

MENUS RACIÓN PREPARADA EN SITIO - ALMUERZO

Menú No. 1

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
PECHUGA SUDADA	Carne de pollo, pechuga sin piel	F085	65	70	80	108	119,0
	Tomate, pulpa	B103	15	15	15	15	15
	Cebolla junca, tallos	B029	5	5	15	10	10
	Pimentón rojo	B080	10	10	15	10	10
	Ajo	B009	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
ARROZ DE CEBOLLA JUNCA	Arroz blanco, crudo	A010	30	45	50	60	70
	Cebolla junca, tallos	B029	8	8	10	7,5	7,5
YUCA AL VAPOR	Yuca, cruda	B107	75	80	130	130	130
ENSALADA VERDE (Repollo pepino tomate)	Repollo, hojas frescas	B099	26,4	26,4	26,4	26,4	26,4
	Pepino, crudo	B077	38,0	38,0	38,0	38,0	38,0
	Cebolla	B027	27,8	27,8	22,2	22,2	22,2
	Tomate, pulpa	B103	18	18	18	18	18
JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE	Tomate de árbol amarillo, maduro, pulpa	C082	70,0	100	110	120	120
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7	8	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9	11	14	16
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	24	24
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 2

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CERDO APANADO	Carne de cerdo, semigorda cruda	F013	60	65	74,0	100,0	110,0
	Ajo	B009	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1
	Harina de trigo	A039	3,0	3,0	5,0	5,0	5,0
	Huevo de gallina	J004	5,0	20,0	20,0	20,0	20,0
	Tostada	A087	10,0	10,0	10,0	20,0	20,0
ESPAGUETIS EN SALSA ROJA	Pasta alimenticia	A072	40	45	50	60	70
	Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	20,0	20,0	20,0
	Cebolla junca, tallos	B029	5,0	5,0	10,0	10,0	10,0
TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	85,0	100,0	167,0	180,0	180,0

GUIISO DE AHUYAMA	Ahuyama C. mixta, sin cáscara, cruda	B005	30,0	75,0	75,0	75,0	75,0
	Tomate, pulpa	B103	6,0	6,0	15,0	15,0	15,0
	Cebolla junca, tallos	B029	7,5	7,5	15,0	15,0	15,0
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, maduro, pulpa	C031	80,0	80,0	100,0	90,0	90,0
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Azúcar	K003	6,0	7,0	8,0	10,0	10,0
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9,0	11,0	14,0	16
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,0	13,0	24,0	24,0
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 3

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
CARNE A LA PLANCHA	Carne de res, pierna	F099	60,00	65	74,0	100,0	110,0
	Ajo	B009	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
FRIJOL ROJO GUISADO	Fríjol rojo	T011	10,0	20,0	20,0	30,0	30,0
	Plátano hartón, verde, crudo	B092	8,3	8,3	20,0	25,0	25,0
	Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	20,0	20,0	20,0
	Cebolla junca, tallos	B029	7,5	7,5	15,0	15,0	15,0
	Ajo	B009	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1
ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	30	45	50,0	60,0	70
	Cebolla junca, tallos	B029	7,5	7,5	7,5	7,5	7,5
PAPA CRIOLLA AL VAPOR	Papa común, con cáscara, cruda	B065	50,0	75,0	140,0	135,0	135,0
ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y HUEVO	Tomate, pulpa	B103	37,5	37,5	37,5	37,5	37,5
	Cebolla	B027	28	28	33,3	33,3	33,3
	Huevo de gallina	J004	20,0	45,0	45,0	45,0	45,0
JUGO DE PATILLA	Patilla, maduro, pulpa	C079	150,0	150,0	160,0	160,0	160,0
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7,0	8,0	10,0	10,0
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9,0	11,0	14,0	16
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 4

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
-----------------------	---------------------------------------	---------------------	------------	-------------	---------	------------	------------------------------

