MINUTA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	PROMEDIO
DESAYUNO	1.629,98	2.181,66	1.941,34	1.430,45	1.759,03	1.434,96	1.784,59	1.704,21	1.245,44	1.757,12	1.748,71	2.164,34	2.028,39	1.629,44	1.745,69
REFRIGERIO AM	1.170,59	1.595,37	978,92	734,04	766,09	616,19	722,79	1.247,42	739,92	564,75	783,65	740,02	1.171,62	1.186,10	929,82
ALMUERZO	2.573,32	2.623,35	2.499,73	2.681,07	2.866,64	2.457,96	2.820,05	2.936,78	3.366,51	2.955,68	2.453,83	2.775,69	4.252,58	3.160,78	2.887,43
REFRIGERIO PM	747,77	689,67	941,39	645,51	876,09	998,79	338,45	926,59	1.344,94	1.084,25	1.210,86	542,56	737,19	926,59	857,90
CENA	2.646,61	2.153,25	2.255,22	2.618,74	2.284,76	2.902,52	3.073,41	2.548,73	1.862,82	2.307,42	1.777,51	3.071,25	2.038,47	2.548,73	2.434,96
TOTALES	**8.768,27**	**9.243,30**	**8.616,61**	**8.109,80**	**8.552,61**	**8.410,42**	**8.739,30**	**9.363,73**	**8.559,62**	**8.669,22**	**7.974,57**	**9.293,85**	**10.228,26**	**9.451,65**	**8.855,80**

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 1

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate pastas	11	11	120 cc (4 onzas)	24,32	267,52
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	HUEVO REVUELTO	Huevo	55	50	1 und	373,00	373,00
		Margarina	2	2		16,07	32,13
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AREPA	Arepa amarilla	20	20	1 und pequeña	4,55	91,01
	GALLETAS SALTINAS	Taco de galletas	14	14	2 unds	9,94	139,17
		Margarina	2	2	1 cdita	16,07	32,13
	FRUTA	Papaya	100	80	1 porción pequeña	3,74	373,83
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	AGUAPANELA EN LECHE	Panela	13	13	120 cc (4 onzas)	4,23	55,03
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
	GALLETAS SALTINAS	Taco de galletas	14	14	1 und	9,94	139,17
	FRUTA	Mango	80	34	1 porción pequeña	8,89	710,88
ALMUERZO	FRIJOLES	Frijol	15	15	100 cc (3½ onzas)	8,93	133,90
		Platano verde	25	19		3,98	99,50
		cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Aceite	2	2		11,99	23,99
	CARNE MOLIDA	Carne magra	60	60	2 Csop (38 gr)	24,15	1.449,00
		cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,2	0,2		1,29	0,26
	ARROZ BLANCO	Arroz	23	23	4 cdas Csop (52 gr)	3,58	82,27
		Aceite	2	2		11,99	23,99
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	PLÁTANO MADURO FRITO	Platano maduro	39	30	1 porción pequeña	3,80	148,20
		Aceite	4	4		11,99	47,97
	ENSALADA DE LECHUGA BATAVIA, ZANAHORIA Y CEBOLLA DE HUEVO	Zanahoria	20	15	3 Csop	2,85	56,90
		Lechuga batavia	15	10		1,89	28,34
		cebolla cabezona	15	10		2,82	42,23
		Limón	5	5		5,74	28,72
	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	Tomate de arbol	55	34	150 cc (5 onzas)	4,88	268,40
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	100	100	150 cc (5 onzas)	2,95	295,00
		Banano	70	34		4,48	313,60
	GALLETAS	Taco de galletas	14	14	2 und	9,94	139,17
COMIDA- CENA	SOPA DE VERDURAS	Ahuyama	15	10	100 cc (3½ onzas)	1,55	23,23
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Habichuela	15	10		4,57	68,61
		Brocoli	15	10		14,09	211,30
		Papa comun	15	12		3,51	52,66
		Papa Criolla	15	12		3,68	55,20
		cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		cilantro	5	3		8,75	43,75
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,2	0,2		1,29	0,26
	CARNE Y PAPA ENCEBOLLDA	Carne magra	60	60	1 porción pequeña (38 gr carne)	24,15	1.449,00
		Papa comun	42	30		3,51	147,45
		cebolla cabezona	0	8		2,82	-
		Tomate chonto	10	8		3,90	39,00
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ CON ARVEJA	Arroz	30	30	4 cdas soperas (64 gr)	3,58	107,31
		Arveja seca	5	5		2,33	11,67
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE GUAYABA DULCE	Guayaba Dulce	69	34	150 cc (5 onzas)	2,78	191,82
		Azucar	12	12		2,99	35,88

8.768,27

DESAYUNO	1.629,98
REFRIGERIO AM	1.170,59
ALMUERZO	2.573,32
REFRIGERIO PM	747,77
CENA	2.646,61
TOTAL	**8.768,27**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
I MINUTA 2

