PROCESO: Asistencia territorial y desarrollo institucional		**Formato acta de asistencia técnica, capacitación o reunión**		**Código:**	MI-AT-FO002-1-1
				Versión:	2
				Fecha:	28/01/2022
TIPO DE PROCESO:	Estratégico:	Misional: X	Apoyo:	Evaluación:	

ACTA No. 10 del 2026

Fecha: 09 de septiembre de 2026	**Lugar o medio:** Plataforma Microsoft Teams.
Hora de Inicio: 10:00 am	**Hora de finalización:** 11:30 am
Dirigida por: Francy Anyelit Hernández Galarza	
Objetivo: Dar continuidad al proceso de concertación del Plan Alimentario Indígena Propio (PAIP) para la vigencia 2027, mediante la socialización, revisión y ajuste de los componentes relacionados con el ciclo de menús, mecanismos de almacenamiento, conservación, cocción y transporte de alimentos, preparaciones tradicionales, compra local, talento humano, dotación, elementos de aseo, combustible y demás aspectos necesarios para la prestación del servicio de alimentación escolar en los establecimientos educativos del municipio de Carurú, teniendo en cuenta las particularidades territoriales, culturales y alimentarias de las comunidades indígenas.	

Agenda

1. Saludo Inicial, contextualización y continuidad de la mesa de concertación del PAIP 2027.
2. Revisión del ciclo de veinte (20) menús y observaciones relacionadas con el componente alimentario.
3. Socialización y revisión de los mecanismos de almacenamiento, conservación, cocción y transporte de alimentos.
4. Revisión de las guías de preparación de alimentos y preparaciones tradicionales.
5. Revisión de las condiciones de acceso, logística y distribución de alimentos.
6. Revisión y concertación de la compra local.
7. Socialización del componente de talento humano, dotación y elementos de aseo.
8. Revisión de combustible, gastos administrativos y periodicidad de entregas.
9. Observaciones, conclusiones y compromisos.

Desarrollo

1. **Saludo inicial, contextualización y continuidad de la mesa de concertación del PAIP 2027.**

El día 9 de septiembre de 2026 se llevó a cabo una mesa de trabajo virtual mediante la plataforma Microsoft Teams, con la participación del señor Jhon Leiver Ramírez Neira, presidente y representante legal de la Zonal ASATAV, y de las profesionales en nutrición Francy Anyelit Hernández Galarza y Dayra Liney Manrique Torres, integrante del equipo PAE de la Secretaría de Educación Departamental del Vaupés.

La reunión se desarrolló con el propósito de dar continuidad al proceso de concertación del Plan Alimentario Indígena Propio (PAIP) para la vigencia 2027, retomando los avances de la mesa de trabajo adelantada el 6 de mayo de 2026 en el Colegio Pluriétnico de Carurú, en la cual participaron representantes de las autoridades tradicionales, estudiantes y el equipo de la Secretaría de Educación Departamental.

Durante aquella jornada se realizó la revisión y concertación del conjunto de veinte (20) menús variados, completos y culturalmente pertinentes para la modalidad de complemento alimentario jornada de la mañana.

En esta oportunidad, se procedió a revisar las observaciones consignadas en el documento previamente construido, así como a socializar los demás componentes del PAIP, con el propósito de identificar ajustes y recomendaciones que permitieran fortalecer su pertinencia territorial y cultural para la vigencia 2027.

ASCH

2. **Revisión del ciclo de menús y observaciones del componente alimentario**

La profesional en nutrición realizó un recorrido por el ciclo de veinte (20) menús, organizado en cuatro semanas, retomando las preparaciones y alimentos concertados previamente con los representantes de la comunidad educativa.

Durante esta revisión, el señor Jhon Leiver Ramirez Neira manifestó una observación específica relacionada con la preparación tradicional denominada **muñica de pescado**, señalando la importancia de utilizar preferiblemente pescado de cuero, teniendo en cuenta el riesgo de atoramiento por espinas, especialmente en los estudiantes de menor edad.

En este sentido, mencionó especies locales como el pintadillo y el valentón, recomendando que se incluyera esta precisión en las observaciones del ciclo de menús.

Asimismo, se revisó la recomendación de priorizar el suministro de pescado con pocas espinas para los estudiantes de primaria, considerando que, según la disponibilidad de especies en el territorio, también pueden encontrarse pescados de escama que presentan menor cantidad de espinas.

El representante manifestó estar de acuerdo con mantener una redacción que permitiera cierta flexibilidad en la selección de especies, sin desconocer las condiciones de seguridad durante el consumo.

