



ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA					AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
		RAIZAL			ROM					SIN PERTENENCIA ÉTNICA		
MENÚ N° 1												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	VASO DE LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
	AGUA DE PANELA CON LIMÓN	K033	Panela	15,0	15	54,6	0,1	0,0	13,5	6,3	0,7	5,9
		C044	Limón, crudo	15,0	7,5	3,3	0,0	0,0	0,7	1,4	0,0	1,0
ALIMENTO PROTEÍCO Y LEGUMINOSAS	FRIJOLES GUISADOS	T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	45,0	45	173,7	10,3	0,7	27,2	53,6	2,4	4,5
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	10,0	10	8,9	0,2	0,0	1,9	1,2	0,1	
		B103	Tomate, crudo	10,0	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	6,0	6	2,3	0,1	0,0	0,4	1,4	0,0	0,2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,0	3	1,6	0,0	0,0	0,3	0,9	0,0	1,2
		B006	Ahuyama, cruda	7,0	6	1,8	0,0	0,0	0,3	1,2	0,0	0,1
		D012	Acetite de soya	4,0	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,0	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Acetite de soya	4,0	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		TOTAL MENÚ				516,2	16,7	12,1	80,2	190,5	3,7	#¡VALOR!
RECOMENDACIONES DIARIAS				2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7			
% ADECUACIÓN				23%	21,2%	16,2%	25,5%	17,3%	42,3%	#¡VALOR!		
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1002955583				



ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA					AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
		RAIZAL			ROM					SIN PERTENENCIA ÉTNICA		
MENÚ N° 2												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	C031	Guayaba, madura, cruda	80,0	60	42,6	0,5	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,0	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO Y LEGUMINOSAS	PECHUGA GUISADA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	64,0	59,52	98,8	12,3	5,5	0,1	6,5	0,4	37,5
		B103	Tomate, crudo	10,0	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	6,0	5,7	2,3	0,1	0,0	0,4	1,4	0,0	
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,0	5	2,4	0,0	0,0	0,5	1,4	0,0	1,8
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Acetite de soya	3,0	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,0	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	1,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Acetite de soya	5,0	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ				487,2	19,6	17,1	61,7	142,6	1,1	472,4		
RECOMENDACIONES DIARIAS				2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7			
% ADECUACIÓN				22%	24,9%	22,8%	19,6%	13,0%	12,5%	#¡DIV0!		
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		1002955583				



ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						

DEPARTAMENTO		CAUCA			MUNICIPIO		POPAYÁN					
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS				
		RAIZAL		ROM				SIN PERTENENCIA ÉTNICA				
MENÚ N° 3												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	MAZAMORRA CON LECHE Y PANELA	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	150,0	150	82,5	4,8	4,8	5,1	180,0	0,0	63,0
		A046	Maíz blanco, trillado	25,0	25	89,3	2,2	0,2	19,5	2,5	0,5	1,5
		K033	Panela	9,0	9	32,8	0,1	0,0	8,1	3,8	0,4	3,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	Galletas saladas, tipo cracker	A026	Galletas saladas, tipo cracker	60,0	60	279,6	5,0	10,3	40,9	64,2	1,6	424,8
FRUTA	MANGO	C051	Mango común, crudo	120,0	60	47,4	0,4	0,0	10,3	9,0	0,3	2,4
GRASAS	ACEITE**	D012	Aceite de soya	10,00	10	90,0	0,0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0
**El aceite de este menú se incorpora como uso para preparaciones adicionales que realizan en la institución en el marco de la olla comunitaria.												
TOTAL MENÚ						621,5	12,4	15,4	83,9	259,5	2,8	495,2
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						28%	16%	21%	27%	24%	32%	#iDIV/0i

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA							
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL				1002955583			

