, carne magra, cruda	90,00	90,00	125,10	19,62	5,13	0,00	5,40	2,43	45,90	
Pimentón rojo, crudo	8,38	7,13	2,49	0,07	0,02	0,45	0,50	0,03	0,14	
Cebolla cabezona, cruda	7,00	6,65	2,66	0,09	0,01	0,51	1,60	0,02	0,27	
Aceite de soya	4,60	4,60	41,40	0,00	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61	
Arroz blanco, pulido, crudo	70,00	70,00	247,10	4,69	0,28	56,07	6,30	0,56	1,40	
Zanahoria, sin cáscara, cruda	9,67	8,22	3,86	0,06	0,01	0,78	2,22	0,03	2,88	
Aceite de soya	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	0,55	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	0,00	212,52	
(FRUTA)	#N/A									
AGUA (preparación)	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA (consumo)										

		CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
Preescolar	TOTAL MENÚ	434,57	19,86	12,32	58,96	167,56	2,15	246,18
	RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
	% ADECUACIÓN	33,43%	40,74%	25,84%	34,89%	23,94%	38,42%	21,73%
		260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: primero, segundo y tercero	TOTAL MENÚ	467,38	21,30	13,48	63,08	168,62	2,33	308,01
	RECOMENDACIÓN	1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00
	% ADECUACIÓN	28,69%	34,87%	22,56%	29,79%	21,08%	37,61%	25,67%
		325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00
		OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Primaria: cuarto y quinto	TOTAL MENÚ	531,12	24,18	15,54	71,38	170,88	2,70	340,36
	RECOMENDACIÓN	1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00
	% ADECUACIÓN	26,64%	32,34%	21,26%	27,54%	15,53%	30,98%	22,69%
		398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00
		OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK
Secundaria	TOTAL MENÚ	577,58	26,74	18,28	75,75	172,87	3,02	395,86
	RECOMENDACIÓN	2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00
	% ADECUACIÓN	23,19%	28,63%	20,02%	23,39%	15,72%	31,82%	26,39%
		498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00
		OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK
Media y Nivel Complementario	TOTAL MENÚ	630,82	29,28	21,28	79,94	174,43	3,34	463,56
	RECOMENDACIÓN	2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00
	% ADECUACIÓN	21,75%	26,92%	20,01%	21,20%	15,86%	28,32%	30,90%
		580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00
		OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS: Rosalinda Correa Lacayo | Rosalinda Correa Lacayo
FIRMA: Rosalinda Correa L.
MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 | MATRÍCULA PROFESIONAL | MATRICULA PROFESIONAL MND03716

MENÚ No. 6

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO		CALORÍAS Y NUTRIENTES	PESO BRUTO		CALORÍAS Y NUTRIENTES	PESO BRUTO		CALORÍAS Y NUTRIENTES	PESO BRUTO		CALORÍAS Y NUTRIENTES	PESO BRUTO		CALORÍAS Y NUTRIENTES

FORMATO ANÁLISIS

ENTIDAD TERRITORIAL:	MONTERÍA - ENTIDAD TERRITORIAL CERTIFICADA
MINUTA CON ENFOQUE	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	ARROZ CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	15,00	15,00	52,95	1,01	0,06	12,02	1,35	0,12	0,30	15,00	15,00	52,95	1,01	0,06	12,02	1,35	0,12	0,30	15,00	15,00	52,95	1,01	0,06	12,02	1,35	0,12	0,30	15,00	15,00	52,95	1,01	0,06	12,02	1,35	0,12	0,30	15,00	15,00	52,95	1,01	0,06	12,02	1,35	0,12	0,30	
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A									#N/A									#N/A									#N/A									#N/A									
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CARIMAÑOLA DE CARNE DE RES	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	56,25	45,00	71,55	0,41	0,14	16,83	7,20	0,14	6,30	62,50	50,00	79,50	0,45	0,15	18,70	8,00	0,15	7,00	106,25	85,00	135,15	0,77	0,26	31,79	13,60	0,26	11,90	125,00	100,00	159,00	0,90	0,30	37,40	16,00	0,30	14,00	168,75	135,00	214,65	1,22	0,41	50,49	21,60	0,41	18,90	
	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas		Res, carne magra, cruda	F099	30,00	30,00	41,70	6,54	1,71	0,00	1,80	0,81	15,30	30,00	30,00	41,70	6,54	1,71	0,00	1,80	0,81	15,30	40,00	40,00	55,60	8,72	2,28	0,00	2,40	1,08	20,40	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05	70,00	70,00	97,30	15,26	3,99	0,00	4,20	1,89	35,70	
	Grupo II. Frutas y verduras		Pimentón rojo, crudo	B080	2,12	1,80	0,63	0,02	0,01	0,11	0,13	0,01	0,04	2,35	2,00	0,70	0,02	0,01	0,13	0,14	0,01	0,04	4,00	3,40	1,19	0,03	0,01	0,21	0,24	0,01	0,07	4,71	4,00	1,40	0,04	0,01	0,25	0,28	0,02	0,08	6,35	5,40	1,89	0,05	0,02	0,34	0,38	0,02	0,11	
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,14	0,14	0,19	0,01	0,00	0,04	0,05	0,00	0,03	0,16	0,15	0,22	0,01	0,00	0,04	0,06	0,00	0,03	0,27	0,26	0,37	0,01	0,00	0,07	0,10	0,00	0,05	0,32	0,30	0,43	0,01	0,00	0,09	0,12	0,00	0,06	0,43	0,41	0,58	0,02	0,00	0,12	0,16	0,01	0,08	
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla junca, tallos, cruda	B029	0,68	0,68	0,25	0,01	0,00	0,05	0,38	0,00	0,10	0,75	0,75	0,28	0,01	0,00	0,05	0,43	0,00	0,11	1,28	1,28	0,47	0,02	0,00	0,09	0,73	0,01	0,19	1,50	1,50	0,56	0,02	0,00	0,10	0,86	0,01	0,23	2,03	2,03	0,75	0,02	0,00	0,14	1,15	0,01	0,30	
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,05	0,05	0,11	0,00	0,00	0,03	0,20	0,01	0,02	0,05	0,05	0,13	0,01	0,00	0,03	0,22	0,01	0,02	0,09	0,09	0,22	0,01	0,00	0,06	0,37	0,02	0,04	0,10	0,10	0,26	0,01	0,00	0,06	0,44	0,03	0,04	0,14	0,14	0,34	0,01	0,00	0,09	0,59	0,04	0,06	
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56	0,24	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	121,00	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	100,83	0,28	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	108,59	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61	
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	6,75	6,75	60,75	0,00	6,75	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	7,50	67,50	0,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	12,00	108,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,00	15,00	135,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	MANGO EN TROZOS	Mango común, crudo	C051	200,00	100,00	79,00	0,60	0,00	17,10	15,00	0,50	4,00	230,00	115,00	90,85	0,69	0,00	19,67	17,25	0,58	4,60	230,00	115,00	90,85	0,69	0,00	19,67	17,25	0,58	4,60	260,00	130,00	102,70	0,78	0,00	22,23	19,50	0,65	5,20	270,00	135,00	106,65	0,81	0,00	23,09	20,25	0,68	5,40	
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A																																														
TOTAL MENÚ							419,26	12,80	12,93	60,42	179,02	1,76	162,74			445,94	12,94	13,69	64,88	182,18	1,85	207,49			538,92	15,47	16,87	78,15	188,96	2,24	197,47			613,86	18,97	19,78	86,40	194,77	2,78	215,63			722,24	22,62	23,74	100,52	202,63	3,33	259,55	
RECOMENDACIÓN							1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00			1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00			1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00			2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00			2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00	
% ADECUACIÓN							32,25%	26,26%	27,12%	35,75%	25,57%	31,34%	14,36%			27,38%	21,19%	22,92%	30,64%	22,77%	29,81%	17,29%			27,03%	20,68%	23,08%	30,15%	17,18%	25,78%	13,16%			24,64%	20,31%	21,65%	26,68%	17,71%	29,22%	14,38%			24,90%	20,80%	22,33%	26,66%	18,42%	28,23%	17,30%	
							260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60			325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00			398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00			498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00			580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00	
							OK	OK	OK	OK	OK	OK	NO			OK	OK	OK	OK	OK	OK	NO			OK	OK	OK	OK	NO	OK	NO			OK	OK	OK	OK	NO	OK	NO			OK	OK	OK	OK	NO	OK	NO	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS — Rosalinda Correa Lacayo — Rosalinda Correa Lacayo

FIRMA Rosalinda Correa I. — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL — MATRICULA PROFESIONAL MND03716

MENÚ No. 7

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo VI. Azúcares	CHOCOLATE DE BOLA CON LECHE	Chocolate Costeño (Mezcla de Maiz, Azucar, cacao, especies)	CHO2	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00	12,00	12,00	55,92	0,43	1,99	9,06	4,32	0,42	0,00	
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A									#N/A									#N/A									#N/A									#N/A									
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	AREPA DE ANÍS DULCE	Harina de maíz amarillo, precocida	A033	40,00	40,00	154,40	3,08	1,32	31,04	2,40	1,08	8,80	40,00	40,00	154,40	3,08	1,32	31,04	2,40	1,08	8,80	60,00	60,00	231,60	4,62	1,98	46,56	3,60	1,62	13,20	70,00	70,00	270,20	5,39	2,31	54,32	4,20	1,89	15,40	90,00	90,00	347,40	6,93	2,97	69,84	5,40	2,43	19,80	
	Misceláneos		Anís en grano	171316	0,32	0,32	1,08	0,06	0,05	0,16	2,07	0,12	0,05	0,32	0,32	1,08	0,06	0,05	0,16	2,07	0,12	0,05	0,48	0,48	1,62	0,08	0,08	0,24	3,10	0,18	0,08	0,56	0,56	1,89	0,10	0,09	0,28	3,62	0,21	0,09	0,72	0,72	2,43	0,13	0,11	0,36	4,65	0,27	0,12	
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	2,50	2,50	9,93	0,00	0,00	2,48	0,00	0,00	0,00	2,50	2,50	9,93	0,00	0,00	2,48	0,00	0,00	0,00	3,00	3,00	11,91	0,00	0,00	2,98	0,00	0,00	0,00	3,50	3,50	13,90	0,00	0,00	3,48	0,00	0,00	0,00	4,00	4,00	15,88	0,00	0,00	3,97	0,00	0,00	0,00	
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	8,00	72,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,00	9,00	81,00	0,00	9,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	10,00	90,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Misceláneos		Sal	L015	0,12	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	46,54	0,12	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	46,54	0,18	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	69,81	0,21	0,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	81,44	0,27	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	104,71	
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	PIÑA	Piña, cruda	C072	145,45	80,00	44,80	0,48	0,08	9,92	12,80	0,40	2,40	200,00	110,00	61,60	0,66	0,11	13,64	17,60	0,55	3,30	209,09	115,00	64,40	0,69	0,12	14,26	18,40	0,58	3,45	236,36	130,00	72,80	0,78	0,13	16,12	20,80	0,65	3,90	245,45	135,00	75,60	0,81	0,14	16,74	21,60	0,68	4,05	
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL MENÚ							422,72	10,26	12,70	66,75	172,02	2,11	116,83			439,52	12,44	12,73	70,47	176,82	2,26	117,73			549,05	15,03	16,42	87,19	179,86	2,88	145,57			607,30	18,91	18,28	97,34	183,39	3,26	159,87			698,83	22,51	21,27	114,06	186,44	3,88	187,71	
RECOMENDACIÓN							1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00			1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00			1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00			2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00			2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00	
% ADECUACIÓN							32,52%	21,04%	26,64%	39,50%	24,57%	37,67%	10,31%			26,98%	20,36%	21,31%	33,28%	22,10%	36,44%	9,81%			27,53%	20,11%	22,46%	33,63%	16,35%	33,15%	9,70%			24,38%	20,24%	20,01%	30,06%	16,67%	34,31%	10,66%			24,10%	20,70%	20,00%	30,25%	16,95%	32,92%	12,51%	
							260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60			325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00			398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00			498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00			580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00	
							OK	OK	OK	OK	OK	OK	NO			OK	OK	OK	OK	OK	OK	NO			OK	OK	OK	OK	NO	OK	NO			OK	OK	OK	OK	NO	OK	NO			OK	OK	OK	OK	NO	OK	NO	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS — Rosalinda Correa Lacayo — Rosalinda Correa Lacayo