	(Ingredientes)	ALIMENTO	PESO BRUTO (g)				
PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	Carne de pollo, pechuga sin piel	F085	65,00	70	80	108	119,00
	Tomate, pulpa	B103	8	8	8	8	8
	Pimentón rojo	B080	2	2	8	8	8
	Cebolla junca, tallos	B029	2	2	8	8	8
	Ajo	B009	1	1	1	1	1
ARROZ ZANAHORIA	Arroz blanco, crudo	A010	30	45	50	60	70
	Zanahoria, cruda	B110	5	5	8	8	8
MONEDITAS DE PLÁTANO	Plátano hartón, verde, crudo	B092	100	100	167	167	167
ENSALADA REPOLLO (Repollo, Cebolla, Tomate)	Repollo, hojas frescas	B099	28,6	28,6	32,0	32,0	32,0
	Cebolla	B027	27,8	27,8	27,8	27,8	27,8
	Tomate, pulpa	B103	18	18	22	22	22
JUGO DE MANGO CON LECHE	Mango, maduro, pulpa	C051	120	120	120	130	130
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7	8,0	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9	11,0	14	16
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13,0	24	24
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 5

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CARNE GOULASH	Carne de res, pierna	F099	60,00	65	74,0	100,0	110,0
	Tomate, pulpa	B103	12,50	13	18	18	18
	Cebolla junca, tallos	B029	7,50	8	18	18	18
FRIJOL CABEZA NEGRA GUISADO	Fríjol cabecita negra	T007	5,00	20	20	30	30
	Zanahoria, cruda	B110	5,88	6	10	10	10
	Tomate, pulpa	B103	12,50	13	13	13	13
	Cebolla junca, tallos	B029	7,50	8	8	8	8
	Ajo	B009	1,05	1	1	1	1
ARROZ CON AJO	Arroz blanco, crudo	A010	30,00	45	50	60	70
	Ajo	B009	1,10	1	1	1	1
PAPA CHORREADA	Papa común, con cáscara, cruda	B065	75,00	80	130	125	125
	Tomate, pulpa	B103	12,50	13	13	13	13
	Cebolla junca, tallos	B029	12,50	13	13	13	13
ENSALADA SEMIRUSA	Zanahoria, cruda	B110	29,41	29	35	35	35
	Cebolla	B027	27,80	28	33	33	33
	Huevo de gallina	J004	27,00	27	36	36	36

JUGO DE MARACUYA	Maracuyá, maduro, pulpa	C056	109,00	109	109	109	109
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7	8	10	10
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9	11	14	16
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 6

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
PECHUGA APANADA	Carne de pollo, pechuga sin piel	F085	65,00	70,00	80	108	119,00
	Harina de trigo	A039	3,00	3,00	5,0	5,0	5,0
	Huevo de gallina	J004	5,56	5,56	20,0	11,1	11,1
	Ajo	B009	1,05	1,05	2	2	2
ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	30,00	45,00	50	60	70
PAPA CON CÁSCARA AL VAPOR	Papa común, con cáscara, cruda	B065	75,00	80,00	130	125	125
ENSALADA DE HABICHUELA, ZANAHORIA, TOMATE Y CEBOLLA	Habichuela, cruda	B051	11,11	11,11	11	11	11
	Zanahoria, cruda	B110	11,76	11,76	12	12	12
	Tomate, pulpa	B103	31,25	31,25	38	38	38
	Cebolla	B027	27,80	27,80	28	28	28
	Limón, pulpa	C044	2,00	2,00	2	2	2
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, maduro, pulpa	C031	80,00	80,00	90	90	90
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7,00	8,0	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9,00	11,0	14	16
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	13,0	24	24
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 7

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CARNE EN CEBOLLADA	Carne de res, pierna	F099	60,00	65,00	74,0	100	110,0
	Cebolla	B027	6	6,00	11	11	11
	Ajo	B009	1	1,05	1	1	1
	Lenteja	T026	5	20,00	20,0	30,0	30,0

LENTEJA GUISADAS	Zanahoria, cruda	B110	8	8,00	12,0	12,0	12,0
	Tomate, pulpa	B103	5	5,00	10,0	6,3	6,3
	Cebolla junca, tallos	B029	5	5,00	10,0	7,5	7,5
	Ajo	B009	1	1,00	1,1	1,1	1,1
ARROZ CON FIDEOS	Arroz blanco, crudo	A010	30	45,00	50	60	70
	Cebolla junca, tallos	B029	5	5,00	7,5	7,5	7,5
	Pasta fina	A074	5	5,00	5,0	5,0	5,0
MADURO COCIDO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	100	100,00	167,0	167,0	167,0
ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO	Tomate, pulpa	B103	25	25,00	40,0	40,0	40,0
	Pepino, crudo	B077	40	40,00	37,3	37,3	37,3
	Cilantro, hojas	B035	1	1,11	1,1	1,1	1,1
	Limón, pulpa	C044	2	2,00	2,0	2,0	2,0
JUGO DE BANANO CON LECHE	Banano común, maduro, pulpa	C010	86	85,71	100,0	85,7	85,7
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7,00	8,0	10,0	10,0
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	4	5,00	7,0	5,0	8
	Mantequilla	D015	3	4,00	4,0	9,0	8,0
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	13,0	24,0	24,0
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 8

