MINUTA	1	PROMEDIO
DESAYUNO	3.612,52	3.612,52
REFRIGERIO AM	1.644,11	1.644,11
ALMUERZO	4.840,41	4.840,41
REFRIGERIO PM	2.094,40	2.094,40
CENA	3.715,90	3.715,90
TOTALES	**15.907,35**	**15.907,35**

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 9 A 11 MESES 30 DIAS

DESAYUNO

Grupo Alimento	Frecuencia	CANTIDAD			Unidad casera o servido	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido			
Leche fortificada	Todos los días	17 g – 17 g	17	4 onzas	4 onzas (120 cc)	81,18	1.380,09
Carne magra	Todos los días	23 g	23	10 g	1 porción muy pequeña	24,15	555,45
Pollo pechuga		34 g	34	15 g		10,79	366,69
Huevo		15 g	15	15 g	1 yema	373,00	373,00
Cereal							
Arepa Amarilla	Todos los días	10 g	10	10 g	1 porción muy pequeña	4,55	45,51
Galleta dulce		7 g	7	14 g	2 unidades	11,17	78,20
Fruta							
Pera	Todos los días	50 g – 120 g	120	55 g	3 cucharadas soperas	6,58	789,60
Aceite	Todos los días	2 cc	2	2 cc	1 cucharadita	11,99	23,99

DESAYUNO	3.612,52
REFRIGERIO AM	1.644,11
ALMUERZO	4.840,41
REFRIGERIO PM	2.094,40
CENA	3.715,90
TOTAL	**15.907,35**

IGUAL

REFRIGERIO DE LA MAÑANA

Grupo Alimento	Frecuencia	CANTIDAD			Unidad casera o servido	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido			
Leche fortificada	Todos los días	13 g – 13 g	13	3 onzas	3 onzas (90 cc)	81,18	1.055,36
Avena hojuelas	Todos los días	7 g	7	7 g	1 cucharadita llena rebosada (½ taza)	7,31	51,15
Fruta							
Banano	Todos los días	50 g – 120 g	120	40 g	2 cucharadas soperas	4,48	537,60

Frutas permitidas como son: manzana, pera y banano, ciruela pasa, papaya y mango e ir anexando melón, ciruelas, uvas, entre otras; las frutas cítricas (piña, mandarina, naranja), las fresas dejarlas para después del año.

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	CANTIDAD			Unidad casera o servido	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido			
Sopa o crema							
Habichuela	Todos los días	45-70 g	70	120 cc	½ taza	4,57	320,18
Avena hojuelas		6 g	6			7,31	43,84
Papa comun		19 g – 25 g	25			3,51	87,77
Seco							
Carne magra	Todos los días	35 g	35	22 g	1 porción muy pequeña	24,15	845,25
Pollo pechuga		47 g	47	28 g		10,79	506,90
Huevo		15 g	15	15 g	1 yema	373,00	373,00
Cereal							
Arroz	Todos los días	8 g	8	18 g	1/8 taza mediadora	3,58	28,62
Tubérculos/plátanos /derivados de cereal							
Platano verde	Todos los días	18 g – 25 g	25	14 g	½ unidad pequeña	3,98	99,50
Arepa Amarilla		15 g	15	15 g	1 unida pequeña, blanda	4,55	68,26
Grasa							
Aceite	Todos los días	4 cc	4	4 cc	2 cucharadita	11,99	47,97
Fruta							
Manzana	Todos los días	50 g – 120 g	120	55 g	3 cucharadas soperas	8,66	1.039,04
Lácteos							
Leche fortificada	Todos los días	17 g – 17 g	17	4 onzas	4 onzas (120 cc)	81,18	1.380,09

El niño (a) consume Carne Roja o Pechuga de pollo.

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 9 A 11 MESES 30 DIAS

REFRIGERIO DE LA TARDE

Grupo Alimento	Frecuencia	CANTIDAD			Unidad casera o servido	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido			
Leche fortificada	Todos los días	13 g – 13 g	13	3 onzas	3 onzas (90 cc)	81,18	1.055,36
Fruta							
Manzana	Todos los días	50 g – 120 g	120	40 g	2 cucharadas soperas	8,66	1.039,04

Frutas permitidas como son: manzana, pera y banano, ciruela pasa, papaya y mango e ir anexando melón, ciruelas, uvas, entre otras; las frutas cítricas (piña, mandarina, naranja), las fresas dejarlas para después del año.

CENA

Grupo Alimento	Frecuencia	CANTIDAD			Unidad casera o servido	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido			
Sopa o crema							
Zanahoria	Todos los días	45-70 g	70	120 cc	½ taza	2,85	199,15
Avena hojuelas		4 g	4			7,31	29,23
Papa comun		12 g – 20 g	20			3,51	70,22
Seco							
Carne magra	Todos los días	35 g	35	22 g	1 porción muy pequeña	24,15	845,25
Pollo pechuga		47 g	47	28 g		10,79	506,90
Tubérculos/plátanos /derivados de cereal							
Platano verde	Todos los días	18 g – 25 g	25	14 g	½ unidad pequeña	3,98	99,50
Grasa							
Aceite	Todos los días	4 cc	4	4 cc	2 cucharadita	11,99	47,97
Fruta							
Banano	Todos los días	50 g – 120 g	120	55 g	3 cucharadas soperas	4,48	537,60
Lácteos							
Leche fortificada	Todos los días	17 g – 17 g	17	4 onzas	4 onzas (120 cc)	81,18	1.380,09
							15.907,35

El niño (a) consume Carne Roja o Pechuga de pollo.



PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882