FIRMA Rosalinda Correa I. — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL — MATRICULA PROFESIONAL MND03716

MENÚ No. 8

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo II. Frutas y verduras	COLADA DE FECULA DE PLATANO CON LECHE	Harina de Platano Cruda	b057	15,00	15,00	51,00	0,50	0,05	12,08	1,65	0,18	0,00	15,00	15,00	51,00	0,50	0,05	12,08	1,65	0,18	0,00	15,00	15,00	51,00	0,50	0,05	12,08	1,65	0,18	0,00	15,00	15,00	51,00	0,50	0,05	12,08	1,65	0,18	0,00	15,00	15,00	51,00	0,50	0,05	12,08	1,65	0,18	0,00	
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CERDO MOLIDO	Cerdo, carne magra, cruda	F011	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11	9,35	0,44	28,60	60,00	60,00	84,00	12,84	3,60	0,12	10,20	0,48	31,20	70,00	70,00	98,00	14,98	4,20	0,14	11,90	0,56	36,40	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60	105,00	105,00	147,00	22,47	6,30	0,21	17,85	0,84	54,60	
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,29	0,28	0,40	0,01	0,00	0,08	0,11	0,00	0,05	0,32	0,30	0,43	0,01	0,00	0,09	0,12	0,00	0,06	0,37	0,35	0,50	0,02	0,00	0,10	0,14	0,00	0,07	0,45	0,43	0,62	0,02	0,00	0,13	0,17	0,01	0,08	0,54	0,52	0,74	0,02	0,00	0,15	0,21	0,01	0,10	
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,47	3,30	1,32	0,05	0,00	0,25	0,79	0,01	0,13	3,79	3,60	1,44	0,05	0,00	0,28	0,86	0,01	0,14	4,42	4,20	1,68	0,06	0,00	0,32	1,01	0,01	0,17	5,43	5,16	2,06	0,07	0,01	0,40	1,24	0,02	0,21	6,51	6,18	2,47	0,09	0,01	0,48	1,48	0,02	0,25	
	Grupo II. Frutas y verduras		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	5,18	4,40	2,07	0,03	0,00	0,42	1,19	0,02	1,54	5,65	4,80	2,26	0,03	0,00	0,46	1,30	0,02	1,68	6,59	5,60	2,63	0,04	0,01	0,53	1,51	0,02	1,96	8,09	6,88	3,23	0,05	0,01	0,65	1,86	0,03	2,41	9,69	8,24	3,87	0,06	0,01	0,78	2,22	0,03	2,88	
	Misceláneos		Pimienta de olor	171315	0,11	0,11	0,29	0,01	0,01	0,08	0,73	0,01	0,08	0,12	0,12	0,32	0,01	0,01	0,09	0,79	0,01	0,09	0,14	0,14	0,37	0,01	0,01	0,10	0,93	0,01	0,11	0,17	0,17	0,45	0,01	0,02	0,12	1,14	0,01	0,13	0,21	0,21	0,54	0,01	0,02	0,15	1,36	0,01	0,16	
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56	0,24	0,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	121,00	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	100,83	0,28	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	108,59	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61	
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,75	2,75	24,75	0,00	2,75	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00	3,00	27,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,50	3,50	31,50	0,00	3,50	0,00	0,00	0,00	0,00	4,30	4,30	38,70	0,00	4,30	0,00	0,00	0,00	0,00	5,15	5,15	46,35	0,00	5,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PURE DE PAPA - ARROZ BLANCO	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	30,00	30,00	24,00	0,66	0,03	5,07	3,60	0,24	1,80	40,00	40,00	32,00	0,88	0,04	6,76	4,80	0,32	2,40	50,00	50,00	40,00	1,10	0,05	8,45	6,00	0,40	3,00	50,00	50,00	40,00	1,10	0,05	8,45	6,00	0,40	3,00	60,00	60,00	48,00	1,32	0,06	10,14	7,20	0,48	3,60	
	Grupo V. Grasas		Margarina, esparcible	D019	2,50	2,50	18,28	0,02	2,03	0,00	0,08	0,00	17,13	3,00	3,00	21,93	0,02	2,43	0,00	0,09	0,00	20,55	5,00	5,00	36,55	0,03	4,05	0,00	0,15	0,01	34,25	8,00	8,00	58,48	0,05	6,48	0,00	0,24	0,01	54,80	6,60	6,60	48,25	0,04	5,35	0,00	0,20	0,01	45,21	
	Misceláneos		Sal	L015	0,16	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	62,05	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	93,07	0,28	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	108,59	0,32	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	0,00	124,10	
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90	50,00	50,00	176,50	3,35	0,20	40,05	4,50	0,40	1,00	60,00	60,00	211,80	4,02	0,24	48,06	5,40	0,48	1,20	65,00	65,00	229,45	4,36	0,26	52,07	5,85	0,52	1,30	70,00	70,00	247,10	4,69	0,28	56,07	6,30	0,56	1,40	
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	1,75	15,75	0,00	1,75	0,00	0,00	0,00	0,00	2,10	2,10	18,90	0,00	2,10	0,00	0,00	0,00	0,00	3,15	3,15	28,35	0,00	3,15	0,00	0,00	0,00	0,00	4,10	4,10	36,86	0,00	4,10	0,00	0,00	0,00	0,00	6,00	6,00	54,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	93,07	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61	0,47	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	0,00	181,50	0,55	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	0,00	212,52	
FRUTA		0			#N/A									#N/A									#N/A									#N/A									#N/A									
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A																																														
TOTAL MENÚ							485,82	20,27	14,36	68,38	174,53	1,43	326,50			527,90	21,90	15,70	74,16	177,35	1,59	407,85			614,51	24,96	19,52	84,03	181,75	1,84	469,76			684,98	27,48	24,32	88,30	184,85	1,98	561,29			761,45	33,41	27,48	94,30	191,62	2,31	643,52	
RECOMENDACIÓN							1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00			1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00			1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00			2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00			2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00	
% ADECUACIÓN							37,37%	41,57%	30,13%	40,46%	24,93%	25,49%	28,82%			32,41%	35,86%	26,28%	35,02%	22,17%	25,67%	33,99%			30,82%	33,39%	26,70%	32,42%	16,52%	21,16%	31,32%			27,50%	29,42%	26,63%	27,27%	16,80%	20,80%	37,42%			26,26%	30,72%	25,84%	25,01%	17,42%	19,55%	42,90%	
							260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60			325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00			398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00			498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00			580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00	
							OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK			OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK			OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK			OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK			OK	OK	OK	OK	NO	NO	OK	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS — Rosalinda Correa Lacayo — Rosalinda Correa Lacayo

FIRMA Rosalinda Correa I. — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL — MATRICULA PROFESIONAL MND03716

MENÚ No. 9

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate de árbol amarillo, crudo	C081	100,00	60,00	34,80	1,02	0,06	7,50	6,00	0,48	0,60	100,00	60,00	34,80	1,02	0,06	7,50	6,00	0,48	0,60	100,00	60,00	34,80	1,02	0,06	7,50	6,00	0,48	0,60	100,00	60,00	34,80	1,02	0,06	7,50	6,00	0,48	0,60	100,00	60,00	34,80	1,02	0,06	7,50	6,00	0,48	0,60	
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	POLLO DESMECHADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	83,33	50,00	83,00	10,35	4,60	0,05	5,50	0,35	32,50	91,67	55,00	91,30	11,39	5,06	0,06	6,05	0,39	35,75	111,67	67,00	111,22	13,87	6,16	0,07	7,37	0,47	43,55	146,67	88,00	146,08	18,22	8,10	0,09	9,68	0,62	57,20	158,33	95,00	157,70	19,67	8,74	0,10	10,45	0,67	61,75	
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,11	0,10	0,14	0,00	0,00	0,03	0,04	0,00	0,02	0,12	0,11	0,16	0,01	0,00	0,03	0,04	0,00	0,02	0,14	0,13	0,19	0,01	0,00	0,04	0,05	0,00	0,03	0,19	0,18	0,25	0,01	0,00	0,05	0,07	0,00	0,03	0,20	0,19	0,27	0,01	0,00	0,06	0,08	0,00	0,04	
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,63	2,50	1,00	0,04	0,00	0,19	0,60	0,01	0,10	2,89	2,75	1,10	0,04	0,00	0,21	0,66	0,01	0,11	3,53	3,35	1,34	0,05	0,00	0,26	0,80	0,01	0,13	4,63	4,40	1,76	0,06	0,00	0,34	1,06	0,01	0,18	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19	
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,10	0,10	0,26	0,01	0,00	0,06	0,44	0,03	0,04	0,11	0,11	0,28	0,01	0,00	0,07	0,48	0,03	0,05	0,13	0,13	0,34	0,01	0,00	0,09	0,59	0,04	0,06	0,18	0,18	0,45	0,02	0,01	0,11	0,77	0,05	0,08	0,19	0,19	0,48	0,02	0,01	0,12	0,83	0,05	0,08	
	Misceláneos		Laurel hojas, maduras	696	0,10	0,10	0,18	0,00	0,00	0,04	0,19	0,01	0,00	0,11	0,11	0,20	0,00	0,00	0,05	0,21	0,01	0,00	0,13	0,13	0,25	0,01	0,00	0,06	0,25	0,01	0,00	0,18	0,18	0,32	0,01	0,00	0,07	0,33	0,01	0,00	0,19	0,19	0,35	0,01	0,00	0,08	0,36	0,01	0,00	
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56	0,22	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	85,32	0,27	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	103,93	0,35	0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	0,00	136,51	0,38	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	147,37	
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,80	2,80	25,20	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	3,30	3,30	29,70	0,00	3,30	0,00	0,00	0,00	0,00	3,70	3,70	33,30	0,00	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	4,20	4,20	37,80	0,00	4,20	0,00	0,00	0,00	0,00	4,60	4,60	41,40	0,00	4,60	0,00	0,00	0,00	0,00	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PASTA EN SALSA BECHAMEL	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	45,00	45,00	166,95	5,85	0,68	33,62	11,25	1,76	2,70	70,00	70,00	259,70	9,10	1,05	52,29	17,50	2,73	4,20	90,00	90,00	333,90	11,70	1,35	67,23	22,50	3,51	5,40	130,00	130,00	482,30	16,90	1,95	97,11	32,50	5,07	7,80	150,00	150,00	556,50	19,50	2,25	112,05	37,50	5,85	9,00	
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	A038	5,00	5,00	18,15	0,66	0,10	3,61	0,90	0,26	0,10	7,00	7,00	25,41	0,92	0,13	5,05	1,26	0,36	0,14	9,00	9,00	32,67	1,19	0,17	6,49	1,62	0,46	0,18	10,00	10,00	36,30	1,32	0,19	7,21	1,80	0,51	0,20	12,00	12,00	43,56	1,58	0,23	8,65	2,16	0,61	0,24	
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	93,07	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61	0,47	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	0,00	181,50	0,55	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	0,00	212,52	
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	1,35	1,35	6,74	0,36	0,36	0,52	12,69	0,01	4,98	1,80	1,80	8,98	0,47	0,48	0,69	16,92	0,01	6,64	2,25	2,25	11,23	0,59	0,60	0,86	21,15	0,01	8,30	2,48	2,48	12,35	0,65	0,66	0,95	23,27	0,01	9,13	2,93	2,93	14,60	0,77	0,78	1,12	27,50	0,01	10,79	
	Grupo V. Grasas		Margarina, esparcible	D019	3,00	3,00	21,93	0,02	2,43	0,00	0,09	0,00	20,55	3,75	3,75	27,41	0,02	3,04	0,00	0,11	0,00	25,69	5,25	5,25	38,38	0,03	4,25	0,00	0,16	0,01	35,96	6,00	6,00	43,86	0,04	4,86	0,00	0,18	0,01	41,10	7,50	7,50	54,83	0,05	6,08	0,00	0,23	0,01	51,38	
FRUTA		0			#N/A									#N/A									#N/A									#N/A									#N/A									
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL MENÚ							469,95	22,52	15,28	59,71	188,19	2,98	275,76			590,65	27,19	17,38	80,03	199,74	4,10	310,63			709,22	32,68	20,56	96,68	211,04	5,08	396,80			907,88	42,45	24,28	127,53	226,25	6,86	493,36			1017,99	46,90	27,00	144,13	236,85	7,80	553,00	
RECOMENDACIÓN							1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00			1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00			1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00			2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00			2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00	
% ADECUACIÓN							36,15%	46,19%	32,06%	35,33%	26,88%	53,25%	24,34%			36,26%	44,52%	29,10%	37,79%	24,97%	66,15%	25,89%			35,57%	43,71%	28,12%	37,30%	19,19%	58,41%	26,45%			36,45%	45,44%	26,59%	39,38%	20,57%	72,22%	32,89%			35,10%	43,12%	25,39%	38,23%	21,53%	66,12%	36,87%	
							260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60			325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00			398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00			498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00			580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00	
							OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK			OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK			OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK			OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK			OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS — Rosalinda Correa Lacayo — Rosalinda Correa Lacayo