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
PECHUGA A LA PLANCHA	Carne de pollo, pechuga sin piel	F085	65,00	70,00	80	108	119,00
	Ajo	B009	1	1,05	1	1	1
ESPAGUETIS EN SALSA	Pasta alimenticia	A072	40	45,00	50	60	70
	Cebolla	B027	6	6,00	6	6	6
	Tomate, pulpa	B103	6	6,00	15	15	15
PALITOS DE YUCA	Yuca, cruda	B107	78	75,00	125	125	125
ENSALADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y TOMATE	Repollo, hojas frescas	B099	29	28,57	31	31	31
	Zanahoria, cruda	B110	18	17,65	22	22	22
	Tomate, pulpa	B103	19	18,75	24	24	24
	Limón, pulpa	C044	2	2,00	3	3	3
JUGO DE MANGO CON LECHE	Mango, maduro, pulpa	C051	120	120,00	140	120	120
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7,00	8,0	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9,00	11,0	14	16
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	13,0	24	24

EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 9

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CARNE EN BISTEC	Carne de res, pierna	F099	60	65,00	74	100	110,0
	Tomate, pulpa	B103	13	13,00	22	22	22
	Cebolla	B027	8	8,00	18	18	18
	Ajo	B009	1	1,10	1,1	1,1	1,1
FRIJOL BLANCO	Fríjol blanco	T005	5	20,00	20	30	30
	Tomate, pulpa	B103	4	4,00	8	8	8
	Cebolla junca, tallos	B029	4	4,00	8	8	8
	Ajo	B009	1	1,05	1,05	1,05	1,05
ARROZ CON CEBOLLA JUNCA	Arroz blanco, crudo	A010	30	45,00	50	60	70
	Cebolla junca, tallos	B029	8	8,00	8	8	8
PAPA A LA FRANCESA	Papa común, con cáscara, cruda	B065	75	75,00	130	125	125
ENSALADA MIXTA	Tomate, pulpa	B103	38	37,50	50	50	50
	Cebolla	B027	22	22,22	22,2	22,2	22,2
	Aguacate hass, maduro, pulpa	C001	26	25,50	25,5	25,5	25,5
	Limón, pulpa	C044	1	1,00	1	1	1
JUGO DE PIÑA	Piña, maduro, pulpa	C072	109	109,00	120	109	109
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7,00	8,0	10	10
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9,00	11,0	14	16
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 10

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CERDO ASADO CON AJO	Carne de cerdo, semigorda cruda	F013	60	65,00	74,0	100	110,0
	Ajo	B009	1	1,05	1,05	1,05	1,05
	Pimentón rojo	B080	20	20,00	44,0	44,0	44,0
ARROZ CON HABICHUELA	Arroz blanco, crudo	A010	30	45,00	50	60	70
	Cebolla	B027	18	18,00	20	20	20

	Habichuela, cruda	B051	20	20,00	22	22	22
PATACON	Plátano hartón, verde, crudo	B092	95	100,00	166,6666667	166,6666667	166,6666667
ENSALDA DE REMOLACHA CON CEBOLLA, PIMENTON Y TOMATE	Remolacha, sin cáscara, cruda	B097	19	19,00	27	27	27
	Cebolla	B027	5	5,00	6	6	6
	Pimentón rojo	B080	16	16,00	17	17	17
	Tomate, pulpa	B103	20	20,00	24	24	24
JUGO DE MORA	Mora de castilla, pulpa	C061	67	66,67	70,0	66,7	75
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7,00	8	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	2	200	200	220	220
	Mantequilla	D015	5	4,00	7	9	8
AGUA	Agua	NA	180	5,00	4	5	8,0
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 11