												
ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
		RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA					
MENÚ N° 4												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	REFresco DE AVENA CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,00	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		A029	Harina de avena, cruda	15,00	15	62,1	2,2	1,3	9,9	8,1	0,6	2,9
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,00	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO Y LEGUMINOSAS	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	49,5	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		B103	Tomate, crudo	10,00	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	6,00	2,4	0,9	0,0	0,0	0,2	1,4	0,0	0,4
		D012	Aceite de soya	3,00	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	25,00	25	88,3	1,7	0,1	20,0	2,3	0,2	
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	
		D012	Aceite de soya	2,00	2	18,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	
	MONEDITAS DE PLÁTANO PINTON	B092	Plátano hartón, verde, crudo	100,00	68	112,9	0,8	0,1	26,7	5,4	0,3	17,7
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	4,00	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						511,4	14,2	19,1	69,7	164,5	2,0	520,0
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						23%	18,1%	25,5%	22,2%	15,0%	22,7%	# DIV 0

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA							
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL				1002955583			

												
ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
		RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA					
MENÚ N° 5												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	JUGO DE MORA EN LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	
		C061	Mora de castilla, cruda	60,0	54	40,0	0,5	0,1	7,9	22,7	0,9	
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,0	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	
ALIMENTO PROTEICO Y LEGUMINOSAS	CARNE DE CERDO EN BISTECK	F019	Cerdo, lomo, crudo	60,00	60	66,0	13,0	1,5	0,2	6,0	0,5	
		B103	Tomate, crudo	5,00	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,4	0,0	
		B027	Cebolla cabezona, cruda	4,50	4,275	1,7	0,1	0,0	0,3	1,0	0,0	
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	
		D012	Aceite de soya	4,00	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO CON	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,0	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	
		B027	Cebolla cabezona, cruda	4,2	3,99	1,6	0,1	0,0	0,3	1,0	0,0	
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	10,0	8,5	4,0	0,1	0,0	0,8	2,3	0,0	
		B052	Habichuela, cruda	10,0	9	3,9	0,2	0,0	0,6	3,6	0,1	

	VERDURAS	B009	Ajo, crudo	0,5	0,475	0,7	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	
		D012	Aceite de soya	5,0	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		TOTAL MENÚ				467,0	20,5	14,0	62,8	161,8	2,0	#iREFi
		RECOMENDACIONES DIARIAS				2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
		% ADECUACIÓN				21%	26,0%	18,7%	20,0%	14,7%	23,5%	#jREFj

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA						
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL			1002955583					



ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA					AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS			
		RAIZAL		ROM	SIN PERTENENCIA ÉTNICA							
MENÚ N° 6												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorias	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
OTRO	SOPA DE PASTA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	35,00	35	129,9	4,6	0,5	26,1	8,8	1,4	2,1
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	25,00	25	22,3	0,5	0,0	4,7	3,0	0,2	
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	10,00	8,5	4,0	0,1	0,0	0,8	2,3	0,0	
		B052	Habichuela, cruda	10,00	9	3,9	0,2	0,0	0,6	3,6	0,1	
		B006	Ahuyama, cruda	7,00	5,95	1,8	0,0	0,0	0,3	1,2	0,0	
		B035	Cilantro, crudo	0,50	0,45	0,2	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0	0,2
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
BEBIDA (LÁCTEOS)	AGUA DE PANELA CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,00	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	
		K033	Panela	9,00	9	32,8	0,1	0,0	8,1	3,8	0,4	
CEREAL ACOMPAÑANTE	HOJALDRA	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	75,00	75	270,0	9,4	1,3	54,2	11,3	3,2	1,5
		J004	Huevo de gallina, entero, crudo	11,00	10	14,8	1,2	1,1	0,0	5,2	0,2	13,8
		D012	Acetite de soya	7,00	7	63,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
GRASAS	ACEITE**	D012	Acetite de soya	10,00	10	90,0	0,0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0

**El aceite de este menú se incorpora como uso para preparaciones adicionales que realizan en la institución en el marco de la olla comunitaria.