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COCOA EN LECHE	Chocolate en polv	11	11	120 cc (4 onzas)	27,73	304,98
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	30	30	1 porción pequeña	14,04	421,27
	AREPA CON MARGARINA	Arepa amarilla	40	40	1 und pequeña	4,55	182,02
		Margarina	4	4		16,07	64,27
	FRUTA	Mango	100	80	1 und pequeña	8,89	888,60
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE MANGO	Leche liquida	90	90	120 cc (4 onzas)	2,95	265,50
		Mango	100	70		8,89	888,60
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	GALLETAS	Pan croissant	20	20	1 und mediana	20,27	405,39
ALMUERZO	SOPA DE VERDURAS	Ahuyama	15	10	100 cc (3½ onzas)	1,55	23,23
		Zanahoria	20	15		2,85	56,90
		Habichuela	15	10		4,57	68,61
		Brocoli	15	10		14,09	211,30
		Papa comun	15	10		3,51	52,66
		Papa Criolla	15	9		3,68	55,20
		cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		cilantro	5	3		8,75	43,75
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,2	0,2		1,29	0,26
	CARNE Y PAPA ENCEBOLLDA	Carne magra	60	60	1 porción pequeña (38 gr carne)	24,15	1.449,00
		Papa comun	40	30		3,51	140,43
		cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ CON ARVEJA	Arroz	23	23	4 cdas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Arveja seca	5	5		2,33	11,67
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE GUAYABA DULCE	Guayaba Dulce	69	34	180 cc (6 onzas)	2,78	191,82
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	YOGURTH CON HOJALDRE	Yogurth	100	100	90 cc (5 onzas)	5,06	506,33
		Pan mogolla	20	20	1 und pequeña	9,17	183,33
COMIDA-CENA	POLLO CON VERDURAS	Pollo pechuga	82	60	3 cdas soperas altas (48 gr pollo)	10,79	884,37
		Habichuela	15	10		4,57	68,61
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Papa comun	19	10		3,51	66,70
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ ROJO	Arroz	30	30	4 cdas soperas (63 gr)	3,58	107,31
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Pimenton	5	3		8,23	41,15
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	PAPA CRIOLLA EN LECHE	Papa Criolla	40	30	3 unds pequeñas	3,68	147,20
		Leche liquida	5	5		2,95	14,75
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE MANGO	Mango	69	34	150 cc (5 onzas)	8,89	613,13
		Azucar	12	12		2,99	35,88

9.243,30

DESAYUNO	2.181,66
REFRIGERIO A	1.595,37
ALMUERZO	2.623,35
REFRIGERIO P	689,67
CENA	2.153,25
TOTAL	**9.243,30**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 3

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	MAIZENA EN LECHE	Maizena	12	12	120 cc (4 onzas)	21,85	262,22
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	HUEVO TIBIO	Huevo	55	50	1 porción	373,00	373,00
	PAN	Pan mogolla	40	40	1 und pequeña	9,17	366,67
	MARGARINA	Margarina	4	4	1 cdita	16,07	64,27
	FRUTA	Mandarina	100	80	1 und pequeña	5,55	554,65
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE GUANABANA	Guanabana	69	34	120 cc (4 onzas)	3,98	274,62
		Leche liquida	100	100		2,95	295,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	TORTA	Torta	20	20	1 und pequeña	18,67	373,42
ALMUERZO	CREMA DE AHUYAMA	Ahuyama	15	10	100 cc (3½ onzas)	1,55	23,23
		Papa criolla	15	9		3,68	55,20
		Papa comun	15	10		3,51	52,66
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Cebolla Larga	5	3		7,40	37,00
		Cilantro	5	3		8,75	43,75
		Crema de leche	3	3		14,17	42,50
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	CARNE CON VERDURAS	Carne magra	60	60	1 porción pequeña (38 gr)	24,15	1.449,00
		Habichuela	15	10		4,57	68,61
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ ROJO	Arroz	23	23	4 cdas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
		Pimenton	10	5		8,23	82,30
	PLATANO COCIDO	Platano maduro	39	30	18 gr (½ und pequeña)	3,80	148,20
	RODAJA DE TOMATE VERDE	Tomate Milano	10	10	1 und	4,75	47,50
	JUGO DE PIÑA	Piña	69	34	180 cc (6 onzas)	2,83	195,55
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	KUMIS	Kumis	100	100	100 cc (3 ½ onzas)	5,36	536,00
	MOJICON	Pan Croissant	20	20	1 und pequeña	20,27	405,39
COMIDA - CENA	CREMA DE CEBOLLA CABEZONA	Cebolla cabezona	25	20	100 cc (3 ½ onzas)	2,82	70,38
		Papa comun	20	15		3,51	70,22
		Papa criolla	20	15		3,68	73,60
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Crema de leche	3	3		14,17	42,50
		Leche liquida	10	10		2,95	29,50
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	POLLO A LA PANCHA	Pollo pechuga	82	60	1 porción pequeña (48 gr)	10,79	884,37
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	30	30	4 cudas soperas (64 gr)	3,58	107,31
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	CROQUETAS DE ZANAHORIA	Zanahoria	25	20	1 und pequeña	2,85	71,13
		Harina de trigo	7,5	7,5		3,83	28,75
		Huevo	10	10		373,00	373,00
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE GUANABANA	Guanabana	70	34	180 cc (6 onzas)	3,98	278,60
		Azucar	12	12		2,99	35,88

8.616,61

DESAYUNO	1.941,34
REFRIGERIOA	978,92
ALMUERZO	2.499,73
REFRIGERIOP	941,39
CENA	2.255,22
TOTAL	**8.616,61**

IGUAL

Escaneado con CamScanner
NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
I MINUTA 4