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CARNE MECHADA	Carne de res, pierna	F099	60	65	74,0	100	110,0
	Tomate, pulpa	B103	6	6	6,25	6,25	6,25
	Cebolla junca, tallos	B029	8	8	7,5	7,5	7,5
	Huevo de gallina	J004	7	7	22,0	22,0	22,0
	Ajo	B009	3	3	3	3	3
FRIJOL CABECITA NEGRA GUISADO	Fríjol cabecita negra	T007	5	20	20	30	30
	Zanahoria, cruda	B110	6	6	10	10	10
	Tomate, pulpa	B103	6	6	10	10	10
	Cebolla junca, tallos	B029	8	8	8	8	8
	Tostada	A087	10	10	10	10	10
	Ajo	B009	1	1	1	1	1
ARROZ CON CEBOLLA JUNCA	Arroz blanco, crudo	A010	30	45	50	60	70
	Cebolla junca, tallos	B029	8	8	8	8	8
MONEDITAS DE PLÁTANO	Plátano hartón, verde, crudo	B092	100	100	166,6666667	166,6666667	166,6666667
ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA	Tomate, pulpa	B103	31	31	40	40	40
	Cebolla	B027	28	28	31	31	31
	Limón, pulpa	C044	2	2	2	2	2
JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE	Tomate de árbol amarillo, maduro, pulpa	C082	100	100	120	100	100
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7	8,0	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9	11,0	14	16
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13,0	24	24

EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 12

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
PECHUGA AL AJILLO	Carne de pollo, pechuga sin piel	F085	65,00	70	80	108	119,00
	Ajo	B009	1,05	1,05	2,00	2,00	2,00
ESPAGUETIS EN SALSA ROJA	Pasta alimenticia	A072	40	45	50	60	70
	Tomate, pulpa	B103	13	13	22	22	22
	Cebolla junca, tallos	B029	10	10	20	20	20
	Ajo	B009	1,05	1,05	1,05	1,05	1,05
YUCA AL VAPOR	Yuca, cruda	B107	75	75	125	125	125
ENSALADA VERDE (pepino, repollo, tomate)	Pepino, crudo	B077	24	24	30	30	30
	Repollo, hojas frescas	B099	20	20	22	22	22
	Tomate, pulpa	B103	17	17	22	22	22
JUGO DE BANANO CON LECHE	Banano común, maduro, pulpa	C010	86	86	86	86	86
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7	8,0	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9	11,0	14	16
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13,0	24	24
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 13

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CERDO SALTEADO CON CEBOLLA	Carne de cerdo, semigorda cruda	F013	60	65,00	74,0	100,0	110,0
	Cebolla	B027	12	12,00	20	20	20
FRIJOL ROJO GUISADO	Fríjol rojo	T011	5	20,00	20	30	30
	Tomate, pulpa	B103	6	6,25	15	15	15
	Cebolla junca, tallos	B029	8	7,50	15	15	15
ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	30	45,00	50	60	70
PURE DE PAPA	Papa común, con cáscara, cruda	B065	75	75,00	130	125	125
ENASALADA DE VERDURAS SALTEADAS	Zanahoria, cruda	B110	24	24,00	24	24	24
	Pimentón rojo	B080	13	12,50	20	20	20

(Zanahoria, pimenton verde y rojo, cebolla.	Pimentón verde	B081	11	11,11	14	14	14
	Cebolla	B027	11	11,11	13	13	13
JUGO DE PIÑA	Piña, maduro, pulpa	C072	109	109,00	120	109	109
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7,00	8,0	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9,00	11,0	14	16
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	13,0	24	24
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 13

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
PECHUGA CON VERDURAS SALTEADAS	Carne de pollo, pechuga sin piel	F085	65,00	70,00	80	108	119,00
	Pimentón rojo	B080	4	4,00	8	8	8
	Pimentón verde	B081	3	3,00	6	6	6
	Cebolla	B027	3	3,00	6	6	6
	Ajo	B009	2	2,00	2	2	2
ARROZ VERDE	Arroz blanco, crudo	A010	30	45,00	50	60	70
	Espinaca, cruda	B044	10	10,00	10	10	10
PAPA CHORRIADA	Papa común, con cáscara, cruda	B065	75	75,00	130	125	125
	Tomate, pulpa	B103	6	6,25	14	14	14
	Cebolla junca, tallos	B029	8	7,50	8	8	8
ENSALADA DE PEPINO	Pepino, crudo	B077	40	40,00	40	40	40
	Tomate, pulpa	B103	13	13,00	13	13	13
	Cebolla	B027	25	25,00	22	22	22
JUGO DE MANGO CON LECHE	Mango, maduro, pulpa	C051	120	120,00	130	130	130
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6	7,00	10	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	4	5,00	8,0	9	8
	Mantequilla	D015	3	4,00	11,0	5	8,0
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	13,0	24	24
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 15