TOTAL MENÚ						687,5	19,3	13,1	98,5	159,7	5,6	405,4
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						31%	25%	18%	31%	15%	64%	#iDIVi0i

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA						
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL			1002955583					

												
ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS			
		RAIZAL			ROM				SIN PERTENENCIA ÉTNICA			
MENÚ N° 7												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorias	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	JUGO DE FRUTA CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		C051	Mango común, crudo	80,0	40	31,6	0,2	0,0	6,8	6,0	0,2	
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,0	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO Y LEGUMINOSAS	PECHUGA GUISADA EN TROZOS	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	64,00	60	98,8	12,3	5,5	0,1	6,5	0,4	37,5
		B103	Tomate, crudo	10,00	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	6,00	6	2,3	0,1	0,0	0,4	1,4	0,0	0,2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,00	5,1	2,4	0,0	0,0	0,5	1,4	0,0	1,8
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	
		D012	Acetite de soya	3,00	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,0	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	1,0
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	5,0	5	18,6	0,7	0,1	3,7	1,3	0,2	
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Acetite de soya	6,0	6	54,0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						503,7	19,9	18,0	64,3	142,0	1,3	276,9

RECOMENDACIONES DIARIAS		2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN		22%	25,4%	24,0%	20,4%	12,9%	15,0%	#¡DIVO!
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA			
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL			1002955583			

												
ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
		RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA					
MENÚ N° 8												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorias	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	REFresco DE AVENA CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		A029	Harina de avena, cruda	15,0	15	62,1	2,2	1,3	9,9	8,1	0,6	2,9
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,0	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO Y LEGUMINOSAS	LENTEJAS GUIADAS	T026	Lenteja común, cruda	30,0	30	116,1	6,9	0,3	18,3	15,3	2,2	8,1
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	10,0	9	8,7	0,2	0,0	1,9	0,7	0,1	
		B103	Tomate, crudo	5,0	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,4	0,0	0,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5,0	4,75	1,9	0,1	0,0	0,4	1,1	0,0	
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,0	3,4	1,6	0,0	0,0	0,3	0,9	0,0	
		B006	Ahuyama, cruda	7,0	6	1,8	0,0	0,0	0,3	1,2	0,0	0,1
		D012	Aceite de soya	5,0	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,0	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	5,0	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						515,1	15,4	15,0	75,7	151,6	3,3	441,9
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						23%	19,6%	20,0%	24,1%	13,8%	37,5%	#¡DIVO!



ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA					AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
		RAIZAL			ROM					SIN PERTENENCIA ÉTNICA		
MENÚ N° 9												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorias	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	COLADA DE QUINUA SABORIZADA CON LECHE	A037	Harina de quinua, cruda	12,00	12	43,2	1,3	0,5	8,3	5,3	0,6	1,4
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,00	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,00	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	TORTA	112	Torta, con harina de trigo	80,0	80	252,0	7,8	2,5	49,6	0,0	0,0	0,0
FRUTA	GRANADILLA	C028	Granadilla, cruda	267,00	80	76,1	1,7	1,3	11,9	9,6	0,7	16,0
GRASAS	ACEITE**	D012	Aceite de soya	10,00	10	90,0	0,0	10,0	0,0	0,0	0,0	
**El aceite de este menú se incorpora como uso para preparaciones adicionales que realizan en la institución en el marco de la olla comunitaria.												
TOTAL MENÚ						552,0	14,0	17,5	82,2	134,9	1,3	59,5
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						25%	17,8%	23,4%	26,1%	12,3%	15,1%	#¡DIVO!
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1002955583			

												
ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD	9 A 13 AÑOS 11 MESES					OPERADOR						
DEPARTAMENTO	CAUCA					MUNICIPIO	POPAYÁN					

GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
		RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						
MENÚ N° 10												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
OTROS	SOPA DE VERDURAS	B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	30,0	30	26,7	0,6	0,0	5,7	3,6	0,2	
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	9,0	7,65	3,6	0,1	0,0	0,7	2,1	0,0	2,7
		B052	Habichuela, cruda	9,0	8,1	3,5	0,2	0,0	0,6	3,2	0,1	0,5
		B027	Cebolla cabezona, cruda	3,0	2,85	1,1	0,0	0,0	0,2	0,7	0,0	
		B014	Ajo, crudo	6,0	3	0,8	0,0	0,0	0,1	1,3	0,0	
		B035	Cilantro, crudo	0,5	0,45	0,2	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0	
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	
BEBIDA (LÁCTEOS)	AGUA DE PENELA CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	
		K033	Panela	9,0	9	32,8	0,1	0,0	8,1	3,8	0,4	
ALIMENTO PROTEÍCO Y VERDURA	CARNE DE CERDO ASADO	F019	Cerdo, lomo, crudo	60,0	60	66,0	13,0	1,5	0,2	6,0	0,5	
		B009	Ajo, crudo	0,5	0	0,7	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,1
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Acetite de soya	4,0	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,0	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	1,0
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Acetite de soya	5,0	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						447,8	20,5	14,0	59,3	146,0	1,8	392,1
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						20%	26,1%	18,7%	18,9%	13,3%	20,4%	#¡DIV/0!

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA			
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL		1002955583	



ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS			
		RAIZAL			ROM				SIN PERTENENCIA ÉTNICA			
MENÚ N° 11												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorias	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA	JUGO DE GUAYABA EN AGUA	C031	Guayaba, madura, cruda	80,0	60	42,6	0,5	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
	VASO DE LECHE	K003	Azúcar blanco, granulado	9,0	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO Y LEGUMINOSAS		FRIJOLES GUISADOS	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0
	T011		Frijol cargamento rojo, crudo	45,0	45	173,7	10,3	0,7	27,2	53,6	2,4	4,5
	B074		Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	10,0	10	8,9	0,2	0,0	1,9	1,2	0,1	
	B103		Tomate, crudo	10,0	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
	B027		Cebolla cabezona, cruda	6,0	5,7	2,3	0,1	0,0	0,4	1,4	0,0	
	B110		Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,0	3,4	1,6	0,0	0,0	0,3	0,9	0,0	
	B006		Ahuyama, cruda	7,0	6	1,8	0,0	0,0	0,3	1,2	0,0	0,1
	D012		Acetite de soya	4,0	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	L015		Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
	CEREAL ACOMPAÑANTE		ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40,0	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6
L015		Sal		0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
D012		Acetite de soya		4,0	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ					536,6	17,1	12,3	82,9	190,6	3,1	#¡REF!	
RECOMENDACIONES DIARIAS					2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7		
% ADECUACIÓN					24%	21,8%	16,4%	26,4%	17,3%	35,6%	#¡REF!	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA			
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL		1002955583	



ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD				9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR				
DEPARTAMENTO				CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN		
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS			
		RAIZAL			ROM				SIN PERTENENCIA ÉTNICA			
MENÚ N° 12												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
SOPAS	SOPA DE MAIZ	A046	Maíz blanco, trillado	40,0	40	142,8	3,5	0,4	31,2	4,0	0,8	2,4
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	30,0	30	26,7	0,6	0,0	5,7	3,6	0,2	1,8
		B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	38,0	30	48,3	0,3	0,1	11,4	4,9	0,1	
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,0	5	2,4	0,0	0,0	0,5	1,4	0,0	

		B052	Habichuela, cruda	6,0	5	2,3	0,1	0,0	0,4	2,2	0,1	
		B006	Ahuyama, cruda	7,0	6	1,8	0,0	0,0	0,3	1,2	0,0	
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	
BEBIDA (LÁCTEOS)	AGUA DE PANELA CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	
		K033	Panela	9,0	9	32,8	0,1	0,0	8,1	3,8	0,4	
FRUTA	BANANO	C010	Banano común, crudo	143,0	100	101,1	1,5	0,1	22,3	8,0	0,9	
GRASA	ACEITE**	D012	Aceite de soya	11,0	11	99,0	0,0	11,0	0,0	0,0	0,0	
**El aceite de este menú se incorpora como uso para preparaciones adicionales que realizan en la institución en el marco de la olla comunitaria.												
TOTAL MENÚ						512,2	9,3	14,8	83,3	149,1	2,6	4,2
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						23%	11,9%	19,8%	26,5%	13,6%	29,8%	#¡DIVO!
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1002955583			