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COLADA DE AVENA	Avena hojuelas	12	12	120 cc (4 onzas)	7,31	87,68
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	30	30	1 porción pequeña	14,04	421,27
	AREPA CON MARGARINA	Arepa amarilla	40	40	1 und mediana	4,55	182,02
		Margarina	4	4		16,07	64,27
	FRUTA	Papaya	100	80	1 und mediana	3,74	373,83
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	90	90	120 cc (4 onzas)	2,95	265,50
		Banano	63	34		4,48	282,24
		Azucar	10	10		2,99	29,90
	GALLETA DULCE	Galleta dulce	14	14	2 und	11,17	156,40
ALMUERZO	FRIJOLES	Frijol	15	15	100 cc (3½ onzas)	8,93	133,90
		Platano verde	25	19		3,98	99,50
		cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Aceite	2	2		11,99	23,99
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	CARNE ASADA	Carne magra	60	60	1 porc. pequeña (38 gr)	24,15	1.449,00
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	23	23	4 cudas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Aceite	2	2		11,99	23,99
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	PLATANO VERDE FRITO	Platano verde	39	30	1 porcion pequeña	3,98	155,22
		Aceite	3	3		11,99	35,98
	ENSALADA DE LECHUGA BATAVIA, AGUACATE Y CEBOLLA	Zanahoria	15	10	3½ Csop	2,85	42,68
		Lechuga batavia	15	10		1,89	28,34
		Aguacate	15	10		6,60	98,99
		Cebolla cabezona	10	5		2,82	28,15
		Limón	0,5	0,5		5,74	2,87
	JUGO DE GUAYABA DULCE EN LECHE	Guayaba Dulce	69	34	100 cc (3½ onzas)	2,78	191,82
		Leche liquida	60	60		2,95	177,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	YOGURTH	Yogurth	100	100	100 cc (3½ onzas)	5,06	506,33
	GALLETAS SALTINAS	Taco de galletas	14	14	2 und	9,94	139,17
COMIDA-CENA	SOPA DE PASTAS	Pasta alimenticia	10	10	100 cc (3½ onzas)	8,08	80,80
		Papa comun	15	9		3,51	52,66
		Papa criolla	15	10		3,68	55,20
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Tomate chonto	10	8		3,90	39,00
		cebolla cabezona	10	8		2,82	28,15
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	SUDADO DE ALBONDIGAS CON PAPA Y PLATANO MADURO	Carne molida	60	60	1 porción pequeña (38 gr)	14,46	867,60
		Harina de trigo	7,5	7,5		3,83	28,75
		Huevo	5	5		373,00	373,00
		Papa comun	39	30		3,51	136,92
		Tomate chonto	10	8		3,90	39,00
		Cebolla larga	10	8		7,40	74,00
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	23	23	4 cda soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ENSALADA DE LECHUGA BATAVIA, TOMATE ROJO, ZANAHORIA Y MANZANA VERDE	Lechuga batavia	10	5	3½ cdas soperas	1,89	18,89
		Manzana	15	10		8,66	129,88
		Zanahoria	10	5		2,85	28,45
		Tomate milano	10	5		4,75	47,50
		Cilantro	5	3		8,75	43,75
		Limón	10	3		5,74	57,45
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE GUAYABA DULCE	Guayaba Dulce	80	34	150 cc (5 onzas)	2,78	222,40
		Azucar	12	12		2,99	35,88
							8.109,80

DESAYUNO	1.430,45
REFRIGERIO A	734,04
ALMUERZO	2.681,07
REFRIGERIO P	645,51
CENA	2.618,74
TOTAL	**8.109,80**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 5

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate pastas	11	11	120 cc (4 onzas)	24,32	267,52
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	HUEVO REVUELTO	Huevo	55	50	1 porción	373,00	373,00
		Margarina	2	2		16,07	32,13
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AREPA	Arepa amarilla	40	40	1 und mediana	4,55	182,02
		Margarina	2	2		16,07	32,13
	FRUTA	Banano	123	80	1 und mediana	4,48	551,04
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	COLADA DE MAIZENA	Maizena	12	12	120 cc (4 onzas)	21,85	262,22
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	PAN	Pan mogolla	20	20	1 und pequeña	9,17	183,33
ALMUERZO	CREMA DE VERDURAS	Habichuela	13	10	100 cc (3½ onzas)	4,57	59,46
		Cebolla cabezona	13	10		2,82	36,60
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Espinaca	10	10		16,78	167,83
		Papa criolla	20	10		3,68	73,60
		Papa comun	20	10		3,51	70,22
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Brocoli	15	10		14,09	211,30
		Cilantro	5	3		8,75	43,75
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	CARNE ASADA	Carne magra	50	50	1 porcion mediana (32 gr)	24,15	1.207,50
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ AMARILLO	Arroz	23	23	4 cdas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Zanahoria	10	8		2,85	28,45
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE MANGO	Mango	55	34	150 cc (3 onzas)	8,89	488,73
		Leche liquida	60	60,0		2,95	177,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	KUMIS	Kumis	100	100	100 cc (3½ onzas)	5,36	536,00
	FRUTA	Piña	120	80	1 porción pequeña	2,83	340,09
COMIDA-CENA	SUDADO DE POLLO (PERNIL)	Pollo pernil	90	60	1 porción pequeña (48 gr sin hueso)	10,17	914,85
		Platano maduro	20	15		3,80	76,00
		Papa comun	20	15		3,51	70,22
		Cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	30	30	4 cdas soperas (67 gr)	3,58	107,31
		Arveja seca	5	5		2,33	11,67
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ENSALADA MIXTA	Lechuga batavia	10	5	3½ cudas soperas	1,89	18,89
		Zanahoria	20	15		2,85	56,90
		Pepino	15	10		4,67	70,00
		Cebolla cabezona	10	5		2,82	28,15
		Limón	10	3		5,74	57,45
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE FRUTA	Maracuya	100	34	150 cc (5 onzas)	6,82	682,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88

8.552,61

DESAYUNO	1.759,03
REFRIGERIOA	766,09
ALMUERZO	2.866,64
REFRIGERIOP	876,09
CENA	2.284,76
TOTAL	**8.552,61**

IGUAL

Escaneado con CamScanner
NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 6