De igual manera, se retomaron las observaciones relacionadas con la disponibilidad estacional de frutas, estableciendo que las denominaciones "fruta entera en cosecha", "jugo de fruta en cosecha" y otras preparaciones a base de frutas locales permiten ajustar el suministro al calendario ecológico, respetando los periodos de producción propios de la región.

Respecto al suministro de pescado, se reiteró la importancia de priorizar especies locales y de temporada. También se socializó que, en caso de una eventual ampliación de cobertura hacia establecimientos educativos rurales, podrían requerirse alternativas de conservación y suministro, teniendo en cuenta las dificultades para disponer permanentemente de pescado fresco.

Durante la revisión del documento se identificó una referencia territorial que no correspondía al municipio de Carurú, relacionada con el raudal de Guaracapurí. Frente a ello, el señor Jhon Leiver aclaró que dicho lugar no corresponde a esta zona y sugirió tener como referencia el sector del raudal de Yuruparí, donde habitantes del municipio realizan actividades de pesca.

Finalmente, se revisó el ciclo de menús previsto para los establecimientos educativos de la zona rural, aclarando que su aplicación dependería de una eventual ampliación de cobertura del PAE y que dicha posibilidad no constituía una confirmación de atención para la vigencia 2027.

El representante manifestó conformidad general con los menús revisados, dejando como principal recomendación la precisión relacionada con el tipo de pescado utilizado en la preparación de muñica.

3. **Mecanismos de almacenamiento, conservación, cocción y transporte de alimentos**

Se dio continuidad a la revisión del componente correspondiente a los mecanismos de almacenamiento, conservación, cocción y transporte de alimentos, teniendo en cuenta los medios disponibles y las particularidades culturales y territoriales

de las comunidades indígenas.

La profesional en nutrición explicó que, independientemente de la naturaleza del operador encargado de la prestación del servicio, se deben garantizar condiciones que prevengan la contaminación, proliferación de microorganismos y deterioro de los alimentos durante los procesos de recepción, almacenamiento, preparación y distribución.

Almacenamiento de alimentos

Se socializaron las condiciones mínimas para el almacenamiento de materias primas e insumos, destacando la necesidad de contar con espacios limpios, secos, organizados y debidamente identificados.

Asimismo, se explicó la importancia de implementar registros de recepción de materias primas, controles de inventario mediante Kardex, rotación de productos bajo el principio de primeras entradas y primeras salidas, identificación de alimentos trasvasados y separación de productos no conformes.

Se reiteró que aquellos alimentos que presenten alteraciones en sus características, fechas de vencimiento caducadas o posibles riesgos de contaminación deberán ser retirados del área destinada al consumo y registrados en los formatos correspondientes.

De igual manera, se socializó la necesidad de mantener los productos de aseo, detergentes y desinfectantes en espacios separados de los alimentos, evitando posibles riesgos de contaminación química.

Métodos tradicionales de conservación

Posteriormente, se abordaron los métodos de conservación tradicionales utilizados en el territorio, particularmente el moqueado o ahumado y el salado de alimentos.

Durante la explicación del proceso de moqueado, se revisaron las etapas de preparación del alimento, adecuación de la estructura para el ahumado, utilización de leña, exposición al humo y condiciones posteriores de almacenamiento.

En este punto, el señor Jhon Leiver Ramírez Neira indicó que algunas especies de madera mencionando el cabo de hacha y otras denominaciones locales registradas durante la reunión, esta observación permitió reconocer la importancia de ajustar las orientaciones a las prácticas ancestrales y a los recursos disponibles en el contexto local.

También se revisó el método de salado, sus procedimientos generales y las recomendaciones de higiene, manipulación y conservación de los alimentos.

El representante manifestó conformidad general con los mecanismos socializados.

4. Revisión de las preparaciones tradicionales y guías de preparación

Se realizó la socialización de las guías de preparación de alimentos incluidas en el documento del PAIP, con el propósito de verificar su correspondencia con las prácticas alimentarias tradicionales del municipio.

Entre las preparaciones revisadas se encontraron:

- **Muñica de pescado.**
- **Casabe de almidón.**
- **Caldo de pescado.**
- **Majule con leche.**
- **Chivé de fruta en cosecha.**
- **Mingado de fruta en cosecha.**

La profesional en nutrición dio lectura a los procedimientos de preparación, explicando los ingredientes y las etapas generales de elaboración.