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CERDO APANADO	Carne de cerdo, semigorda cruda	F013	60	65	74,0	100,0	110,0
	Ajo	B009	1	1	1	1	1
	Harina de trigo	A039	5	15	15	15	15
	Tostada	A087	7	13	13	13	13
	Huevo de gallina	J004	10	20	20	20	20
ARROZ CON COCO	Arroz blanco, crudo	A010	30	45	50	60	70
	Coco	C019	25	25	25	25	25
TAJADAS DE PLATANO MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	100	100	167	167	167
ENSALADA HOLANDESA(Habichuela tomate y pepino)	Habichuela, cruda	B051	31	31	19	19	19
	Tomate, pulpa	B103	31	31	44	44	44
	Pepino, crudo	B077	11	11	11	11	11
	Vinagre	L018	1	1	2	2	2
JUGO DE MARACUYÁ	Maracuyá, maduro, pulpa	C056	109	109	120	109	200,0
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7	8,0	10	10
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9	11,0	14	16
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 16

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CERDO EN BISTEC	Carne de cerdo, semigorda cruda	F013	60	65	74,0	100	110,0
	Tomate, pulpa	B103	4	4	15	15	15
	Cebolla junca, tallos	B029	4	4	10	10	10
	Ajo	B009	1	1	1	1	1
ARROZ CAMPESINO	Arroz blanco, crudo	A010	30	45	50	60	70
	Cebolla junca, tallos	B029	10	10	15	15	15
	Zanahoria, cruda	B110	6	6	8	8	8
TAJADAS DE MADURO	Plátano hartón, maduro, crudo	B089	100	100	167	167	167
GUIZO DE HABICHUELA	Habichuela, cruda	B051	30	30	40	40	40
	Tomate, pulpa	B103	15	15	20	20	20
	Cebolla	B027	12	12	22	22	22
JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE	Tomate de árbol amarillo, maduro, pulpa	C082	100	100	110	100	100
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6	7	8	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	4	5	7	5	8

EN LAS PREPARACIONES	Mantequilla	D015	3	4	4	9	8,0
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	24	24
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 17

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CARNE DESMECHADA	Carne de res, pierna	F099	60	65,00	74,0	100	110,0
	Tomate, pulpa	B103	6,3	6,25	6,3	6,3	6,3
	Cebolla junca, tallos	B029	7,5	7,50	7,5	7,5	7,5
	Huevo de gallina	J004	13,3	13,33	21,3	21,3	21,3
	Ajo	B009	1	1,00	1	1	1
FRIJOL BLANCO	Fríjol blanco	T005	5	20,00	20	30	30
	Tomate, pulpa	B103	15	20,00	15	15	15
	Cebolla junca, tallos	B029	8	7,50	10	10	10
	Tostada	A087	10	10,00	10	10	10
	Ajo	B009	1	1,00	1,00	1,00	1,00
ARROZ CON FIDEOS	Arroz blanco, crudo	A010	30	45,00	50	60	70
	Pasta fina	A074	5	5,00	5	5	5
YUCA COCIDA	Yuca, cruda	B107	75	75,00	130	125	125
ENSALADA DE REMOLACHA ZANAHORIA Y CEBOLLA	Cebolla	B027	15	15,00	20	20	20
	Zanahoria, cruda	B110	14	14,00	20	20	20
	Remolacha, sin cáscara, cruda	B097	31	31,00	31	31	31
	Limón, pulpa	C044	1	1,00	1	1	1
JUGO DE BANANO CON LECHE	Banano común, maduro, pulpa	C010	85	85,00	110	95	95
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7,00	8,0	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9,00	11,0	14	16
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	13,0	24	24
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 18

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
-----------------------	---------------------------------------	---------------------	------------	-------------	---------	------------	------------------------------