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COLADA DE MAIZENA	Maizena	12	12	120 cc (4 onzas	21,85	262,22
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	30	30	1 und pequeña	14,04	421,27
	PAN MOGOLLA	Pan mogolla	40	40	1 und pequeña	9,17	366,67
		Margarina	4	4		16,07	64,27
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	JUGO DE PIÑA	Piña	73	34	150 cc (5 onzas)	2,83	206,89
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	TORTA	Torta	20	20	1 und pequeña	18,67	373,42
ALMUERZO	SOPA DE PLATANO VERDE	Platano verde	20	12	100 cc (3½ onzas)	3,98	79,60
		Papa comun	20	12		3,51	70,22
		Papa criolla	20	12		3,68	73,60
		Cilantro	5	5		8,75	43,75
		Cebolla Larga	5	5		7,40	37,00
		Tomate Chonto	5	5		3,90	19,50
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	FRICASE DE POLLO	Pollo pechuga	82	60	210 cc (48 gr de pollo sin hueso)	10,79	884,37
		Maizena	2,5	2,5		21,85	54,63
		Zanahoria	20	15		2,85	56,90
		Habichuela	20	15		4,57	91,48
		Tallo de apio	15	15		3,88	58,18
		cebolla cabezona	15	15		2,82	42,23
		Crema de leche	3	3		14,17	42,50
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ VERDE	Arroz	23	23	2½ cdas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Espinaca	15	15		16,78	251,75
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	PAPAS A LA FRANCESA	Papa comun	39	30	8 Unds	3,51	136,92
		Aceite	4	4		11,99	47,97
	JUGO DE GUAYABA AGRIA	Guayaba agria	69	60	150 cc (5 onzas)	3,99	275,31
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	YOGURTH CON PAN DULCE	Yogurth	100	100	150 cc (5 onzas)	5,06	506,33
		Pan mogolla	20	20	1 und mediana	9,17	183,33
	FRUTA	Banano	69	40	1 und mediana	4,48	309,12
COMIDA - CENA	CARNE DESMECHADA	Carne magra	60	60	5 cdas soperas (38 gr)	24,15	1.449,00
		Cebolla larga	6	5,5		7,40	44,40
		Tomate chonto	8	6		3,90	31,20
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ ROJO	Arroz	30	30	4 cdas soperas (67 gr)	3,58	107,31
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
		Pimenton	15	10		8,23	123,45
	PURE DE PAPA	Papa comun	40	34	2½ cdas soperas	3,51	140,43
		Cilantro	8	6		8,75	70,00
		Cebolla cabezona	10	8		2,82	28,15
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO	Cebolla cabezona	10	5	3½ csop	2,82	28,15
		Lechuga batavia	15	10		1,89	28,34
		Tomate milano	15	10		4,75	71,25
		Pepino	15	10		4,67	70,00
		Limón	10	3		5,74	57,45
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE LULO	Lulo	69	34	150 cc (3 onzas)	7,00	483,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88

8.410,42

DESAYUNO	1.434,96
REFRIGERIO AM	616,19
ALMUERZO	2.457,96
REFRIGERIO PM	998,79
CENA	2.902,52
TOTAL	**8.410,42**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 7

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COLADA DE AVENA	Avena hojuelas	12	12	120 cc (4 onzas)	7,31	87,68
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	HUEVO EN TORTILLA	Huevo	55	50	1 und	373,00	373,00
		Margarina	2	2		16,07	32,13
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AREPA	Arepa amarilla	40	40	1 und mediana	4,55	182,02
		Margarina	2	2		16,07	32,13
	FRUTA	Granadilla	100	80	1 und pequeña	7,76	775,60
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	90	90	120 cc (4 onzas)	2,95	265,50
		Banano	63	34		4,48	282,24
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	GALLETAS	Taco de galletas	14	14	2 unds	9,94	139,17
ALMUERZO	GARBANZOS CON CARNE DE CERDO	Garbanzos	15	15	100 cc (38 gr de carne)	5,14	77,10
		Carne de cerdo- p	60	60		13,05	782,80
		Papa comun	29	25		3,51	101,81
		Zanahoria	20	15		2,85	56,90
		cebolla cabezona	5	5		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	5		3,90	19,50
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ VERDE	Arroz	23	23	4 cdas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	PLÁTANO ASADO	Platano maduro	39	30	1 und pequeña	3,80	148,20
	ENSALADA DE REMOLACHA CON CEBOLLA Y ZANHORIA	Zanahoria	20	15	3½ Csop	2,85	56,90
		Remolacha	20	15		3,40	68,00
		cebolla cabezona	15	10		2,82	42,23
		Mayonesa	3	3		19,87	59,62
	JUGO DE MORA EN LECHE	Mora	100	70	150 cc (5 onzas)	10,95	1.095,00
		Leche liquida	30	30		2,95	88,50
		Azucar	10	10		2,99	29,90
REFRIGERIO DE LA TARDE	JUGO DE PIÑA	Piña	75	34	150 cc (5 onzas)	2,83	212,56
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	PAN TAJADO	Pan tajado	12	12	1 und pequeña	7,50	90,01
COMIDA-CENA	SOPA DE VERDURA	Habichuela	15	10	100 cc (3½ onzas)	4,57	68,61
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Brocoli	15	10		14,09	211,30
		Cebolla cabezona	13	10		2,82	36,60
		Tomate chonto	8	6		3,90	31,20
		Papa comun	19	15		3,51	66,70
		Papa criolla	19	15		3,68	69,92
		Cilantro	10	8		8,75	87,50
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	TORTA DE VERDURAS CON POLLO	Pollo pechuga	82	60	1 porción grande (48 gr de pollo)	10,79	884,37
		Harina de trigo	2,5	2,5		3,83	9,58
		Harina de pan	2,5	2,5		3,67	9,17
		Huevo	2,5	2,5		373,00	373,00
		Habichuela	18	15		4,57	82,33
		Arveja seca	20	15		2,33	46,67
		Zanahoria	20	15		2,85	56,90
		Cebolla cabezona	15	10		2,82	42,23
		Pimenton	10	8		8,23	82,30
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ ROJO	Arroz	30	30	4 cdas soperas (67 gr)	3,58	107,31
		Pimenton	10	5		8,23	82,30
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE LULO	Lulo	75	34	150 cc (5 onzas)	7,00	525,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88

8.739,30

DESAYUNO	1.784,59
REFRIGERIOA	722,79
ALMUERZO	2.820,05
REFRIGERIOP	338,45
CENA	3.073,41
TOTAL	**8.739,30**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 8