FIRMA Rosalinda Correa I. — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL — MATRÍCULA PROFESIONAL MND03716 — MATRÍCULA PROFESIONAL — MATRICULA PROFESIONAL MND03716

MENÚ No. 10

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	LECHE DE VACA ENTERA EN POLVO ESENCIA DE VAINILLA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
	Misceláneos		Esencia de Vainilla	ESEN	5,00	5,00	14,40	0,01	0,01	0,64	0,00	0,00	0,00	5,00	5,00	14,40	0,01	0,01	0,64	0,00	0,00	0,00	5,00	5,00	14,40	0,01	0,01	0,64	0,00	0,00	0,00	5,00	5,00	14,40	0,01	0,01	0,64	0,00	0,00	0,00	5,00	5,00	14,40	0,01	0,01	0,64	0,00	0,00	0,00	
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00	
CERDO EN SALSA DE PIÑA	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CERDO EN SALSA DE PIÑA	Cerdo, carne magra, cruda	F011	55,00	55,00	77,00	11,77	3,30	0,11	9,35	0,44	28,60	60,00	60,00	84,00	12,84	3,60	0,12	10,20	0,48	31,20	70,00	70,00	98,00	14,98	4,20	0,14	11,90	0,56	36,40	80,00	80,00	112,00	17,12	4,80	0,16	13,60	0,64	41,60	105,00	105,00	147,00	22,47	6,30	0,21	17,85	0,84	54,60	
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,63	2,50	1,00	0,04	0,00	0,19	0,60	0,01	0,10	2,89	2,75	1,10	0,04	0,00	0,21	0,66	0,01	0,11	3,53	3,35	1,34	0,05	0,00	0,26	0,80	0,01	0,13	4,63	4,40	1,76	0,06	0,00	0,34	1,06	0,01	0,18	5,00	4,75	1,90	0,07	0,00	0,37	1,14	0,01	0,19	
	Grupo II. Frutas y verduras		Piña, cruda	C072	22,73	12,50	7,00	0,08	0,01	1,55	2,00	0,06	0,38	25,00	13,75	7,70	0,08	0,01	1,71	2,20	0,07	0,41	30,45	16,75	9,38	0,10	0,02	2,08	2,68	0,08	0,50	40,00	22,00	12,32	0,13	0,02	2,73	3,52	0,11	0,66	43,18	23,75	13,30	0,14	0,02	2,95	3,80	0,12	0,71	
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	3,00	3,00	11,91	0,00	0,00	2,98	0,00	0,00	0,00	4,00	4,00	15,88	0,00	0,00	3,97	0,00	0,00	0,00	5,00	5,00	19,85	0,00	0,00	4,97	0,00	0,01	0,00	6,00	6,00	23,82	0,00	0,00	5,96	0,00	0,01	0,00	7,00	7,00	27,79	0,00	0,00	6,95	0,00	0,01	0,00	

FORMATO ANÁLISIS

ENTIDAD TERRITORIAL: MONTERÍA - ENTIDAD TERRITORIAL CERTIFICADA
MINUTA CON ENFOQUE: No
GRUPO ÉTNICO: Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN: Ración para Preparar en Sitio / Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO: Complemento JM/JT

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,05	0,05	0,13	0,01	0,00	0,03	0,22	0,01	0,02
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,80	2,80	25,20	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ DE PIMENTÓN	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
	Grupo II. Frutas y verduras		Pimentón rojo, crudo	B080	2,94	2,50	0,88	0,03	0,01	0,16	0,18	0,01	0,05
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	1,75	15,75	0,00	1,75	0,00	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
FRUTA		0			#N/A								
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A									

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	423,71	19,14	12,32	55,79	166,89	0,99	244,21
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	32,59%	39,26%	25,84%	33,01%	23,84%	17,62%	21,55%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	OK	NO	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS: Rosalinda Correa Lacayo
FIRMA: Rosalinda Correa L. — MATRÍCULA PROFESIONAL: MND03716

MENÚ No. 11

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PETO DE MAÍZ	Maíz blanco, trillado	A046	12,00	12,00	42,84	1,04	0,11	9,35	1,20	0,24	0,72
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
	Misceláneos		Clavos de Olor	305	0,20	0,20	0,65		0,04	0,12	1,29	0,02	0,49
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A								
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	EMPANADA DE POLLO CON HARINA DE MAIZ	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	50,00	30,00	49,80	6,21	2,76	0,03	3,30	0,21	19,50
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,23	0,22	0,32	0,01	0,00	0,06	0,09	0,00	0,04
	Grupo II. Frutas y verduras		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	4,71	4,00	1,88	0,03	0,00	0,38	1,08	0,02	1,40
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,47	3,30	1,32	0,05	0,00	0,25	0,79	0,01	0,13
	Misceláneos		Laurel hojas, maduras	696	0,11	0,11	0,20	0,00	0,00	0,05	0,21	0,01	0,00
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,06	0,06	0,14	0,01	0,00	0,04	0,24	0,02	0,02
	Misceláneos		Sal	L015	0,22	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	85,32
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,75	2,75	24,75	0,00	2,75	0,00	0,00	0,00	0,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Harina de maíz amarillo, precocida	A033	40,00	40,00	154,40	3,08	1,32	31,04	2,40	1,08	8,80
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	6,75	6,75	60,75	0,00	6,75	0,00	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,12	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	46,54
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	BANANO	Banano común, crudo	C010	142,86	100,00	101,00	1,50	0,10	22,30	8,00	0,90	3,00
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	550,17	16,15	18,10	77,87	171,54	2,66	225,05
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	42,32%	33,12%	37,98%	46,08%	24,51%	47,56%	19,86%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	NO

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS: Rosalinda Correa Lacayo
FIRMA: Rosalinda Correa L. — MATRÍCULA PROFESIONAL: MND03716

MENÚ No. 12

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	COLADA DE FECULA DE MAÍZ CON LECHE	Almidón de maíz, crudo	A001	10,00	10,00	37,00	0,03	0,01	9,14	0,20	0,05	0,90
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A								
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	BUÑUELO DE FRIJOL CABECITA NEGRA	Frijol cabecita negra, crudo	T007	36,00	36,00	140,76	7,74	0,50	21,78	29,16	2,05	5,76
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	8,80	8,80	31,06	0,59	0,04	7,05	0,79	0,07	0,18
	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	8,89	8,00	11,92	1,01	0,86	0,02	4,24	0,14	11,12
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	0,80	0,80	3,18	0,00	0,00	0,79	0,00	0,00	0,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	NARANJA	Naranja, cruda	C062	166,67	100,00	41,00	0,70	0,30	8,80	33,00	1,30	2,00
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A									

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	422,04	14,28	10,98	61,84	220,30	3,77	156,61
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	32,46%	29,30%	23,03%	36,59%	31,47%	67,39%	13,82%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	NO

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS: Rosalinda Correa Lacayo
FIRMA: Rosalinda Correa L. — MATRÍCULA PROFESIONAL: MND03716

MENÚ No. 13

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo VI. Azúcares	PANELA CON LECHE	Panela	k033	12,00	12,00	43,68	0,07	0,01	10,82	5,04	0,59	4,68
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,56	50,00	74,50	6,30	5,40	0,15	26,50	0,85	69,50
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate, crudo	B103	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
	Misceláneos		Sal	L015	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	93,07
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PALITOS DE MAIZ	Harina de maíz amarillo, precocida	A033	30,00	30,00	115,80	2,31	0,99	23,28	1,80	0,81	6,60
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	0,30	0,30	1,19	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	G018	10,00	10,00	30,30	1,75	2,55	0,09	78,30	0,13	93,50
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	1,35	1,35	6,74	0,36	0,36	0,52	12,69	0,01	4,98
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
FRUTA		0			#N/A								
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	417,23	15,07	20,58	41,76	277,94	2,58	409,42
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	32,09%	30,91%	43,18%	24,71%	39,71%	46,05%	36,14%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS: Rosalinda Correa Lacayo
FIRMA: Rosalinda Correa L. — MATRÍCULA PROFESIONAL: MND03716