	(Ingredientes)	ALIMENTO	PESO BRUTO (g)				
PECHUGA SALTEADA CON ESPECIAS	Carne de pollo, pechuga sin piel	F085	65,00	70,00	80	108	119,00
	Tomate, pulpa	B103	8	8,00	12	12	12
	Cebolla junca, tallos	B029	8	8,00	12	12	12
	Ajo	B009	1	1,05	1	1	1
ARROZ CON ZANAHORIA	Arroz blanco, crudo	A010	30	45,00	50	60	70
	Cebolla junca, tallos	B029	12	12,00	18	18	18
	Zanahoria, cruda	B110	5	5,00	6	6	6
PURE DE PAPA	Papa común, con cáscara, cruda	B065	75	75,00	130	125	125
ENSALADA DE ESPINACA	Espinaca, cruda	B044	36	36,00	36	36	36
	Tomate, pulpa	B103	18	18,00	21	21	21
	Cebolla	B027	16	16,00	20	20	20
JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, maduro, pulpa	C031	80	80,00	120	90	90
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6	7,00	10	10	10
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	4	5,00	4	6	8
	Mantequilla	D015	3	4,00	7	8	8,0
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13,00	13	24	24
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 19

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
CERDO AL AJILLO	Carne de cerdo, semigorda cruda	F013	60	65,00	74,0	100	110,0
	Pimentón rojo	B080	15	15,00	25	25	25
	Cebolla	B027	5	5,00	10	10	10
	Ajo	B009	1,1	1,10	1,1	1,1	1,1
LENTEJAS	Lenteja	T026	5	20,00	20	30	30
	Zanahoria, cruda	B110	4	4,00	10	10	10
	Tomate, pulpa	B103	16	16,00	20	20	20
	Cebolla junca, tallos	B029	4	4,00	20	20	20
	Ajo	B009	1	1,05	1,05	1,05	1,05
ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	30	45,00	50	60	70
PALITOS DE YUCA	Yuca, cruda	B107	75	75,00	125	125	125
ENSALADA DE TOMATE, PIMENTON, Y CEBOLLA	Pimentón rojo	B080	29	29,00	34	34	34
	Tomate, pulpa	B103	19	18,75	25,0	25,0	25,0
	Cebolla	B027	11	11,11	13,3	13,3	13,3
	Limón, pulpa	C044	2	2,00	2	2	2

JUGO DE PIÑA	Piña, maduro, pulpa	C072	109	109,09	120	109	109
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6	7,00	8	10	10
AGUA	Agua	NA	180	200	200	220	220
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	4	5,00	4	8	8
EN LAS PREPARACIONES	Mantequilla	D015	3	4,00	7	6	8,0
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							

Menú No. 20

NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PREESCOLAR	1°, 2° Y 3°	4° Y 5°	SECUNDARIA	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO
			PESO BRUTO (g)				
PECHUGA SALTEADA CON CEBOLLA Y TOMATE	Carne de pollo, pechuga sin piel	F085	65,00	70,00	80	108	119,00
	Tomate, pulpa	B103	10	10,00	18	18	18
	Cebolla junca, tallos	B029	10	10,00	12	12	12
	Ajo	B009	1	1,05	1	1	1
ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	Pasta alimenticia	A072	40	45,00	50	60	70
	Tomate, pulpa	B103	12	12,00	20	20	20
	Cebolla junca, tallos	B029	10	10,00	15	15	15
	Pimentón rojo	B080	10	10,00	15	15	15
	Ajo	B009	1	1,05	1	1	1
DEDOS DE PAPA	Papa común, con cáscara, cruda	B065	75	75,00	130	125	125
	Huevo de gallina	J004	8	8,00	10	10	10
	Harina de trigo	A039	8	8,00	10	10	10
ENSALADA FRESCA (Repollo, Zanahoria, Tomate)	Repollo, hojas frescas	B099	29	28,57	37	37	37
	Zanahoria, cruda	B110	18	17,65	21	21	21
	Tomate, pulpa	B103	19	18,75	20	20	20
	Limón, pulpa	C044	2	2,00	2	2	2
JUGO DE MARACUYA	Maracuyá, maduro, pulpa	C056	109	109,00	120	109	200,0
EN LAS PREPARACIONES	Azúcar	K003	6,0	7,00	8,0	220	10
AGUA	Agua	NA	180	200	200	10	220
EN LAS PREPARACIONES	Aceite, refinado, de palma	D012	7	9,00	11,0	14	16
EN LAS PREPARACIONES	Sal	L015	1	1	1	2	2
TOTAL							