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate pastas	11	11	120 cc (4 onzas)	24,32	267,52
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	30	30	1 und mediana	14,04	421,27
	AREPA	Arepa amarilla	40	40	1 und mediana	4,55	182,02
		Margarina	4	4		16,07	64,27
	FRUTA	Papaya	120	80	1 und mediana	3,74	448,60
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	PUDIN DE NARANJA	Maizena	11	11	1 porc (20 gr)	21,85	240,37
		Huevo	5	5		373,00	373,00
		Naranja	100	80		3,33	332,67
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	LECHE LIQUIDA	Leche liquida	90	90	90 cc (3½ onzas)	2,95	265,50
ALMUERZO	SANCOCHO DE POLLO	Pollo muslo	90	60	100 cc (48 gr de pollo sin hueso)	15,03	1.353,10
		Platano verde	20	15		3,98	79,60
		Papa comun	20	15		3,51	70,22
		Yuca	15	10		2,35	35,18
		Arracacha	15	10		4,61	69,12
		Mazorca	20	10		5,15	102,93
		Cebolla larga	5	5		7,40	37,00
		Tomate Chonto	5	5		3,90	19,50
		cilantro	5	5		8,75	43,75
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	23	23	2 cdas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AGUACATE	Aguacate	30	20	1 porc pequeña	6,60	197,98
	BANANO	Banano	50	40	1 und pequeña	4,48	224,00
	JUGO DE LULO	Lulo	75	34	150 cc (5 onzas)	7,00	525,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	JUGO DE MANDARINA	Mandarina	87,5	34	100 cc (3½ onzas)	5,55	485,32
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	PAN DULCE	Pan croissant	20	20	1 und pequeña	20,27	405,39
COMIDA-CENA	SUDADO DE CARNE DE RES	Carne magra	60	60	1 porción mediana (38 gr sin hueso)	24,15	1.449,00
		Platano maduro	20	17		3,80	76,00
		Papa comun	20	17		3,51	70,22
		Cebolla cabezona	17	15		2,82	47,86
		Tomate chonto	8	6		3,90	31,20
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ CON ARVEJA	Arroz	30	30	2½ cdas soperas (27 gr)	3,58	107,31
		Arveja seca	5	5		2,33	11,67
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ENSALADA MIXTA	Lechuga batavia	15	10	3½ cudas soperas	1,89	28,34
		Zanahoria	25	20		2,85	71,13
		Pepino	10	5		4,67	46,67
		Cebolla cabezona	10	5		2,82	28,15
		Limón	10	3		5,74	57,45
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE FRUTA	Tomate de arbol	75	34	150 cc (5 onzas)	4,88	366,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88

9.363,73

DESAYUNO	1.704,21
REFRIGERIO AM	1.247,42
ALMUERZO	2.936,78
REFRIGERIO PM	926,59
CENA	2.548,73
TOTAL	**9.363,73**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 9

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COCOA EN LECHE	Chocolate en polvo	11	11	120 cc (4 onzas)	27,73	304,98
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	HUEVO EN TORTILLA	Huevo	55	50	1 porción	373,00	373,00
		Margarina	2	2		16,07	32,13
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AREPA	Arepa amarilla	40	40	1 und pequeña	4,55	182,02
		Margarina	2	2		16,07	32,13
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	MALTEADA DE CHOCOLATE	Chocolate en polvo	11	11	150 cc (5 onzas)	27,73	304,98
		Azucar	12	12		2,99	35,88
		Leche en polvo	11,7	11,7		20,74	242,67
	GALLETA	Galleta dulce	14	14	2 und	11,17	156,40
ALMUERZO	SOPA DE BLANQUILLOS	Blanquillos	2	2	100 cc (3½ onzas)	5,37	10,75
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Papa criolla	19	9		3,68	69,92
		Papa comun	20	10		3,51	70,22
		Cebolla Cabezona	8	5		2,82	22,52
		Tomate chonto	8	5		3,90	31,20
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		cilantro	5	5		8,75	43,75
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	CARNE EN HAMBURGUESA	Carne magra	60	60	1 porción mediana (38 gr)	24,15	1.449,00
		Huevo	5	5		373,00	373,00
		Harina de pan	5	5		3,67	18,33
		Cebolla larga	8	5		7,40	59,20
		Tomate chonto	8	5		3,90	31,20
		Ajo	5	5		21,74	108,68
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ VERDE	Arroz	23	23	4 cdas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Espinaca	10	10		16,78	167,83
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	PURÉ DE PAPA	Papa comun	39	30	2 cdas soperas	3,51	136,92
		cilantro	5	5		8,75	43,75
		Mayonesa	3	3		19,87	59,62
	ENSALADA DE ZANAHORIA, REPOLLO, CILANTRO Y CEOBOLLA DE HUEVO	Zanahoria	10	5	3½ csop	2,85	28,45
		Repollo	10	5		3,43	34,29
		Cilantro	5	5		8,75	43,75
		Cebolla Cabezona	10	5		2,82	28,15
		Limón	5	5		5,74	28,72
	JUGO DE PIÑA	Piña	75	34	150 cc (5 onzas)	2,83	212,56
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	AVENA CON PAN TAJADO	Avena hojuelas	12	12	120 cc (4 onzas)	7,31	87,68
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Azucar	12	12		2,99	35,88
		Pan tajado	12	12	1 und pequeña	7,50	90,01
	FRUTA	Manzana	100	80	1 und mediana	8,66	865,87
COMIDA-CENA	SOPA DE CUCHUCO	Cuchuco	10	10	100 cc (3½ onzas)	2,66	26,60
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Papa criolla	19	9		3,68	69,92
		Papa comun	20	10		3,51	70,22
		cebolla cabezona	5	5		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	5		3,90	19,50
		cilantro	5	5		8,75	43,75
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	HIGADO ENCEBOLLADO CON PAPA Y YUCA	Higado de res	60	60	1 und mediana (38 gr)	8,80	528,20
		Papa comun	39	30		3,51	136,92
		cebolla cabezona	5	5		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	5		3,90	19,50
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ CON ARVERJA	Arroz	30	30	4cdas soperas (67 gr)	3,58	107,31
		Arveja seca	5	5		2,33	11,67
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ENSALADA DE ZANAHORIA, CEBOLLA Y TOMATE	Zanahoria	20	15	3½ cdas csop	2,85	56,90
		Pepino	10	5		4,67	46,67
		cebolla cabezona	15	10		2,82	42,23
		Tomate Milano	10	5		4,75	47,50
		Limón	5	5		5,74	28,72
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE MARACUYA	Tomate de arbol	75	34	150 cc (5 onzas)	4,88	366,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88