Durante la revisión, el señor Jhon Leiver Ramírez Neira manifestó que los procedimientos descritos correspondían, en términos generales, a las formas de preparación conocidas en el territorio.

Se realizaron observaciones menores relacionadas con la redacción y terminología de algunas preparaciones, particularmente en el procedimiento de la muñica de pescado.

Asimismo, se precisó que ingredientes como el ají pueden incorporarse de manera opcional, de acuerdo con las costumbres alimentarias y las características de cada preparación.

Con esta revisión se buscó conservar los conocimientos ancestrales asociados a la gastronomía indígena, procurando que las guías de preparación mantengan su identidad cultural.

Posteriormente, se abordaron las medidas para prevenir la contaminación cruzada durante la recepción, almacenamiento y preparación de alimentos, resaltando el lavado y desinfección de manos, la higiene de equipos y utensilios, y el cumplimiento de las condiciones sanitarias durante la operación.

5. Condiciones de acceso, logística y transporte de alimentos

Se socializaron las particularidades geográficas y logísticas del departamento del Vaupés, destacando las dificultades de abastecimiento de productos alimentarios provenientes de otras regiones del país y la dependencia del transporte aéreo y fluvial.

Durante la revisión de las rutas de acceso hacia el municipio de Carurú, se abordaron los recorridos desde Mitú y desde el departamento del Guaviare.

El señor Jhon Leiver Ramírez Neira realizó una precisión importante frente a los tiempos de transporte fluvial desde Calamar hacia Carurú, manifestando que estos varían significativamente según la temporada climática.

Indicó que durante la época de invierno el desplazamiento puede tardar aproximadamente entre cuatro (4) y cinco (5) días, mientras que en temporada de verano puede extenderse hasta ocho (8) días debido a la disminución del nivel de los ríos y las dificultades para la navegación.

Se destacó que estas condiciones deben considerarse durante la planeación logística, especialmente para el transporte de

alimentos perecederos y otros insumos necesarios para la prestación del servicio.

Posteriormente, se revisaron las rutas y tiempos aproximados de desplazamiento hacia diferentes establecimientos educativos rurales, entre ellos Arara, Bacatí, La Libertad, El Carmen, El Palmar, Puerto Valencia, Puerto Esperanza y Pucarón.

Durante esta revisión, el representante realizó precisiones relacionadas con la ubicación geográfica de algunas comunidades, particularmente la referencia al municipio de Miraflores, Guaviare, y la utilización de Calamar como punto de tránsito y abastecimiento fluvial.

Se acordó incorporar las correcciones territoriales y revisar los aspectos de redacción y ortografía identificados.

Se reiteró que la información relacionada con los establecimientos educativos rurales se encontraba contemplada como parte de la planeación, sujeta a una eventual ampliación de cobertura del programa.

6. Revisión y concertación de la compra local

Se dio paso a la revisión del componente de compra local, retomando los acuerdos establecidos en procesos de concertación anteriores.

En este apartado, se recordó que la fariña había sido identificada como uno de los productos que podían adquirirse mediante mecanismos de compra local, con participación de la asociación ASMI Palmar.

Al respecto, el señor Jhon Leiver Ramírez Neira realizó una consulta para verificar si dicha asociación continuaba desarrollando actividades productivas.

Posteriormente, confirmó que se mantenía la posibilidad de continuar con la adquisición de productos locales con la asociación anteriormente relacionada.

De igual manera, se revisó la disponibilidad de productos como yuca, plátano y frutas de cosecha, precisando que su suministro local se encuentra condicionado por el calendario ecológico, las cosechas y la capacidad de producción de las comunidades.

El representante manifestó su conformidad con mantener estas consideraciones, señalando que en el territorio también se desarrollan iniciativas relacionadas con la seguridad alimentaria y la producción de alimentos.

Frente a la provisión de frutas para bebidas y otros productos, se reconoció que su abastecimiento puede depender de las condiciones de disponibilidad local y de las rutas de comercialización y transporte.

Adicionalmente, se revisó la clasificación de especies de pescado presentes en el territorio, diferenciando aquellas con menor presencia de espinas de las especies que requieren mayores precauciones durante su consumo.

Se acordó mantener las consideraciones generales del componente de compra local, sujetas a la disponibilidad real de productos, la capacidad de suministro y las condiciones de operación del programa.

7. **Componente de talento humano**

Posteriormente, se socializó la estructura del talento humano contemplada para la operación del PAIP, incluyendo los perfiles relacionados con coordinación general, nutrición o ingeniería de alimentos, área económica y administrativa, apoyo logístico y personal manipulador de alimentos.