MENÚ No. 14

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Grupo II. Frutas y verduras		Guayaba, madura, cruda	C031	80,00	60,00	42,60	0,54	0,18	8,04	7,80	0,18	1,80
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	AREPITAS DE CARNE MOLIDA A LAS FINAS YERBAS	Res, carne magra, cruda	F099	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,23	0,22	0,32	0,01	0,00	0,06	0,09	0,00	0,04
	Grupo II. Frutas y verduras		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	4,71	4,00	1,88	0,03	0,00	0,38	1,08	0,02	1,40
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,47	3,30	1,32	0,05	0,00	0,25	0,79	0,01	0,13
	Misceláneos		Laurel hojas, maduras	696	0,11	0,11	0,20	0,00	0,00	0,05	0,21	0,01	0,00
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,50	0,50	1,28	0,06	0,02	0,32	2,19	0,14	0,22
	Misceláneos		Sal	L015	0,22	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	85,32
	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	7,78	7,00	10,43	0,88	0,76	0,02	3,71	0,12	9,73
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	4,80	4,80	43,20	0,00	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ DE AJO/DADOS DE PAPA SALTEADOS	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,16	0,15	0,22	0,01	0,00	0,04	0,06	0,00	0,03
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	1,75	15,75	0,00	1,75	0,00	0,00	0,00	0,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	30,00	30,00	24,00	0,66	0,03	5,07	3,60	0,24	1,80
	Grupo V. Grasas		Margarina, esparcible	D019	2,40	2,40	17,54	0,01	1,94	0,00	0,07	0,00	16,44
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
FRUTA		0			#N/A								
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A									

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	505,63	21,46	17,06	64,38	177,49	2,66	360,02
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	38,89%	44,02%	35,78%	38,09%	25,36%	47,45%	31,78%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60

FORMATO ANÁLISIS

ENTIDAD TERRITORIAL:	MONTERÍA - ENTIDAD TERRITORIAL CERTIFICADA
MINUTA CON ENFOQUE	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

OK OK OK OK OK OK OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	Rosalinda Correa Lacayo		
FIRMA Rosalinda Correa L.	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03716	

MENÚ No. 15

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	REFRESCO DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	12,00	12,00	49,32	2,03	0,90	7,69	6,48	0,54	0,36
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	FAJITAS DE POLLO CON CEBOLLA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	83,33	50,00	83,00	10,35	4,60	0,05	5,50	0,35	32,50
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,11	0,10	0,14	0,00	0,00	0,03	0,04	0,00	0,02
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,63	2,50	1,00	0,04	0,00	0,19	0,60	0,01	0,10
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,10	0,10	0,26	0,01	0,00	0,06	0,44	0,03	0,04
	Misceláneos		Laurel hojas, maduras	696	0,10	0,10	0,18	0,00	0,00	0,04	0,19	0,01	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,80	2,80	25,20	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ CON FIDEOS	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	8,00	8,00	29,68	1,04	0,12	5,98	2,00	0,31	0,48
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	1,75	15,75	0,00	1,75	0,00	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
FRUTA		0			#N/A								
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	475,51	20,70	14,62	64,34	172,25	1,77	248,62
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	36,58%	42,47%	30,67%	38,07%	24,61%	31,61%	21,94%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	Rosalinda Correa Lacayo		
FIRMA Rosalinda Correa L.	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03716	

MENÚ No. 16

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PETO DE MAÍZ	Maíz blanco, trillado	A046	12,00	12,00	42,84	1,04	0,11	9,35	1,20	0,24	0,72
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
	Misceláneos		Clavos de Olor	305	0,20	0,20	0,65		0,04	0,12	1,29	0,02	0,49
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A								
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	AREPA DE QUESO FRITA	Harina de maíz amarillo, precocida	A033	45,00	45,00	173,70	3,47	1,49	34,92	2,70	1,22	9,90
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	G018	10,00	10,00	30,30	1,75	2,55	0,09	78,30	0,13	93,50
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	PATILLA EN TROZOS	Sandía, cruda	C079	250,00	100,00	17,00	0,40	0,00	3,70	4,00	0,30	1,00
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A									

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	421,61	10,87	13,45	62,43	240,40	2,07	242,26
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	32,43%	22,31%	28,21%	36,94%	34,34%	36,91%	21,38%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	Rosalinda Correa Lacayo		
FIRMA Rosalinda Correa L.	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03716	

MENÚ No. 17

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	ARROZ CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	15,00	15,00	52,95	1,01	0,06	12,02	1,35	0,12	0,30
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A								
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAN DE QUESO	Pan de queso, horneado	A065	35,00	35,00	128,45	3,64	7,28	11,73	31,50	0,70	262,50
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	BANANO	Banano común, crudo	C010	114,29	80,00	80,80	1,20	0,08	17,84	6,40	0,72	2,40
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A									

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	374,32	10,06	11,68	55,83	192,11	1,70	324,29
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	28,79%	20,64%	24,51%	33,03%	27,44%	30,43%	28,62%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	Rosalinda Correa Lacayo		
FIRMA Rosalinda Correa L.	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03716	

MENÚ No. 18

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	REFRESCO DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	12,00	12,00	49,32	2,03	0,90	7,69	6,48	0,54	0,36
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	POLLO EN SALSA DE MARACUYA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	83,33	50,00	83,00	10,35	4,60	0,05	5,50	0,35	32,50
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,26	0,25	0,36	0,01	0,00	0,07	0,10	0,00	0,05
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,63	2,50	1,00	0,04	0,00	0,19	0,60	0,01	0,10
	Grupo II. Frutas y verduras		Maracuyá, cruda	C056	109,38	35,00	21,00	0,53	0,18	4,34	3,15	0,60	2,10
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,10	0,10	0,26	0,01	0,00	0,06	0,44	0,03	0,04
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	0,15	0,15	0,60	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	4,00	4,00	36,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ. DE MAICITO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Maíz amarillo tierno enlatado. grano entero	28	10,00	10,00	8,50	0,25	0,03	1,80	1,99	1,00	0,09
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	1,75	15,75	0,00	1,75	0,00	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
FRUTA					#N/A								
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A									

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	325,31	14,20	10,74	42,71	15,92	2,35	190,91
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	25,02%	29,12%	22,53%	25,27%	2,27%	41,89%	16,85%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	NO	OK	NO

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	Rosalinda Correa Lacayo		
FIRMA Rosalinda Correa L.	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03716	

MENÚ No. 19

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo II. Frutas y verduras	GUAYABA DULE CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,00	60,00	42,60	0,54	0,18	8,04	7,80	0,18	1,80
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	31,76	0,00	0,00	7,94	0,00	0,01	0,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y	TORTILLA DE HUEVO CON TOMATE Y CEBOLLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,56	50,00	74,50	6,30	5,40	0,15	26,50	0,85	69,50
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate, crudo	B103	9,00	7,20	1,66	0,06	0,01	0,30	0,65	0,04	0,43
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,68	3,50	1,40	0,05	0,00	0,27	0,84	0,01	0,14
	Misceláneos		Sal	L015	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	93,07
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,00	2,00	18,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ CON AJI // PLÁTANO MADURO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	45,00	158,85	3,02	0,18	36,05	4,05	0,36	0,90
	Grupo II. Frutas y verduras		Ají dulce, crudo	B007	2,78	2,50	1,05	0,03	0,04	0,13	0,33	0,03	0,05
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	1,75	15,75	0,00	1,75	0,00	0,00	0,00	0,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		plátano hartón, maduro, crudo	B089	41,67	30,00	39,60	0,33	0,06	9,09	0,90	0,15	1,20
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
FRUTA		0			#N/A								

FORMATO ANÁLISIS

ENTIDAD TERRITORIAL:	MONTERÍA - ENTIDAD TERRITORIAL CERTIFICADA
MINUTA CON ENFOQUE	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
AGUA	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	465,01	14,53	13,88	68,11	191,62	1,70	381,26
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	35,77%	29,81%	29,11%	40,30%	27,37%	30,38%	33,65%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	524,08	16,28	16,36	75,38	198,25	1,98	454,79
RECOMENDACIÓN	1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00
% ADECUACIÓN	32,17%	26,65%	27,39%	35,59%	24,78%	31,96%	37,90%
	325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	622,19	19,62	20,65	86,69	210,66	2,48	598,15
RECOMENDACIÓN	1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00
% ADECUACIÓN	31,20%	26,24%	28,25%	33,44%	19,15%	28,48%	39,88%
	398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00
	OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	691,07	23,13	24,84	90,91	224,80	2,96	729,28
RECOMENDACIÓN	2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00
% ADECUACIÓN	27,74%	24,76%	27,20%	28,07%	20,44%	31,19%	48,62%
	498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	774,27	26,51	29,29	98,16	238,17	3,46	839,43
RECOMENDACIÓN	2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00
% ADECUACIÓN	26,70%	24,37%	27,54%	26,04%	21,65%	29,35%	55,96%
	580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	Rosalinda Correa Lacayo		
FIRMA Rosalinda Correa L.	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03716	
MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03716	MATRÍCULA PROFESIONAL	MATRÍCULA PROFESIONAL
MND03716	MATRÍCULA PROFESIONAL	Rosalinda Correa Lacayo	
MATRICULA PROFESIONAL	MND03716		

MENÚ No. 20

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo VI. Azúcares	PANELA CON LECHE	Panela	k033	12,00	12,00	43,68	0,07	0,01	10,82	5,04	0,59	4,68
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CARNE DE RES AL BISTEC	Res, carne magra, cruda	F099	55,00	55,00	76,45	11,99	3,14	0,00	3,30	1,49	28,05
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate, crudo	B103	10,00	8,00	1,84	0,07	0,01	0,33	0,72	0,04	0,48
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	8,42	8,00	3,20	0,11	0,01	0,62	1,92	0,02	0,32
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,05	0,05	0,13	0,01	0,00	0,03	0,22	0,01	0,02
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,80	2,80	25,20	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PURÉ DE YUCA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	56,25	45,00	71,55	0,41	0,14	16,83	7,20	0,14	6,30
	Grupo II. Frutas y verduras		Margarina, esparcible	D019	3,25	3,25	23,76	0,02	2,63	0,00	0,10	0,00	22,26
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	2,34	2,34	11,68	0,62	0,62	0,90	22,00	0,01	8,63
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	77,56
FRUTA		0			#N/A								
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Panela	12,00	12,00	43,68	0,07	0,01	10,82	5,04	0,59	4,68
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
Res, carne magra, cruda	60,00	60,00	83,40	13,08	3,42	0,00	3,60	1,62	30,60
Tomate, crudo	12,50	10,00	2,30	0,09	0,01	0,41	0,90	0,05	0,60
Cebolla cabezona, cruda	10,53	10,00	4,00	0,14	0,01	0,77	2,40	0,03	0,40
Pimienta, negra	0,06	0,06	0,14	0,01	0,00	0,04	0,24	0,02	0,02
Sal	0,22	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	85,32
Aceite de soya	3,30	3,30	29,70	0,00	3,30	0,00	0,00	0,00	0,00
Yuca blanca, sin cáscara, cruda	81,25	65,00	103,35	0,59	0,20	24,31	10,40	0,20	9,10
Margarina, esparcible	6,00	6,00	43,86	0,04	4,86	0,00	0,18	0,01	41,10
Leche de vaca, entera, en polvo	2,70	2,70	13,47	0,71	0,72	1,04	25,38	0,01	9,96
Sal	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	93,07
	#N/A								
AGUA	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Panela	12,00	12,00	43,68	0,07	0,01	10,82	5,04	0,59	4,68
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
Res, carne magra, cruda	70,00	70,00	97,30	15,26	3,99	0,00	4,20	1,89	35,70
Tomate, crudo	15,00	12,00	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06	0,72
Cebolla cabezona, cruda	12,63	12,00	4,80	0,17	0,01	0,92	2,88	0,04	0,48
Pimienta, negra	0,07	0,07	0,17	0,01	0,00	0,04	0,29	0,02	0,03
Sal	0,27	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	103,93
Aceite de soya	3,70	3,70	33,30	0,00	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00
Yuca blanca, sin cáscara, cruda	100,00	80,00	127,20	0,72	0,24	29,92	12,80	0,24	11,20
Margarina, esparcible	6,40	6,40	46,78	0,04	5,18	0,00	0,19	0,01	43,84
Leche de vaca, entera, en polvo	2,88	2,88	14,37	0,76	0,77	1,11	27,07	0,01	10,63
Sal	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	139,61
	#N/A								
AGUA	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
Panela	12,00	12,00	43,68	0,07	0,01	10,82	5,04	0,59	4,68
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05
Res, carne magra, cruda	80,00	80,00	111,20	17,44	4,56	0,00	4,80	2,16	40,80
Tomate, crudo	18,75	15,00	3,45	0,14	0,02	0,62	1,35	0,08	0,90
Cebolla cabezona, cruda	15,79	15,00	6,00	0,21	0,02	1,16	3,60	0,05	0,60
Pimienta, negra	0,09	0,09	0,22	0,01	0,00	0,06	0,38	0,03	0,04
Sal	0,35	0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	0,00	136,51
Aceite de soya	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Yuca blanca, sin cáscara, cruda	150,00	120,00	190,80	1,08	0,36	44,88	19,20	0,36	16,80
Margarina, esparcible	8,00	8,00	58,48	0,05	6,48	0,00	0,24	0,01	54,80
Leche de vaca, entera, en polvo	3,60	3,60	17,96	0,95	0,96	1,38	33,84	0,02	13,28
Sal	0,47	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,11	0,00	181,50
	#N/A								
AGUA	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AGUA	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