8.559,62

DESAYUNO	1.245,44
REFRIGERIO AM	739,92
ALMUERZO	3.366,51
REFRIGERIO PM	1.344,94
CENA	1.862,82
TOTAL	**8.559,62**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 10

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate pastas	11	11	120 cc (4 onzas)	24,32	267,52
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	HUEVO REVUELTO	Huevo	55	50	1 porción	373,00	373,00
		Margarina	2	2		16,07	32,13
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AREPA	Arepa amarilla	40	40	1 und mediana	4,55	182,02
		Margarina	2	2		16,07	32,13
	FRUTA	Melon	100	80	1 und mediana	5,49	549,13
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	AVENA EN LECHE	Avena hojuelas	12	12	120 cc (4 onzas)	7,31	87,68
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	CUCA	Galleta Cuca	12	12	1 porción pequeña	14,64	175,69
ALMUERZO	FRIJOLES	Frijol	15	15	100 cc (3½ onzas)	8,93	133,90
		Platano verde	25	19		3,98	99,50
		cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Aceite	2	2		11,99	23,99
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	CARNE MOLIDA	Carne magra	60	60	4 Csop (38 gr)	24,15	1.449,00
		cebolla cabezona	10	8		2,82	28,15
		Tomate chonto	10	8		3,90	39,00
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	23	23	4 cdas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	TAJADA DE PLATANO MADURO	Platano maduro	39	30	2 tajadas pequeñas	3,80	148,20
		Aceite	4	4		11,99	47,97
	ENSALADA DE LECHUGA BATAVIA, ZANAHORIA Y CEBOLLA DE HUEVO	Zanahoria	25	20	3½ Csop	2,85	71,13
		Lechuga batavia	20	15		1,89	37,78
		cebolla cabezona	10	5		2,82	28,15
		Limón	5	5		5,74	28,72
	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	Tomate de arbol	75	34	180 cc (6 onzas)	4,88	366,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	POSTRE	Bocadillo	14	14	1 und pequeña	16,33	228,56
REFRIGERIO DE LA TARDE	LECHE	Leche liquida	100	100	100 cc (3½ onzas)	2,95	295,00
	GALLETA	Galleta dulce	21	21	3 und	11,17	234,60
	FRUTA	Mandarina	100	80	1 und pequeña	5,55	554,65
COMIDA - CENA	BISTEC DE CARNE CON MADURO	Carne magra	60	60	1 porcón mediana (38 gr de carne)	24,15	1.449,00
		Platano maduro	20	17		3,80	76,00
		Papa comun	20	17		3,51	70,22
		Cebolla cabezona	10	8		2,82	28,15
		Tomate chonto	10	8		3,90	39,00
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	30	30	4 cdas soperas (67 gr)	3,58	107,31
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ENSALADA DE REPOLLO Y ZANAHORIA	Repollo	22	17,5	3½ cdas	3,43	75,44
		Zanahoria	22	17,5		2,85	62,59
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
		Limón	10	3		5,74	57,45
	JUGO DE GUAYABA DULCE	Guayaba dulce	75	34	180 cc (6 onzas)	2,78	208,50
		Azucar	12	12		2,99	35,88

8.669,22

DESAYUNO	1.757,12
REFRIGERIO AM	564,75
ALMUERZO	2.955,68
REFRIGERIO PM	1.084,25
CENA	2.307,42
TOTAL	**8.669,22**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 11

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COCOA EN LECHE	Chocolate en polvo	11	11	120 cc (4 onzas)	27,73	304,98
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	HUEVO EN TORTILLA	Huevo	55	50	1 porción	373,00	373,00
		Margarina	2	2		16,07	32,13
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AREPA	Arepa amarilla	20	20	1 und pequeña	4,55	91,01
		Margarina	2	2		16,07	32,13
	MOGOLLA	Pan Mogolla	20	20	1 und pequeña	9,17	183,33
	FRUTA	Piña	145	80	1 und mediana	2,83	410,95
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	100	100	120cc (4 onzas)	2,95	295,00
		Banano	70	34		4,48	313,60
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	GALLETAS SALTINAS	Taco de Galletas	14	14	2 und	9,94	139,17
ALMUERZO	SOPA DE RAICES	Platano verde	15	10	100 cc (3½ onzas)	3,98	59,70
		Papa comun	15	20		3,51	52,66
		Yuca	10	5		2,35	23,45
		Arracacha	10	5		4,61	46,08
		Mazorca	30	20		5,15	154,40
		Cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Habichuela	15	10		4,57	68,61
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	SOBREBARRIGA EN SALSA	Sobrebarriga	60	60	1 porción mediana (38 gr)	17,65	1.058,80
		Tomate chonto	8	6		3,90	31,20
		Cebolla larga	6	5,5		7,40	44,40
		Cebolla cabezona	20	15		2,82	56,30
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	23	23	4 cdas (52 gr)	3,58	82,27
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AGUACATE	Aguacate	30	20	½ und pequeña	6,60	197,98
	JUGO DE PAPAYA CON ZANAHORIA	Papaya	80	34	150cc (5 onzas)	3,74	299,07
		Zanahoria	20	15		2,85	56,90
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	HOJUELAS DE HARINA DE TRIGO	Harina de trigo	12	12	2 unds pequeñas	3,83	46,00
		Azucar	3	3		2,99	8,97
		Margarina	2	2		16,07	32,13
		Huevo	10	10		373,00	373,00
		Aceite	3	3		11,99	35,98
	JUGO DE MORA	Mora	62	34	150cc (5 onzas)	10,95	678,90
		Azucar	12	12		2,99	35,88
COMIDA-CENA	CREMA DE PAPA CRIOLLA CON AHUYAMA	Papa criolla	15	10	100 cc (3½ onzas)	3,68	55,20
		Ahuyama	15	10		1,55	23,23
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Cebolla larga	5	3		7,40	37,00
		Crema de leche	3	3		14,17	42,50
		Cilantro	8	6		8,75	70,00
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ENSALADA RUSA	Arveja seca	5	5	3½ cdas soperas	2,33	11,67
		Zanahoria	10	5		2,85	28,45
		Papa comun	25	19		3,51	87,77
		Huevo	55	50		373,00	373,00
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
		Cilantro	5	3		8,75	43,75
	ARROZ BLANCO	Arroz	30	30	4 cdas (67 gr)	3,58	107,31
		Aceite	2	2		11,99	23,99
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	PATACON FRITO	Platano verde	39	30	1 porción pequeña	3,98	155,22
		Aceite	4	4		11,99	47,97
	JUGO DE MANGO	Mango	69	34	150cc (5 onzas)	8,89	613,13
		Azucar	12	12		2,99	35,88