La profesional en nutrición explicó que la definición de los perfiles, honorarios y demás condiciones debe atender los lineamientos aplicables al programa.

Asimismo, se revisó la relación de manipuladoras de alimentos según el número de estudiantes atendidos, aclarando que la cantidad definitiva del personal estará sujeta a la matrícula oficial registrada en SIMAT, la cobertura contratada y las condiciones de operación.

El señor Jhon Leiver Ramírez Neira manifestó estar de acuerdo con la estructura general del equipo presentada.

8. **Dotación del personal manipulador y elementos de aseo**

Se socializó la relación de elementos de dotación establecidos para las personas encargadas de la manipulación de alimentos, incluyendo gorros, tapabocas, uniformes, calzado cerrado antideslizante, guantes y delantales.

La profesional en nutrición explicó las cantidades y periodicidades previstas para la entrega de estos elementos, resaltando su importancia para garantizar las condiciones higiénico-sanitarias durante la preparación y distribución de los alimentos.

En este punto, el señor Jhon Leiver Ramírez Neira consultó si, en su calidad de representante de la Zonal ASATAV, podía realizar verificaciones sobre la entrega efectiva de la dotación al personal manipulador.

Frente a esta inquietud, se aclaró que las autoridades, representantes de las comunidades y demás actores vinculados al programa pueden participar en ejercicios de seguimiento y control social, orientados a verificar las condiciones de prestación del servicio y el cumplimiento de las obligaciones correspondientes.

El representante precisó que su interés no consistía en generar conflictos con el operador, sino en contribuir al mejoramiento del servicio de alimentación ofrecido a los estudiantes.

De igual manera, se destacó la importancia de los mecanismos de participación y veeduría de la comunidad educativa. Posteriormente, se revisó la relación de elementos de aseo y desinfección previstos para la operación, incluyendo implementos de limpieza, detergentes, desinfectantes, toallas, guantes y demás materiales necesarios para conservar las condiciones higiénicas de las instalaciones.

El representante manifestó conformidad con las cantidades y elementos presentados, sin formular observaciones adicionales.

9. **Combustible, gastos administrativos y periodicidad de entregas**

Se procedió a revisar el componente de combustible necesario para la preparación de los alimentos, precisando que, para el Colegio Pluriétnico de Carurú, se contempla la utilización de leña. La profesional en nutrición socializó la metodología de referencia empleada para estimar las cantidades requeridas, teniendo en cuenta el número de estudiantes y las condiciones

de preparación.

Durante la reunión se presentó como referencia para el rango de 401 a 600 estudiantes una cantidad diaria de siete (7) bultos de leña, conformados por diez (10) astillas de aproximadamente 1,2 metros, información sujeta a la verificación de la matrícula y a las condiciones definitivas de operación.

Posteriormente, se socializaron los gastos administrativos previstos, entre ellos la publicación de información general del PAE, la divulgación del ciclo de veinte (20) menús y la disponibilidad de espacios destinados al almacenamiento de insumos.

En relación con los análisis microbiológicos, se explicaron las dificultades logísticas que presenta su realización para establecimientos rurales del departamento, debido a la ausencia de laboratorios especializados en el territorio y a las condiciones requeridas para el traslado y conservación de muestras.

En cuanto al transporte, se indicó que la planeación financiera deberá considerar la movilización de materias primas, alimentos, elementos de aseo, dotación y demás insumos hasta los establecimientos educativos.

Finalmente, se revisó la periodicidad propuesta para el suministro de productos y combustible, señalando que para el Colegio Pluriétnico de Carurú se contempla la entrega diaria de víveres y leña, de lunes a viernes, mientras que la dotación y los insumos de aseo se suministrarían conforme a la programación establecida.

Para los establecimientos educativos rurales, en caso de una eventual ampliación de cobertura, se contemplaron esquemas de entrega ajustados a las particularidades de acceso y transporte.

El señor Jhon Leiver Ramírez Neira manifestó conformidad general con la información presentada.

10. Observaciones finales y cierre

Una vez finalizada la revisión de los diferentes componentes, la profesional en nutrición consultó al representante de la Zonal ASATAV si tenía observaciones adicionales frente al documento socializado.

El señor Jhon Leiver Ramírez Neira manifestó que, en términos generales, consideraba adecuado el contenido revisado y que no identificaba modificaciones sustanciales adicionales, resaltando que el objetivo principal debía ser garantizar una buena alimentación para los estudiantes.