NOMBRE DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)	GUIA DE PREPARACIÓN
Panela	12,00	12,00	43,68	0,07	0,01	10,82	5,04	0,59	4,68	
Leche de vaca, entera, en polvo	16,00	16,00	79,84	4,21	4,26	6,14	150,40	0,08	59,04	
Canela	0,20	0,20	0,52	0,01	0,01	0,16	2,46	0,08	0,05	
Res, carne magra, cruda	90,00	90,00	125,10	19,62	5,13	0,00	5,40	2,43	45,90	
Tomate, crudo	22,50	18,00	4,14	0,16	0,02	0,74	1,62	0,09	1,08	
Cebolla cabezona, cruda	18,95	18,00	7,20	0,25	0,02	1,39	4,32	0,05	0,72	
Pimienta, negra	0,10	0,10	0,24	0,01	0,00	0,06	0,42	0,03	0,04	
Sal	0,38	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00	147,37	
Aceite de soya	5,00	5,00	45,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Yuca blanca, sin cáscara, cruda	181,25	145,00	230,55	1,31	0,44	54,23	23,20	0,44	20,30	
Margarina, esparcible	10,80	10,80	78,95	0,06	8,75	0,00	0,32	0,01	73,98	
Leche de vaca, entera, en polvo	4,86	4,86	24,25	1,28	1,29	1,87	45,68	0,02	17,93	
Sal	0,55	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13	0,00	212,52	
	#N/A									
AGUA	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AGUA	200,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	337,84	17,51	13,62	35,83	193,44	2,46	284,97
RECOMENDACIÓN	1.300,00	48,75	47,67	169,00	700,00	5,60	1.133,00
% ADECUACIÓN	25,99%	35,91%	28,57%	21,20%	27,63%	43,91%	25,15%
	260,00	9,75	9,53	33,80	140,00	1,12	226,60
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	404,27	18,93	16,79	43,69	201,11	2,68	333,95
RECOMENDACIÓN	1.629,00	61,09	59,73	211,77	800,00	6,20	1.200,00
% ADECUACIÓN	24,82%	31,00%	28,11%	20,63%	25,14%	43,16%	27,83%
	325,80	12,22	11,95	42,35	160,00	1,24	240,00
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	450,73	21,35	18,18	52,61	206,56	3,01	409,91
RECOMENDACIÓN	1.994,00	74,78	73,11	259,22	1.100,00	8,70	1.500,00
% ADECUACIÓN	22,60%	28,55%	24,87%	20,30%	18,78%	34,62%	27,33%
	398,80	14,96	14,62	51,84	220,00	1,74	300,00
	OK	OK	OK	OK	NO	OK	OK

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	557,16	24,16	21,66	65,22	221,51	3,44	509,00
RECOMENDACIÓN	2.491,00	93,41	91,34	323,83	1.100,00	9,50	1.500,00
% ADECUACIÓN	22,37%	25,86%	23,72%	20,14%	20,14%	36,19%	33,93%
	498,20	18,68	18,27	64,77	220,00	1,90	300,00
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

	CALORÍAS	PROTEÍNA	GRASA	CHO	CALCIO	HIERRO	SODIO
TOTAL MENÚ	639,47	26,98	24,92	75,41	239,08	3,82	583,61
RECOMENDACIÓN	2.900,00	108,75	106,33	377,00	1.100,00	11,80	1.500,00
% ADECUACIÓN	22,05%	24,81%	23,44%	20,00%	21,73%	32,36%	38,91%
	580,00	21,75	21,27	75,40	220,00	2,36	300,00
	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	Rosalinda Correa Lacayo		
FIRMA Rosalinda Correa L.	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03716	
MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03716	MATRÍCULA PROFESIONAL	MATRÍCULA PROFESIONAL
MND03716	MATRÍCULA PROFESIONAL	Rosalinda Correa Lacayo	
MATRICULA PROFESIONAL	MND03716		

				90 - 177 g	80 - 147 g	67 - 112 g	55 - 100 g	50 - 83 g
			Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	142,22	142	117	89	67	56
HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE Y CEBOLLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	142,22	142,22	116,67	88,89	66,67	55,56
	Tomate, crudo	B103	16,50	16,50	15,00	13,80	11,70	9,00
	Cebolla cabezona, cruda	B027	6,95	6,95	6,32	5,81	4,93	3,68
	Sal	L015	0,36	0,36	0,28	0,26	0,24	0,20
	Aceite de soya	D012	4,50	4,50	4,50	4,00	3,00	2,00
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	150,00	150	133	105	100	83
PALITOS DE POLLO APANADOS	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	150,00	150,00	133,33	105,00	100,00	83,33
	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	20,00	20,00	20,00	16,67	16,67	16,67
	Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	A038	38,00	38,00	30,00	16,00	14,00	10,00
	Sal	L015	0,36	0,36	0,28	0,26	0,24	0,20
	Aceite de soya	D012	10,00	10,00	9,00	8,00	5,00	5,00
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	95,00	90	80	70	60	55
CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	95,00	90,00	80,00	70,00	60,00	55,00
	Pimentón rojo, crudo	B080	8,38	8,38	7,76	5,91	4,85	4,41
	Cebolla cabezona, cruda	B027	7,00	7,00	6,48	4,94	4,05	3,68
	Aceite de soya	D012	4,60	4,60	4,20	3,70	3,30	2,80
	Sal	L015	0,36	0,36	0,28	0,26	0,24	0,20
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	90,00	90	80	70	60	55
CERDO MOLIDO	Cerdo, carne magra, cruda	F011	105,00	105,00	80,00	70,00	60,00	55,00
	Ajo, crudo	B009	0,54	0,54	0,45	0,37	0,32	0,29
	Cebolla cabezona, cruda	B027	6,51	6,51	5,43	4,42	3,79	3,47
	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	9,69	9,69	8,09	6,59	5,65	5,18
	Pimienta de olor	171315	0,21	0,21	0,17	0,14	0,12	0,11

	Sal	L015	0,36	0,36	0,28	0,26	0,24	0,20
	Aceite de soya	D012	5,15	5,15	4,30	3,50	3,00	2,75
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	158,33	158	147	112	92	83
POLLO DESMECHADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	158,33	158,33	146,67	111,67	91,67	83,33
	Ajo, crudo	B009	0,20	0,20	0,19	0,14	0,12	0,11
	Cebolla cabezona, cruda	B027	5,00	5,00	4,63	3,53	2,89	2,63
	Pimienta, negra	1057	0,19	0,19	0,18	0,13	0,11	0,10
	Laurel hojas, maduras	696	0,19	0,19	0,18	0,13	0,11	0,10
	Sal	L015	0,38	0,38	0,35	0,27	0,22	0,20
	Aceite de soya	D012	4,60	4,60	4,20	3,70	3,30	2,80
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	90,00	90	80	70	60	55
CERDO EN SALSA DE PIÑA	Cerdo, carne magra, cruda	F011	105,00	105,00	80,00	70,00	60,00	55,00
	Cebolla cabezona, cruda	B027	5,00	5,00	4,63	3,53	2,89	2,63
	Piña, cruda	C072	43,18	43,18	40,00	30,45	25,00	22,73
	Azúcar blanco, granulado	K003	7,00	7,00	6,00	5,00	4,00	3,00
	Pimienta, negra	1057	0,10	0,10	0,09	0,07	0,06	0,05
	Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
	Aceite de soya	D012	4,60	4,60	4,20	3,70	3,30	2,80
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	142,22	142	117	89	67	56
HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	142,22	142,22	116,67	88,89	66,67	55,56
	Tomate, crudo	B103	16,50	16,50	15,00	13,80	11,70	9,00
	Sal	L015	0,44	0,44	0,40	0,37	0,31	0,24
	Aceite de soya	D012	4,50	4,50	4,50	4,00	3,00	2,00
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	90,00	90	80	70	60	55
	Res, carne magra, cruda	F099	90,00	90,00	80,00	70,00	60,00	55,00
	Ajo, crudo	B009	0,42	0,42	0,36	0,29	0,25	0,23
	Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	9,41	9,41	8,24	7,06	5,88	4,71