7.974,57

DESAYUNO	1.748,71
REFRIGERIO AM	783,65
ALMUERZO	2.453,83
REFRIGERIO PM	1.210,86
CENA	1.777,51
TOTAL	**7.974,57**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 12

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COLADA DE MAIZENA EN LECHE	Maizena	12	12	120 cc (4 onzas)	21,85	262,22
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	30	30	1 porción mediana	14,04	421,27
	AREPA Y GALLETAS	Taco de galletas	14	14	2 und	9,94	139,17
		Arepa amarilla	20	20	1und mediana	4,55	91,01
		Margarina	4	4		16,07	64,27
	FRUTA	Manzana	100	80	½ und mediana	8,66	865,87
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	90	90	120 cc (4 onzas)	2,95	265,50
		Banano	63	60		4,48	282,24
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	GALLETA DULCE	Galleta dulce	14	14	2 und	11,17	156,40
ALMUERZO	SOPA DE PLÁTANO	Platano verde	23	17	100 cc (3½ onzas)	3,98	91,54
		Papa comun	23	17		3,51	80,75
		cebolla cabezona	10	5		2,82	28,15
		Tomate chonto	10	5		3,90	39,00
		Zanahoria	25	15		2,85	71,13
		Cilantro	5	5		8,75	43,75
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	POLLO APANADO	Pollo pernil	90	60	1 porción mediana (38 gr)	10,17	914,85
		Harina de pan	3	3		3,67	11,00
		Huevo	10	10		373,00	373,00
		aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ AMARILO	Arroz	23	23	4 cdas (52 gr)	3,58	82,27
		Zanahoria	20	15		2,85	56,90
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ENSALADA DULCE	Lechuga batavia	15	15	3½ cdas soperas	1,89	28,34
		Piña	20	15		2,83	56,68
		Zanahoria	20	15		2,85	56,90
		cebolla cabezona	10	5		2,82	28,15
		Azucar	4	4		2,99	11,96
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE MORA	Mora	62	34	180 cc (6 onzas)	10,95	678,90
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	ARROZ CON LECHE	Arroz	12	12	100 gr (1 pocillo pequeño)	3,58	42,92
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	12	12		4,23	50,80
	PAN	Pan mogolla	20	20	1 und pequeña	9,17	183,33
COMIDA - CENA	SOPA DE GUINEO	Guineo	22	17	100 cc (3½ onzas)	2,40	52,80
		Papa comun	22	17		3,51	77,24
		Papa criolla	22	17		3,68	80,96
		Cebolla cabezona	10	5		2,82	28,15
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Cilantro	5	3		8,75	43,75
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	TORTA DE CARNE	Carne magra	60	60	1 porción pequeña (38 gr carne)	24,15	1.449,00
		Harina de pan	7,5	7,5		3,67	27,50
		Huevo	5	5		373,00	373,00
		Pimenton	5	2,5		8,23	41,15
		Aceite	6	6		11,99	71,96
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	30	30	4 cdas (67 gr)	3,58	107,31
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE MANGO	Mango	69	34	150 cc (5 onzas)	8,89	613,13
		Azucar	12	12		2,99	35,88

9.293,85

DESAYUNO	2.164,34
REFRIGERIO AM	740,02
ALMUERZO	2.775,69
REFRIGERIO PM	542,56
CENA	3.071,25
TOTAL	**9.293,85**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 13