												
ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
		RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						
MENÚ N° 13												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorias	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA	REFresco DE AVENA CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		A029	Harina de avena, cruda	15,0	15	62,1	2,2	1,3	9,9	8,1	0,6	
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,0	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEICO Y LEGUMINOSAS	PECHUGA GUISADA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	64,0	59,52	98,8	12,3	5,5	0,1	6,5	0,4	
		B103	Tomate, crudo	6,0	4,8	1,1	0,0	0,0	0,2	0,4	0,0	0,3
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5,5	5,225	2,1	0,1	0,0	0,4	1,3	0,0	0,2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,0	5	2,4	0,0	0,0	0,5	1,4	0,0	1,8
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	3,0	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,0	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	1,0
		L015	Sal	0,5	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	4,0	4,0	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						496,7	21,2	17,2	63,5	142,5	1,5	433,1
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						22%	27,0%	23,0%	20,2%	13,0%	17,1%	#¡DIVO!

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1002955583			



ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE PREPARADO EN SITIO PAIP 2026												
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR						
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN				
GRUPO ÉTNICO		INDÍGENA	X		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
		RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA					
MENÚ N° 14												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorias	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	CHOCOLATE CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,00	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	18,00	18	83,9	0,6	3,0	13,6	6,5	0,6	#¡VALOR!
ALIMENTO PROTEICO Y LEGUMINOSAS	HOJALDRA	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	75,00	75	270,0	9,4	1,3	54,2	11,3	3,2	1,5
		J004	Huevo de gallina, entero, crudo	11,00	10	14,8	1,2	1,1	0,0	5,2	0,2	13,8
		D012	Aceite de soya	7,00	7	63,0	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
FRUTA	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	180,0	126	68,0	1,1	0,1	14,4	44,1	0,4	2,5
TOTAL MENÚ						554,7	15,6	15,7	85,6	187,2	4,4	#¡VALOR!
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						25%	19,9%	20,9%	27,2%	17,0%	50,6%	#¡VALOR!
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA						
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			1002955583			



ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE
PREPARADO EN SITIO PAIP 2026

GRUPO DE EDAD	9 A 13 AÑOS 11 MESES			OPERADOR			
DEPARTAMENTO	CAUCA			MUNICIPIO	POPAYÁN		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ N° 15

COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA	JUGO DE FRUTA CON LECHE	C061	Mora de castilla, cruda	67	60	44,6	0,6	0,1	8,8	25,3	1,0	0,6
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	9	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ ATOLLADO CON CERDO EN CUADROS Y VERDURAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	1,0
		F019	Cerdo, lomo, crudo	60	60	66,0	13,0	1,5	0,2	6,0	0,5	31,8
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6	5	2,4	0,0	0,0	0,5	1,4	0,0	1,8
		B052	Habichuela, cruda	5,5	5,0	2,1	0,1	0,0	0,4	2,0	0,0	0,3
		B081	Pimentón verde, crudo	6	5	1,3	0,0	0,0	0,2	0,5	0,0	0,1
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	10	4	1,5	0,0	0,0	0,3	2,3	0,0	0,6
		B035	Cilantro, crudo	0,5	0,5	0,2	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0	0,2
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soja	4	4	36,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
GRASA	ACEITE**	D012	Aceite de soja	10,0	10	90,0	0,0	10,0	0,0	0,0	0,0	

**El aceite de este menú se incorpora como uso para preparaciones adicionales que realizan en la institución en el marco de la olla comunitaria.

TOTAL MENÚ	511,4	20,4	19,0	62,7	162,5	2,1	272,3
RECOMENDACIONES DIARIAS	2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN	23%	25,9%	25,4%	20,0%	14,8%	24,1%	#¡DIV0!