Por su parte, la profesional en nutrición informó que realizaría los ajustes identificados durante la reunión y remitiría el documento actualizado al representante para su revisión posterior, con la posibilidad de recibir nuevas observaciones.

Adicionalmente, se abordó brevemente el proceso de participación de las asociaciones indígenas en la eventual operación del PAE. El representante compartió antecedentes de su experiencia en procesos anteriores y señaló que evaluaría la posibilidad de participar nuevamente.

En este sentido, se recomendó mantenerse atento a los medios oficiales de la Gobernación del Vaupés y de la Secretaría de Educación Departamental para conocer las convocatorias, cronogramas y requisitos aplicables.

Finalmente, se agradeció la disposición y participación del señor Jhon Leiver Ramírez Neira, dando por terminada la

ASCH

	PROCESO: Asistencia territorial y desarrollo institucional		**Formato acta de asistencia técnica, capacitación o reunión**	**Código:**	MI-AT-FO002-1-1
				Versión:	2
				Fecha:	28/01/2022
	TIPO DE PROCESO:	Estratégico:	Misional: X	Apoyo:	Evaluación:

reunión.

NOTA: Se adjunta soporte de asistencia virtual generado por Microsoft Teams.

Conclusiones y Observaciones

Como resultado de la mesa de trabajo, se establecieron las siguientes conclusiones:

- Se dio continuidad al proceso de concertación del PAIP para la vigencia 2027, retomando los avances de la reunión realizada el 6 de mayo de 2026 y abordando los demás componentes necesarios para la operación del servicio de alimentación escolar.
- El representante de la Zonal ASATAV manifestó conformidad general con el ciclo de veinte (20) menús, recomendando precisar el uso preferente de pescado de cuero en la preparación de muñica de pescado, como medida orientada a disminuir el riesgo asociado a la presencia de espinas.
- Se identificaron ajustes en las referencias geográficas relacionadas con las zonas de pesca y las rutas de acceso al municipio de Carurú y sus establecimientos educativos rurales.
- Se revisaron los mecanismos de almacenamiento, conservación y preparación de alimentos, incorporando observaciones relacionadas con especies de madera utilizadas tradicionalmente para el moqueado.
- Se mantuvieron las consideraciones relacionadas con la compra local de fariña y otros productos disponibles en las comunidades, teniendo en cuenta el calendario ecológico y la capacidad productiva del territorio.
- Se socializaron los componentes de talento humano, dotación, elementos de aseo, combustible, gastos administrativos y periodicidad de entregas, sin identificarse objeciones sustanciales adicionales por parte del representante.
- Se reiteró la importancia de la participación de las autoridades y comunidades indígenas en los ejercicios de seguimiento y control social a la prestación del servicio de alimentación escolar.
- Se estableció la necesidad de consolidar los ajustes identificados y remitir el documento actualizado para su revisión, como parte de la continuidad del proceso de concertación del PAIP 2027.

Compromisos

N°	Actividad	Responsable	Fecha
1	Realizar los ajustes al documento PAIP 2027, teniendo en cuenta las observaciones relacionadas con el pescado, las preparaciones tradicionales, las especies de madera y las referencias territoriales y logísticas.	Equipo PAE – Secretaría de Educación Departamental del Vaupés	30/092026
2	Remitir el documento actualizado al representante legal de la Zonal ASATAV para su revisión.	Equipo PAE – Secretaría de Educación Departamental del Vaupés	30/10/2026

ASCH

1. Resumen

Título de la reunión	MESA DE TRABAJO PARA LA CONCERTACION DEL PAIP -CARURÚ
Participantes que asistieron	4
Hora de inicio	9/09/26, 9:59:46 AM
Hora de finalización	9/09/26, 11:28:03 AM
Duración de la reunión	1 h 28 min 17 s
Tiempo medio de asistencia	58 min 49 s

2. Participantes

Nombre	Primera entrada	Última salida	Duración de la reunión
Dayra Liney Manrique Torres	9/09/26, 9:59:55 AM	9/09/26, 10:24:19 AM	10 min 36 s
Anyelit Hernandez Galarza	9/09/26, 10:03:43 AM	9/09/26, 11:21:37 AM	1 h 17 min 54 s
FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA (Externo)	9/09/26, 10:08:30 AM	9/09/26, 11:28:03 AM	1 h 19 min 33 s
PRESIDENTE LEIVER RAMIREZ NEIRA (No comprobado)	9/09/26, 10:14:29 AM	9/09/26, 11:21:44 AM	1 h 7 min 14 s