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate pastas	11	11	120 cc (4 onzas)	24,32	267,52
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	HUEVO REVUELTO	Huevo	55	50	1 porción	373,00	373,00
		Margarina	2	2		16,07	32,13
		sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AREPA Y TOSTADA	Arepa amarilla	40	40	1 porción mediana	4,55	182,02
		Margarina	2	2		16,07	32,13
		Tostada	12	12	1 und	13,53	162,41
	FRUTA	Pera	100	80	1 porción mediana	6,58	658,00
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	COLADA DE MAIZENA	Maizena	12	12	120 cc (4 onzas)	21,85	262,22
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	11	11		4,23	46,57
	PAN CON MARGARINA	Pan mogolla	20	20	1 und pequeña	9,17	183,33
		Margarina	2,5	2,5		16,07	40,17
	FRUTA	Papaya	100	80	1 und pequeña	3,74	373,83
ALMUERZO	CREMA DE VERDURAS	Habichuela	15	10	100cc (3½ onzas)	4,57	68,61
		Cebolla cabezona	15	10		2,82	42,23
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Espinaca	15	10		16,78	251,75
		Papa criolla	19	9		3,68	69,92
		Papa comun	19	10		3,51	66,70
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Brocoli	10	5		14,09	140,87
		Cilantro	5	3		8,75	43,75
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	CARNE ASADA	Carne magra	60	60	1 porción mediana (38 gr)	24,15	1.449,00
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	YUCA FRITA	Yuca	39	30	1 astilla pequeña	2,35	91,46
		Aceite	5	5		11,99	59,97
	ARROZ AMARILLO	Arroz	23	23	4cdas (52 gr)	3,58	82,27
		Zanahoria	20	15		2,85	56,90
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE MARACUYA	Maracuya	100	34	150 cc (5 onzas)	6,82	682,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	POSTRE	Cocada	20	20	1 porción pequeña	48,76	975,20
REFRIGERIO DE LA TARDE	GALLETAS CON MERMELADA	Mermelada	16	16	3 und	16,43	262,93
		Taco de galletas	21	21		9,94	208,76
	LECHE LIQUIDA	Leche liquida	90	90	120 cc (4 onzas)	2,95	265,50
COMIDA - CENA	ROLLO DE CARNE	Carne molida	60	60	1 porción mediana (38 gr de carne)	14,46	867,60
		Habichuela	15	10		4,57	68,61
		Zanahoria	15	10		2,85	42,68
		Tomate chonto	5	3		3,90	19,50
		Cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ VERDE	Arroz	30	30	4 cdas (67 gr)	3,58	107,31
		Espinaca	5	5		16,78	83,92
		Aceite	3	3		11,99	35,98
		sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	PURE DE PAPA	Papa comun	39	30	1 porción	3,51	136,92
		Cilantro	5	5		8,75	43,75
		Cebolla cabezona	5	3		2,82	14,08
		Aceite	4	4		11,99	47,97
		sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	RODAJAS DE TOMATE	Tomate milano	20	20	2 uds	4,75	95,00
		sal	0,5	0,5		1,29	0,65
		Limón	10	3		5,74	57,45
	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	Tomate de arbol	65	34	150 cc (5 onzas)	4,88	317,20
		Azucar	12	12		2,99	35,88

10.228,26

DESAYUNO	2.028,39
REFRIGERIO AM	1.171,62
ALMUERZO	4.252,58
REFRIGERIO PM	737,19
CENA	2.038,47
TOTAL	**10.228,26**

IGUAL

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS A 6 AÑOS 11 MESES
MINUTA 14

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate pastas	11	11	120 cc (4 onzas)	24,32	267,52
		Leche liquida	90	90		2,95	265,50
		Panela	13	13		4,23	55,03
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	30	30	1 und mediana	14,04	421,27
	AREPA	Arepa Amarilla	40	40	1 und mediana	4,55	182,02
		Margarina	4	4		16,07	64,27
	FRUTA	Papaya	100	80	1 und mediana	3,74	373,83
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	PUDIN DE NARANJA	Maizena	12	12	1 porc (20 gr)	21,85	262,22
		Huevo	5	5		373,00	373,00
		Naranja	75	34		3,33	249,50
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	LECHE LIQUIDA	Leche liquida	90	90	90 cc (3½ onzas)	2,95	265,50
ALMUERZO	SANCOCHO DE POLLO	Pollo muslo	90	60	100 cc (48 gr de pollo sin hueso)	15,03	1.353,10
		Platano verde	20	15		3,98	79,60
		Papa comun	20	15		3,51	70,22
		Yuca	15	10		2,35	35,18
		Arracacha	15	10		4,61	69,12
		Mazorca	20	10		5,15	102,93
		Cebolla larga	5	5		7,40	37,00
		Tomate Chonto	5	5		3,90	19,50
		cilantro	5	5		8,75	43,75
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ BLANCO	Arroz	23	23	4 cdas soperas (52 gr)	3,58	82,27
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	AGUACATE	Aguacate	30	20	1 porc pequeña	6,60	197,98
	BANANO	Banano	100	80	1 und pequeña	4,48	448,00
	JUGO DE LULO	Lulo	75	34	150 cc (5 onzas)	7,00	525,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88
REFRIGERIO DE LA TARDE	JUGO DE MANDARINA	Mandarina	87,5	34	180 cc (6 onzas)	5,55	485,32
		Azucar	12	12		2,99	35,88
	PAN DULCE	Pan croissant	20	20	1 und pequeña	20,27	405,39
COMIDA-CENA	SUDADO DE CARNE DE RES	Carne magra	60	60	1 porción mediana (38 gr sin hueso)	24,15	1.449,00
		Platano maduro	20	17		3,80	76,00
		Papa comun	20	17		3,51	70,22
		Cebolla cabezona	17	15		2,82	47,86
		Tomate chonto	8	6		3,90	31,20
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ARROZ CON ARVEJA	Arroz	30	30	4 cdas soperas (67 gr)	3,58	107,31
		Arveja seca	5	5		2,33	11,67
		Aceite	5	5		11,99	59,97
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	ENSALADA MIXTA	Lechuga batavia	15	10	3½ cudas soperas	1,89	28,34
		Zanahoria	25	20		2,85	71,13
		Pepino	10	5		4,67	46,67
		Cebolla cabezona	10	5		2,82	28,15
		Limón	10	3		5,74	57,45
		Sal	0,5	0,5		1,29	0,65
	JUGO DE FRUTA	Tomate de arbol	75	34	150 cc (5 onzas)	4,88	366,00
		Azucar	12	12		2,99	35,88

DESAYUNO	1.629,44
REFRIGERIO AM	1.186,10
ALMUERZO	3.160,78
REFRIGERIO PM	926,59
CENA	2.548,73
TOTAL	**9.451,65**

IGUAL

9.451,65

Escaneado con CamScanner

NUTRIICIONSTA-DIETISTA
CC No.42093882