AREPITAS DE CARNE MOLIDA A LAS FINAS YERBAS	Cebolla cabezona, cruda	B027	6,32	6,32	5,37	4,42	3,79	3,47
	Laurel hojas, maduras	696	0,20	0,20	0,17	0,14	0,12	0,11
	Pimienta, negra	1057	0,10	0,10	0,09	0,07	0,06	0,50
	Sal	L015	0,40	0,40	0,34	0,28	0,24	0,22
	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	30,00	30,00	22,22	18,89	8,89	7,78
	Aceite de soya	D012	14,00	14,00	12,00	8,20	6,50	4,80
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	158,33	158	147	112	92	83
FAJITAS DE POLLO CON CEBOLLA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	158,33	158,33	146,67	111,67	91,67	83,33
	Ajo, crudo	B009	0,20	0,20	0,19	0,14	0,12	0,11
	Cebolla cabezona, cruda	B027	5,00	5,00	4,63	3,53	2,89	2,63
	Pimienta, negra	1057	0,19	0,19	0,18	0,13	0,11	0,10
	Laurel hojas, maduras	696	0,19	0,19	0,18	0,13	0,11	0,10
	Sal	L015	0,38	0,38	0,35	0,27	0,22	0,20
	Aceite de soya	D012	4,60	4,60	4,20	3,70	3,30	2,80
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	176,67	177	147	112	92	83
POLLO EN SALSA DE MARACUYA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	176,67	176,67	146,67	111,67	91,67	83,33
	Ajo, crudo	B009	0,56	0,56	0,46	0,35	0,29	0,26
	Cebolla cabezona, cruda	B027	5,58	5,58	4,63	3,53	2,89	2,63
	Maracuyá, cruda	C056	231,88	231,88	192,50	146,56	120,31	109,38
	Pimienta, negra	1057	0,21	0,21	0,18	0,13	0,11	0,10
	Azúcar blanco, granulado	K003	0,32	0,32	0,26	0,20	0,17	0,15
	Sal	L015	0,42	0,42	0,35	0,27	0,22	0,20
	Aceite de soya	D012	10,00	10,00	8,00	6,00	5,00	4,00
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	142,22	142	117	89	67	56
TORTILLA DE HUEVO CON TOMATE Y CEBOLLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	142,22	142,22	116,67	88,89	66,67	55,56
	Tomate, crudo	B103	16,50	16,50	15,00	13,80	11,70	9,00
	Cebolla cabezona, cruda	B027	6,95	6,95	6,32	5,81	4,93	3,68

	Sal	L015	0,44	0,44	0,40	0,37	0,31	0,24
	Aceite de soya	D012	4,50	4,50	4,50	4,00	3,00	2,00
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	90,00	90	80	70	60	55
CARNE DE RES AL BISTEC	Res, carne magra, cruda	F099	90,00	90,00	80,00	70,00	60,00	55,00
	Tomate, crudo	B103	22,50	22,50	18,75	15,00	12,50	10,00
	Cebolla cabezona, cruda	B027	18,95	18,95	15,79	12,63	10,53	8,42
	Pimienta, negra	1057	0,10	0,10	0,09	0,07	0,06	0,05
	Sal	L015	0,38	0,38	0,35	0,27	0,22	0,20
	Aceite de soya	D012	5,00	5,00	5,00	3,70	3,30	2,80

					60 g - 200g	50 g - 169g	50 g - 131 g	36 - 100	30 -63
				Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	90,00	90	70	60	40	40
CEREAL ACOMPAÑANTE	PAN REDONDO DE LECHE CON MARGARINA CON SAL	Pan de leche, horneado	A064	90,00	90,00	70,00	60,00	40,00	40,00
		Margarina, con sal	D018	15,00	15,00	12,00	8,00	8,00	5,00
				Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	200	200	169	125	100	63
CEREAL ACOMPAÑANTE	CROQUETA DE YUCA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	200,00	200,00	168,75	125,00	100,00	62,50
		Aceite de soya	D012	10,00	10,00	9,00	8,00	5,00	5,00
		Sal	L015	0,44	0,44	0,40	0,37	0,31	0,24
				Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	121	121	105	74	58	47
CEREAL ACOMPAÑANTE	BUÑUELO DE HARINA DE MAIZ	Maíz amarillo, crudo	A043	121,05	121,05	105,26	73,68	57,89	47,37
		Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	G018	58,00	58,00	50,00	45,00	38,00	35,00
		Ajo, crudo	B009	0,53	0,53	0,42	0,32	0,21	0,11
		Ají dulce, crudo	B007	2,22	2,22	2,00	1,67	1,11	1,11
		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,11	2,11	1,89	1,58	1,05	1,05
		Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2,00	2,00	1,80	1,50	1,00	1,00
		Azúcar blanco, granulado	K003	7,28	7,28	5,39	4,58	2,16	2,16
		Sal	L015	0,36	0,36	0,28	0,26	0,24	0,20
		Aceite de soya	D012	10,00	10,00	9,00	8,00	5,00	5,00
				Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	194	194	156	131	75	56
CEREAL ACOMPAÑANTE	PAPAS A LA FRANCESA	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	193,75	193,75	156,25	131,25	75,00	56,25
		Sal	L015	0,44	0,44	0,40	0,37	0,31	0,24
		Aceite de soya	D012	10,00	10,00	9,00	8,00	5,00	5,00
				Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	70	70	65	60	50	45
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ DE ZANAHORIA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	70,00	70,00	65,00	60,00	50,00	45,00
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	9,67	9,67	8,26	6,35	4,24	3,53
		Aceite de soya	D012	6,00	6,00	4,10	3,15	2,10	1,75
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
				Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	169	169	125	106	63	56
CEREAL ACOMPAÑANTE	CARIMAÑOLA DE CARNE DE RES	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	168,75	168,75	125,00	106,25	62,50	56,25
		Res, carne magra, cruda	F099	70,00	70,00	55,00	40,00	30,00	30,00
		Pimentón rojo, crudo	B080	6,35	6,35	4,71	4,00	2,35	2,12
		Ajo, crudo	B009	0,43	0,43	0,32	0,27	0,16	0,14
		Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2,03	2,03	1,50	1,28	0,75	0,68
		Pimienta, negra	1057	0,14	0,14	0,10	0,09	0,05	0,05
		Sal	L015	0,36	0,36	0,28	0,26	0,24	0,20
		Aceite de soya	D012	15,00	15,00	12,00	10,00	7,50	6,75
				Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar
COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	60	60	50	50	40	30
CEREAL ACOMPAÑANTE	PURE DE PAPA - ARROZ BLANCO	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	60,00	60,00	50,00	50,00	40,00	30,00
		Margarina, esparcible	D019	6,60	6,60	8,00	5,00	3,00	2,50
		Sal	L015	0,32	0,32	0,28	0,24	0,20	0,16

ACOMPAÑANTE		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	70,00	70,00	65,00	60,00	50,00	45,00
		Aceite de soya	D012	6,00	6,00	4,10	3,15	2,10	1,75
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	90	90	70	60	40	40
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE ANÍS DULCE	Harina de maíz amarillo, precocida	A033	90,00	90,00	70,00	60,00	40,00	40,00
		Anís en grano	171316	0,72	0,72	0,56	0,48	0,32	0,32
		Azúcar blanco, granulado	K003	4,00	4,00	3,50	3,00	2,50	2,50
		Aceite de soya	D012	10,00	10,00	9,00	8,00	5,00	5,00
		Sal	L015	0,27	0,27	0,21	0,18	0,12	0,12
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	150	150	130	90	70	45
CEREAL ACOMPAÑANTE	PASTA EN SALSA BECHAMEL	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	150,00	150,00	130,00	90,00	70,00	45,00
		Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	A038	12,00	12,00	10,00	9,00	7,00	5,00
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	2,93	2,93	2,48	2,25	1,80	1,35
		Margarina, esparcible	D019	7,50	7,50	6,00	5,25	3,75	3,00
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	70	70	65	60	50	45
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ DE PIMENTÓN	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	70,00	70,00	65,00	60,00	50,00	45,00
		Pimentón rojo, crudo	B080	8,06	8,06	6,88	5,29	3,53	2,94
		Aceite de soya	D012	6,00	6,00	4,10	3,15	2,10	1,75
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	75	75	67	67	50	50
CEREAL ACOMPAÑANTE	EMPANADA DE POLLO CON HARINA DE MAIZ	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	75,00	75,00	66,67	66,67	50,00	50,00
		Ajo, crudo	B009	0,42	0,42	0,36	0,29	0,25	0,23
		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	6,47	6,47	5,88	5,88	4,71	4,71
		Cebolla cabezona, cruda	B027	6,32	6,32	5,37	4,42	3,79	3,47
		Laurel hojas, maduras	696	0,20	0,20	0,17	0,14	0,12	0,11
		Pimienta, negra	1057	0,10	0,10	0,09	0,07	0,06	0,06
		Sal	L015	0,40	0,40	0,34	0,28	0,24	0,22
		Aceite de soya	D012	6,00	6,00	5,10	3,50	3,00	2,75
		Harina de maíz amarillo, precocida	A033	90,00	90,00	70,00	60,00	40,00	40,00
		Aceite de soya	D012	10,00	10,00	8,00	8,00	6,75	6,75
		Sal	L015	0,20	0,20	0,18	0,18	0,12	0,12
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	122	122	90	77	36	36
CEREAL ACOMPAÑANTE	BUÑUELO DE FRIJOL CABECITA NEGRA	Frijol cabecita negra, crudo	T007	121,50	121,50	90,00	76,50	36,00	36,00
		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	29,70	29,70	22,00	18,70	8,80	8,80
		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	30,00	30,00	22,22	18,89	8,89	8,89
		Sal	L015	0,68	0,68	0,50	0,43	0,20	0,20
		Azúcar blanco, granulado	K003	2,70	2,70	2,00	1,70	0,80	0,80
		Aceite de soya	D012	12,00	12,00	11,00	8,00	6,00	5,00
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	70	70	55	50	40	30
		Harina de maíz amarillo, precocida	A033	70,00	70,00	55,00	50,00	40,00	30,00
		Azúcar blanco, granulado	K003	0,65	0,65	0,55	0,50	0,40	0,30

CEREAL ACOMPAÑANTE	PALITOS DE MAIZ	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	G018	20,00	20,00	17,00	15,00	12,00	10,00
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	2,93	2,93	2,48	2,25	1,80	1,35
		Aceite de soya	D012	10,00	10,00	9,00	8,00	5,00	5,00
		Sal	L015	0,68	0,68	0,50	0,43	0,20	0,20
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	70	70	65	60	50	45
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ DE AJO/DADOS DE PAPA SALTEADOS EN MANTEQUILLA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	70,00	70,00	65,00	60,00	50,00	45,00
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
		Ajo, crudo	B009	0,43	0,43	0,37	0,28	0,19	0,16
		Aceite de soya	D012	6,00	6,00	4,10	3,15	2,10	1,75
		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	60,00	60,00	50,00	50,00	40,00	30,00
		Margarina, esparcible	D019	6,50	6,50	5,20	4,55	3,00	2,40
		Sal	L015	0,68	0,68	0,50	0,43	0,20	0,20
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	70	70	65	60	50	45
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	70,00	70,00	65,00	60,00	50,00	45,00
		Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	15,00	15,00	14,00	12,00	9,60	8,00
		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	4,10	3,15	2,10	1,75
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	75	75	65	60	50	45
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ. DE MAICITO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	75,00	75,00	65,00	60,00	50,00	45,00
		Maíz amarillo tierno enlatado. grano entero	28	25,00	25,00	23,00	17,00	15,00	10,00
		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	4,10	3,15	2,10	1,75
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	70	70	65	60	50	45
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON AJI // PLÁTANO MADURO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	70,00	70,00	65,00	60,00	50,00	45,00
		Ají dulce, crudo	B007	7,61	7,61	6,50	5,00	3,33	2,78
		Aceite de soya	D012	6,00	6,00	4,10	3,15	2,10	1,75
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
		plátano hartón, maduro, crudo	B089	83,33	83,33	69,44	69,44	55,56	41,67
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	181	181	150	100	81	56
CEREAL ACOMPAÑANTE	PURÉ DE YUCA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	181,25	181,25	150,00	100,00	81,25	56,25
		Margarina, esparcible	D019	10,80	10,80	8,00	6,40	6,00	3,25
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	4,86	4,86	3,60	2,88	2,70	2,34
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
				Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
COMPONENTE	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	135	135	100	85	50	45
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE QUESO FRITA	Harina de maíz amarillo, precocida	A033	135,00	135,00	100,00	85,00	50,00	45,00
		Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	G018	32,00	32,00	25,00	16,00	12,00	10,00
		Sal	L015	0,55	0,55	0,47	0,36	0,24	0,20
		Aceite de soya	D012	10,00	10,00	9,00	8,00	5,00	5,00