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA			
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	1002955583		



ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE
PREPARADO EN SITIO PAIP 2026

GRUPO DE EDAD	9 A 13 AÑOS 11 MESES			OPERADOR			
DEPARTAMENTO	CAUCA			MUNICIPIO	POPAYÁN		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ N° 16

MENÚ N° 16												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CÓDIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	REFresco DE AVENA CON LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,00	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		A029	Harina de avena, cruda	15,00	15	62,1	2,2	1,3	9,9	8,1	0,6	2,9
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,00	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
ALIMENTO PROTEÍCO Y LEGUMINOSAS	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,00	50	73,8	6,2	5,3	0,1	26,2	0,8	68,8
		B103	Tomate, crudo	10,00	8	1,8	0,1	0,0	0,3	0,7	0,0	0,5
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda	6,00	2,4	0,9	0,0	0,0	0,2	1,4	0,0	0,4
		D012	Aceite de soja	3,00	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,00	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	1,0
		L015	Sal	0,50	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	4,00	5	18,6	0,7	0,1	3,7	1,3	0,2	
		D012	Aceite de soja	6,00	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0
TOTAL MENÚ						496,4	15,7	18,1	66,7	162,4	2,1	388,8
RECOMENDACIONES DIARIAS						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN						22%	20,0%	24,2%	21,2%	14,8%	24,1%	#¡DIV/0!

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA			
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	1002955583		



ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE
PREPARADO EN SITIO PAIP 2026

GRUPO DE EDAD	9 A 13 AÑOS 11 MESES			OPERADOR			
DEPARTAMENTO	CAUCA			MUNICIPIO	POPAYÁN		

GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ N° 17

COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorias	Protelna g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA (LÁCTEOS)	JUGO DE FRUTA EN LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,0	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
		C051	Mango común, crudo	80,0	40	31,6	0,2	0,0	6,8	6,0	0,2	1,6
		F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	64,0	60	98,8	12,3	5,5	0,1	6,5	0,4	37,5
ALIMENTO PROTEÍCO Y LEGUMINOSAS	PECHUGA GUISADA EN CUADROS	B103	Tomate, crudo	6,0	4,8	1,1	0,0	0,0	0,2	0,4	0,0	0,3
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5,5	5	2,1	0,1	0,0	0,4	1,3	0,0	0,2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	6,0	5	2,4	0,0	0,0	0,5	1,4	0,0	1,8
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	3,0	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50,0	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4	1,0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9
		D012	Aceite de soya	5,0	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0

TOTAL MENÚ	475,2	19,3	16,9	60,4	140,4	1,1	472,2
	2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN	21%	24,5%	22,6%	19,2%	12,8%	12,5%	# DIV/0

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA			
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	1002955583		



ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE
PREPARADO EN SITIO PAIP 2026

GRUPO DE EDAD	9 A 13 AÑOS 11 MESES			OPERADOR			
DEPARTAMENTO	CAUCA			MUNICIPIO	POPAYÁN		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ N° 18

COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA LÁCTEA	ARROZ CON LECHE Y CANELA	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100,0	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0
		A010	Arroz blanco, pulido, crudo	15,0	15	53,0	1,0	0,1	12,0	1,4	0,1	0,3
		K003	Azúcar blanco, granulado	9,0	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0
		NA	Canela	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10,0	10	49,9	2,6	2,7	3,8	94,0	0,1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Galletas saladas, tipo cracker	A026	Galletas saladas, tipo cracker	60,00	60	280	5,04	10,32	40,92	64,2	1,56	424,8
FRUTA	PAPAYA	C065	Papaya, madura, cruda	185,0	129,5	51,8	0,6	0,1	10,6	31,1	0,4	6,5

TOTAL MENÚ	525,4	12,5	16,4	79,7	310,6	2,1	473,6
	2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7	
% ADECUACIÓN	23%	15,9%	21,9%	25,4%	28,2%	24,5%	# DIV/0

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA			
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	1002955583		



ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE
PREPARADO EN SITIO PAIP 2026

GRUPO DE EDAD	9 A 13 AÑOS 11 MESES			OPERADOR			
DEPARTAMENTO	CAUCA			MUNICIPIO	POPAYÁN		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	X	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ N° 19

COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg
BEBIDA	JUGO DE FRUTA CON LECHE	C031	Guayaba, madura, cruda	80	60	42,6	0,5	0,2	8,0	7,8	0,2	1,8
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0

ALIMENTO PROTEICO Y LEGUMINOSAS	LENTEJAS GUIADASAS	K003	Azúcar blanco, granulado	9	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0	0,0	
		T026	Lenteja común, cruda	30,0	30	116,1	6,9	0,3	18,3	15,3	2,2	8,1	
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	10,0	10	8,9	0,2	0,0	1,9	1,2	0,1		
		B103	Tomate, crudo	5,0	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,4	0,0	0,2	
		B027	Cebolla cabezona, cruda	5,0	4,75	1,9	0,1	0,0	0,4	1,1	0,0		
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	4,0	3,4	1,6	0,0	0,0	0,3	0,9	0,0		
		B006	Ahuyama, cruda	7,0	6	1,8	0,0	0,0	0,3	1,2	0,0	0,1	
		D012	Acelite de soya	5,0	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9	
		A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	141,2	2,7	0,2	32,0	3,6	0,3	0,8	
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9	
D012	Acelite de soya	5	5	45,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
TOTAL MENU						495,7	13,7	13,8	73,8	151,7	2,8	#iREF!	
						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7		
%ADECUACION						22%	17,5%	18,6%	23,5%	13,8%	32,7%	#iREF!	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA							
FIRMA						MATRICULA PROFESIONAL						1002955583	
													
ANÁLISIS NUTRICIONAL													
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA TARDE													
PREPARADO EN SITIO PAIP 2026													
GRUPO DE EDAD		9 A 13 AÑOS 11 MESES				OPERADOR							
DEPARTAMENTO		CAUCA				MUNICIPIO		POPAYÁN					
GRUPO ÉTNICO		INDIGENA		X		COMUNIDAD / PUEBLO INDIGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
		RAIZAL				ROM		SIN PERTENENCIA					
MENÚ N° 20													
COMPONENTE	PREPARACIÓN	CODIGO TCAC 2018	NOMBRE DEL ALIMENTO (INGREDIENTES)	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	CALORIAS Y NUTRIENTES							
						Calorías	Proteína g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Sodio mg	
BEBIDA (LÁCTEOS)	JUGO DE FRUTA EN LECHE	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100	100	55,0	3,2	3,2	3,4	120,0	0,0	42,0	
		K003	Azúcar blanco, granulado	9	9	35,7	0,0	0,0	8,9	0,0	0,0		
		C051	Mango común, crudo	18	9	7,1	0,1	0,0	1,5	1,4	0,0	0,4	
ALIMENTO PROTEICO Y LEGUMINOSAS	CARNE DE RES GUIASADA	F099	Res, carne magra, cruda	70,00	70	97,3	15,3	4,0	0,0	4,2	1,9	35	
		B103	Tomate, crudo	5	4	0,9	0,0	0,0	0,2	0,4	0,0	0,2	
		B027	Cebolla cabezona, cruda	4,5	4	1,7	0,1	0,0	0,3	1,0	0,0	0,2	
		B081	Pimentón verde, crudo	6	5	1,3	0,0	0,0	0,2	0,5	0,0	0,1	
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9	
		D012	Acelite de soya	3	3	27,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	50	50	176,5	3,4	0,2	40,1	4,5	0,4		
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	5	5	17,7	0,3	0,0	4,0	0,5	0,2	0,1	
		L015	Sal	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	193,9	
		D012	Acelite de soya	6	6	54,0	0,0	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
TOTAL MENU						474,3	22,3	16,4	58,7	132,7	2,6	465,8	
						2245	78,6	74,8	314,3	1100,0	8,7		
%ADECUACION						21%	28,4%	22,0%	18,7%	12,1%	29,8%	#iDIV/0!	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS						DIANA MARCELA ARIAS ZUÑIGA							
FIRMA						MATRICULA PROFESIONAL						1002955583	