			Leche	16	16	16	16	16
			Complemento	12 g - 100 g	12 g - 100 g	12 g - 100 g	12 g - 100 g	12 g - 100 g
			Azúcar	7	7	7	7	7
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**
REFRESCO DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**
CHOCOLATE DE BOLA E LECHE	Chocolate Costeño (Mezcla de Maiz, Azucar, cacao, especies)	K010	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**
COLADA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE	Almidón de maíz, crudo	A001	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**
ARROZ CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00
	Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
	Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**
NOMBRE DE PREPARACIÓN	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**	**200**
COLADA DE FECULA DE PLATANO CON LECHE	Harina de Platano Cruda	b057	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00
	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
			Estándar	**Media y CC**	**Secundaria**	**Primaria 4 y 5**	**Primaria 1,2 y 3**	**Preescolar**

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	200	200	200	200	200	200
JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Tomate de árbol amarillo, crudo	C081	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00
	Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
			Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	200	200	200	200	200	200
JUGO DE BANANO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Banano común, crudo	C010	21,43	21,43	21,43	21,43	21,43	21,43
	Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
			Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	200	200	200	200	200	200
PETO DE MAÍZ	Maíz blanco, trillado	A046	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
	Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Clavos Olor	304	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
			Estándar	Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	200	200	200	200	200	200
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Guayaba, madura, cruda	C031	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00
	Azúcar blanco, granulado	K003	7,00	7,00	7,00	7,00	7,00	7,00

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	200	200	200	200	200	200
LECHE DE VACA ENTERA EN POLVO ESENCIA DE VAINILLA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Esencia de Vainilla	ESEN	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
	Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00

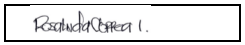
NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	200	200	200	200	200	200
PANELA CON LECHE	Panela	k033	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20

135	130	110	110	80 g
Media y CC	Secundaria	Primaria 4 y 5	Primaria 1,2 y 3	Preescolar

LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIOS

ENTIDAD TERRITORIAL:	
MUNICIPIO	**MONTERIA**
SEDE EDUCATIVA	**#¡REF!**
OPERADOR	**0**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
BEBIDA CON LECHE		**200 ml**	**LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS:** LECHE ENTERA EN POLVO, LECHE LÍQUIDA ENTERA PASTEURIZADA, LECHE LÍQUIDA ENTERA UHT. **PARA PREPARACIÓN DE LAS BEBIDAS:** AVENA, FÉCULA DE MAÍZ, MAÍZ TRILLADO, MAÍZ BLANCO, MAÍZ AMARILLO, ARROZ, CHOCOLATE CON AZÚCAR, CHOCOLATE AMARGO, PANELA, FRUTAS
ALIMENTO PROTEÍCO		**34 - 110 g**	CARNE DE CERDO, CARNE DE RES, PECHUGA DE POLLO, CARNE DE PESCADO (FILETE O ATÚN). HUEVO DE GALLINA, LENTEJA, ARVEJA, FRÍJOL ROJO, FRÍJOL CABECITA NEGRA, FRÍJOL CARGAMANTO, FRÍJOL ROSADO, FRÍJOL GUANDUL, FRÍJOL NIMA, FRÍJOL NIMA, GARBANZO, FRÍJOL SANGRETORO, QUESO.
CEREAL ACOMPAÑANTE		**40 - 135 g**	PAN MOGOLLA, PAN DE QUESO, PAN DE SAL, PAN MOLDE, PAN TAJADO, PAN ALIÑADO, PAN BLANCO, PAN DULCE, PAN BOCADILLO, PAN DE LECHE, PAN OCAÑERO, TOSTADAS, GALLETAS, MOJICÓN, ARROZ, PASTAS, YUCA, PLÁTANO, ÑAME, PAPA, PAPOCHE, HARINA DE MAÍZ BLANCA, HARINA DE MAÍZ AMARILLA, HARINA DE TRIGO, HARINA DE AVENA
FRUTA		**100-135 g**	BANANO, GUAYABA, NARANJA, MANDARINA, PAPAYA, PIÑA, MELÓN, MANGO, MANZANA, PERA, PATILLA
AZÚCARES	**AZÚCAR (EN LA BEBIDA)**		AZÚCAR, PANELA
GRASAS	**ACEITE DE SOYA (EN LAS PREPARACIONES)**		ACEITE DE SOYA, ACEITE DE GIRASOL, ACEITE DE MAÍZ, ACEITE CANOLA, MARGARINA, MANTEQUILLA

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS		**Rosalinda Correa Lacayo**	
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND03716**

Educación

Alcaldía de MONTERÍA

PAE

ENTIDAD TERRITORIAL: MONTERÍA - ENTIDAD TERRITORIAL CERTIFICADA

MINUTA CON ENFOQUE ETNICO: No

GRUPO ÉTNICO Sin Pertenencia Étnica

MODALIDAD DE ATENCIÓN Ración para Preparar en Sitio | Ración para Preparar en Sitio

TIPO DE COMPLEMENTO Complemento JM/JT

MENÚ No. 1

					Preescolar	Primaria: primero, segundo y tercero	Primaria: cuarto y quinto	Secundaria	Media y Nivel Complementario
COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO**	**CÓDIGO DEL**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**
BEBIDA CON LECHE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	REFRESCO DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	12,00	12,00	12,00	18,00	18,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAN REDONDO DE LECHE CON MARGARINA CON SAL	Pan de leche, horneado	A064	40,00	40,00	60,00	70,00	90,00
	Grupo V. Grasas		Margarina, con sal	D018	5,00	8,00	8,00	12,00	15,00
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	PAPAYA	Papaya, madura, cruda	C065	114,29	157,14	157,14	185,71	192,86
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		0	AGUA	A					

MENÚ No. 2

COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)**	**CÓDIGO DEL ALIMENTO**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**
BEBIDA CON LECHE	Grupo III. Leche y productos lácteos	JUGO DE BANANO CON LECHE	Banano común, crudo	C010	21,43	21,43	21,43	21,43	21,43
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos	HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE Y CEBOLLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,56	66,67	88,89	116,67	142,22
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate, crudo	B103	9,00	11,70	13,80	15,00	16,50
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,68	4,93	5,81	6,32	6,95
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,26	0,28	0,36
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,00	3,00	4,00	4,50	4,50
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CROQUETA DE YUCA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	62,50	100,00	125,00	168,75	200,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	8,00	9,00	10,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,24	0,31	0,37	0,40	0,44
FRUTA					#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00

MENÚ No. 3

COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO**	**CÓDIGO DEL**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**
BEBIDA CON LECHE	Grupo VI. Azúcares	CHOCOLATE DE BOLA EN LECHE	Chocolate Costeño (Mezcla de Maiz, Azucar, cacao, especies)	CHO2	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO					#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	BUÑUELO DE HARINA DE MAIZ	Maiz amarillo, crudo	A043	47,37	57,89	73,68	105,26	121,05
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	G018	35,00	38,00	45,00	50,00	58,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,11	0,21	0,32	0,42	0,53
	Grupo II. Frutas y verduras		Ají dulce, crudo	B007	1,11	1,11	1,67	2,00	2,22
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	1,05	1,05	1,58	1,89	2,11
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla junca, tallos, cruda	B029	1,00	1,00	1,50	1,80	2,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	2,16	2,16	4,58	5,39	7,28
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,26	0,28	0,36
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	8,00	9,00	10,00
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	0	Sandia, cruda	C079	200,00	225,00	275,00	287,50	300,00
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00

MENÚ No. 4

COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO**	**CÓDIGO DEL**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**
BEBIDA CON LECHE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE	Almidón de maiz, crudo	A001	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	PALITOS DE POLLO APANADOS	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	83,33	100,00	105,00	133,33	150,00
	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	16,67	16,67	16,67	20,00	20,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	A038	10,00	14,00	16,00	30,00	38,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,26	0,28	0,36
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	8,00	9,00	10,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAPAS A LA FRANCESA	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	B068	56,25	75,00	131,25	156,25	193,75
	Misceláneos		Sal	L015	0,24	0,31	0,37	0,40	0,44
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	8,00	9,00	10,00
FRUTA		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00

MENÚ No. 5

COMPONENTE	**GRUPO DE ALIMENTOS**	**NOMBRE DE PREPARACIÓN**	**NOMBRE DEL ALIMENTO**	**CÓDIGO DEL**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**	**PESO BRUTO (g)**
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00

BEBIDA CON LECHE	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	55,00	60,00	70,00	80,00	90,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Pimentón rojo, crudo	B080	4,41	4,85	5,91	7,76	8,38
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,68	4,05	4,94	6,48	7,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,80	3,30	3,70	4,20	4,60
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,26	0,28	0,36
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ DE ZANAHORIA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	50,00	60,00	65,00	70,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	3,53	4,24	6,35	8,26	9,67
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	2,10	3,15	4,10	6,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
FRUTA					#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A					

MENÚ No. 6

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	ARROZ CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CARIMAÑOLA DE CARNE DE RES	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	56,25	62,50	106,25	125,00	168,75
	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas		Res, carne magra, cruda	F099	30,00	30,00	40,00	55,00	70,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Pimentón rojo, crudo	B080	2,12	2,35	4,00	4,71	6,35
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,14	0,16	0,27	0,32	0,43
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla junca, tallos, cruda	B029	0,68	0,75	1,28	1,50	2,03
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,05	0,05	0,09	0,10	0,14
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,26	0,28	0,36
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	6,75	7,50	10,00	12,00	15,00
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	MANGO EN TROZOS	Mango común, crudo	C051	200,00	230,00	230,00	260,00	270,00
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A					

MENÚ No. 7

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo VI. Azúcares	CHOCOLATE DE BOLA CON LECHE	Chocolate Costeño (Mezcla de Maiz, Azucar, cacao, especies)	CHO2	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	AREPA DE ANÍS DULCE	Harina de maiz amarillo, precocida	A033	40,00	40,00	60,00	70,00	90,00
	Misceláneos		Anis en grano	171316	0,32	0,32	0,48	0,56	0,72
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	2,50	2,50	3,00	3,50	4,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	8,00	9,00	10,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,12	0,12	0,18	0,21	0,27
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	PIÑA	Piña, cruda	C072	145,45	200,00	209,09	236,36	245,45
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00

MENÚ No. 8

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo II. Frutas y verduras	COLADA DE FECULA DE PLATANO CON LECHE	Harina de Platano Cruda	b057	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CERDO MOLIDO	Cerdo, carne magra, cruda	F011	55,00	60,00	70,00	80,00	105,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,29	0,32	0,37	0,45	0,54
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,47	3,79	4,42	5,43	6,51
	Grupo II. Frutas y verduras		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	5,18	5,65	6,59	8,09	9,69
	Misceláneos		Pimienta de olor	171315	0,11	0,12	0,14	0,17	0,21
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,26	0,28	0,36
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,75	3,00	3,50	4,30	5,15
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PURE DE PAPA - ARROZ BLANCO	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	30,00	40,00	50,00	50,00	60,00
	Grupo V. Grasas		Margarina, esparcible	D019	2,50	3,00	5,00	8,00	6,60
	Misceláneos		Sal	L015	0,16	0,20	0,24	0,28	0,32
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	50,00	60,00	65,00	70,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	2,10	3,15	4,10	6,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
FRUTA		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A					

MENÚ No. 9

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)

BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate de árbol amarillo, crudo	C081	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	POLLO DESMECHADO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	83,33	91,67	111,67	146,67	158,33
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,11	0,12	0,14	0,19	0,20
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,63	2,89	3,53	4,63	5,00
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,10	0,11	0,13	0,18	0,19
	Misceláneos		Laurel hojas, maduras	696	0,10	0,11	0,13	0,18	0,19
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,22	0,27	0,35	0,38
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,80	3,30	3,70	4,20	4,60
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PASTA EN SALSA BECHAMEL	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	45,00	70,00	90,00	130,00	150,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	A038	5,00	7,00	9,00	10,00	12,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	1,35	1,80	2,25	2,48	2,93
	Grupo V. Grasas		Margarina, esparcible	D019	3,00	3,75	5,25	6,00	7,50
FRUTA		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00

MENÚ No. 10

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	LECHE DE VACA ENTERA EN PÓLVO ESENCIA DE VAINILLA	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Misceláneos		Esencia de Vainilla	ESEN	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
CERDO EN SALSA DE PIÑA	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CERDO EN SALSA DE PIÑA	Cerdo, carne magra, cruda	F011	55,00	60,00	70,00	80,00	90,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,63	2,89	3,53	4,63	5,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Piña, cruda	C072	22,73	25,00	30,45	40,00	43,18
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	3,00	4,00	5,00	6,00	7,00
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,05	0,06	0,07	0,09	0,10
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,80	3,30	3,70	5,00	4,60
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ DE PIMENTÓN	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	50,00	60,00	65,00	70,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Pimentón rojo, crudo	B080	2,94	3,53	5,29	6,88	8,06
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	2,10	3,15	4,10	6,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
FRUTA		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A					

MENÚ No. 11

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PETO DE MAÍZ	Maíz blanco, trillado	A046	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Misceláneos		Clavos de Olor	305	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
ALIMENTO PROTEICO		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	EMPANADA DE POLLO CON HARINA DE MAIZ	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	50,00	50,00	66,67	66,67	75,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,23	0,25	0,29	0,36	0,42
	Grupo II. Frutas y verduras		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	4,71	4,71	5,88	5,88	6,47
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,47	3,79	4,42	5,37	6,32
	Misceláneos		Laurel hojas, maduras	696	0,11	0,12	0,14	0,17	0,20
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,06	0,06	0,07	0,09	0,10
	Misceláneos		Sal	L015	0,22	0,24	0,28	0,34	0,40
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,75	3,00	3,50	5,10	6,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Harina de maíz amarillo, precocida	A033	40,00	40,00	60,00	70,00	90,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	6,75	6,75	8,00	8,00	10,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,12	0,12	0,18	0,18	0,20
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	BANANO	Banano común, crudo	C010	142,86	164,29	164,29	185,71	192,86
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00

MENÚ No. 12

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	COLADA DE FECULA DE MAÍZ CON LECHE	Almidón de maíz, crudo	A001	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEICO		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	BUÑUELO DE FRIJOL CABECITA NEGRA	Frijol cabecita negra, crudo	T067	36,00	36,00	76,50	90,00	121,50
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	8,80	8,80	18,70	22,00	29,70
	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	8,89	8,89	18,89	22,22	30,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,43	0,50	0,68
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	0,80	0,80	1,70	2,00	2,70
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	6,00	8,00	11,00	12,00
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	NARANJA	Naranja, cruda	C062	166,67	191,67	191,67	216,67	225,00
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A					

MENÚ No. 13

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo VI. Azúcares	PANELA CON LECHE	Panela	I033	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,56	66,67	88,89	116,67	142,22
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate, crudo	B103	9,00	11,70	13,80	15,00	16,50
	Misceláneos		Sal	L015	0,24	0,31	0,37	0,40	0,44
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,00	3,00	4,00	4,50	4,50
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PALITOS DE MAIZ	Harina de maíz amarillo, precocida	A033	30,00	40,00	50,00	55,00	70,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	0,30	0,40	0,50	0,55	0,65
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	G018	10,00	12,00	15,00	17,00	20,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	1,35	1,80	2,25	2,48	2,93
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	8,00	9,00	10,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,43	0,50	0,68
FRUTA		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00

MENÚ No. 14

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Guayaba, madura, cruda	C031	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	AREPITAS DE CARNE MOLIDA A LAS FINAS YERBAS	Res, carne magra, cruda	F099	55,00	60,00	70,00	80,00	90,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,23	0,25	0,29	0,36	0,42
	Grupo II. Frutas y verduras		Zanahoria, sin cáscara, cruda	B110	4,71	5,88	7,06	8,24	9,41
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,47	3,79	4,42	5,37	6,32
	Misceláneos		Laurel hojas, maduras	696	0,11	0,12	0,14	0,17	0,20
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,50	0,06	0,07	0,09	0,10
	Misceláneos		Sal	L015	0,22	0,24	0,28	0,34	0,40
	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	7,78	8,89	18,89	22,22	30,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	4,80	6,50	8,20	12,00	14,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ DE AJO/DADOS DE PAPA SALTEADOS EN MANTEQUILLA	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	50,00	60,00	65,00	70,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,16	0,19	0,28	0,37	0,43
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	2,10	3,15	4,10	6,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	B065	30,00	40,00	50,00	50,00	60,00
	Grupo V. Grasas		Margarina, esparcible	D019	2,40	3,00	4,55	5,20	6,50
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,20	0,43	0,50	0,68
FRUTA		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A					

MENÚ No. 15

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	REFRESCO DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	FAJITAS DE POLLO CON CEBOLLA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	83,33	91,67	111,67	146,67	158,33
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,11	0,12	0,14	0,19	0,20
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,63	2,89	3,53	4,63	5,00
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,10	0,11	0,13	0,18	0,19
	Misceláneos		Laurel hojas, maduras	696	0,10	0,11	0,13	0,18	0,19
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,22	0,27	0,35	0,38
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,80	3,30	3,70	5,00	4,60
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ CON FIDEOS	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	50,00	60,00	65,00	70,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	A072	8,00	9,60	12,00	14,00	15,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	2,10	3,15	4,10	5,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
FRUTA		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00

MENÚ No. 16

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PETO DE MAÍZ	Maíz blanco, trillado	A046	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
	Misceláneos		Clavos de Olor	305	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	AREPA DE QUESO FRITA	Harina de maíz amarillo, precocida	A033	45,00	50,00	85,00	100,00	135,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo costeño	G018	10,00	12,00	16,00	25,00	32,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	5,00	5,00	8,00	9,00	10,00
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	PATILLA EN TROZOS	Sandía, cruda	C079	250,00	287,50	287,50	325,00	337,50
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A					

MENÚ No. 17

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo III. Leche y productos lácteos	ARROZ CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Arroz blanco, pulido, crudo	A010	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
ALIMENTO PROTEÍCO		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAN DE QUESO	Pan de queso, horneado	A065	35,00	40,00	50,00	68,00	82,00
FRUTA	Grupo II. Frutas y verduras	BANANO	Banano común, crudo	C010	114,29	157,14	157,14	185,71	192,86
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A					

MENÚ No. 18

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	REFRESCO DE AVENA CON LECHE	Avena en Hojuelas, Precocida	A012	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	POLLO EN SALSA DE MARACUYA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	83,33	91,67	111,67	146,67	176,67
	Grupo II. Frutas y verduras		Ajo, crudo	B009	0,26	0,29	0,35	0,46	0,56
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	2,63	2,89	3,53	4,63	5,58
	Grupo II. Frutas y verduras		Maracuyá, cruda	C056	109,38	120,31	146,56	192,50	231,88
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,10	0,11	0,13	0,18	0,21
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	0,15	0,17	0,20	0,26	0,32
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,22	0,27	0,35	0,42
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	4,00	5,00	6,00	8,00	10,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ. DE MAICITO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	50,00	60,00	65,00	75,00
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		Maíz amarillo tierno enlatado. grano entero	28	10,00	15,00	17,00	23,00	25,00
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	2,10	3,15	4,10	5,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
FRUTA					#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A					

MENÚ No. 19

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo II. Frutas y verduras	GUAYABA DULE CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Grupo VI. Azúcares		Azúcar blanco, granulado	K003	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos	TORTILLA DE HUEVO CON TOMATE Y CEBOLLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,56	66,67	88,89	116,67	142,22
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate, crudo	B103	9,00	11,70	13,80	15,00	16,50
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	3,68	4,93	5,81	6,32	6,95
	Misceláneos		Sal	L015	0,24	0,31	0,37	0,40	0,44
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2,00	3,00	4,00	4,50	4,50
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	ARROZ CON AJI // PLÁTANO MADURO COCIDO	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	45,00	50,00	60,00	65,00	70,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Ají dulce, crudo	B007	2,78	3,33	5,00	6,50	7,61
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	1,75	2,10	3,15	4,10	6,00
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos		plátano hartón, maduro, crudo	B089	41,67	55,56	69,44	69,44	83,33
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
FRUTA		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00

MENÚ No. 20

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO	CÓDIGO DEL	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)	PESO BRUTO (g)
BEBIDA (LÁCTEOS)	Grupo VI. Azúcares	PANELA CON LECHE	Panela	I033	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	16,00	16,00	16,00	16,00	16,00
	Misceláneos		Canela	172	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
ALIMENTO PROTEÍCO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CARNE DE RES AL BISTEC	Res, carne magra, cruda	F099	55,00	60,00	70,00	80,00	90,00
	Grupo II. Frutas y verduras		Tomate, crudo	B103	10,00	12,50	15,00	18,75	22,50
	Grupo II. Frutas y verduras		Cebolla cabezona, cruda	B027	8,42	10,53	12,63	15,79	18,95
	Misceláneos		Pimienta, negra	1057	0,05	0,06	0,07	0,09	0,10
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,22	0,27	0,35	0,38
	Grupo V. Grasas		Aceite de soya	D012	2.80	3,30	3,70	5,00	5,00
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PURÉ DE YUCA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	56,25	81,25	100,00	150,00	181,25
	Grupo II. Frutas y verduras		Margarina, esparcible	D019	3,25	6,00	6,40	8,00	10,80
	Grupo III. Leche y productos lácteos		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	2,34	2,70	2,88	3,60	4,86
	Misceláneos		Sal	L015	0,20	0,24	0,36	0,47	0,55
FRUTA		0			#N/A	#N/A	#N/A	#N/A	#N/A
AGUA PREPARACION		AGUA	AGUA	A	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
AGUA CONSUMO		AGUA	AGUA	A	150,00	180,00	180,00	200,00	200,00