3. Actividades de la reunión

Nombre	Hora de entrada	Hora de salida	Duración
Dayra Liney Manrique Torres	9/09/26, 9:59:55 AM	9/09/26, 10:07:04 AM	7 min 9 s
Dayra Liney Manrique Torres	9/09/26, 10:20:52 AM	9/09/26, 10:24:19 AM	3 min 27 s
Anyelit Hernandez Galarza	9/09/26, 10:03:43 AM	9/09/26, 11:21:37 AM	1 h 17 min 54 s
FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA (Externo)	9/09/26, 10:08:30 AM	9/09/26, 11:28:03 AM	1 h 19 min 33 s
PRESIDENTE LEIVER RAMIREZ NEIRA (No comprobado)	9/09/26, 10:14:29 AM	9/09/26, 11:21:44 AM	1 h 7 min 14 s

4. Información explícita de consentimiento de audio y vídeo

Nombre	Id. de participante (UPN)	Consentimiento	Tiempo
Dayra Liney Manrique Torres	Dayra.Manrique@icbf.gov.co	Sí	9/09/26, 10:21:31 AM
Anyelit Hernandez Galarza		Sí	9/09/26, 10:21:48 AM
FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA (Externo)	francy.hernandez2@unipamplona.edu.co	Sí	9/09/26, 10:21:52 AM
PRESIDENTE LEIVER RAMIREZ NEIRA (No comprobado)		Sí	9/09/26, 10:23:51 AM

5. Interacción en la reunión

Nombre	Tipo de compromiso	Tiempo
Dayra Liney Manrique Torres	Audio activado	9/09/26, 10:03:48 AM
Dayra Liney Manrique Torres	Audio activado	9/09/26, 10:21:40 AM
Anyelit Hernandez Galarza	Audio activado	9/09/26, 10:03:54 AM
Anyelit Hernandez Galarza	Audio activado	9/09/26, 10:14:33 AM
FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA (Externo)	Audio activado	9/09/26, 10:08:30 AM
PRESIDENTE LEIVER RAMIREZ NEIRA (No comprobado)	Cámara encendida	9/09/26, 10:14:29 AM
PRESIDENTE LEIVER RAMIREZ NEIRA (No comprobado)	Audio activado	9/09/26, 10:14:29 AM
PRESIDENTE LEIVER RAMIREZ NEIRA (No comprobado)	Audio activado	9/09/26, 10:16:41 AM
PRESIDENTE LEIVER RAMIREZ NEIRA (No comprobado)	Audio activado	9/09/26, 10:39:01 AM

ASCH

Correo electrónico	Id. de participante (UPN)	Rol	Interacción: Cámara encendida	Interacción: Manos levantadas	Interacción: Audio a
Dayra.Manrique@icbf.gov.co	Dayra.Manrique@icbf.gov.co	Organizador			2
		Moderador			2
francy.hernandez2@unipamplona.edu.co	francy.hernandez2@unipamplon	Moderador			1
		Moderador		1	3

Correo electrónico	Rol
Dayra.Manrique@icbf.gov.co	Organizador
Dayra.Manrique@icbf.gov.co	Organizador
	Moderador
francy.hernandez2@unipamplona.edu.co	Moderador
	Moderador

Tipo de cliente
Teams para dispositivos móviles
Teams para dispositivos móviles
Teams Web
Teams Web

ASCH

	REPORTE CICLOS DE MENÚS				
ENTIDAD TERRITORIAL:	SECRETARIA DE EDUCACIÓN DEPARTAMENTAL				
MUNICIPIO	CARURÚ				
SEDE EDUCATIVA	COLEGIO PLURIÉTNICO DE CARURÚ				
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si				
GRUPO ÉTNICO	Indigena				
ZONAL	ASATAV				
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio				
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT				
SEMANA No. 1					
COMPONENTES	**MENÚ No. 1**	**MENÚ No. 2**	**MENÚ No. 3**	**MENÚ No. 4**	**MENÚ No. 5**
LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	LIMONADA DE PANELA	AGUAPANELA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	JUGO DE FRUTA EN COSECHA
ALIMENTO PROTEICO	CALDO DE POLLO	CARNE DESMECHADA	HUEVOS REVUELTOS	AREPA DE MAIZ CON LECHE Y QUESO	DEDITOS DE HARINA DE MAIZ CON QUESO
CEREAL ACOMPAÑANTE	CASABE/FARIÑA	PATACÓN	CASABE DE ALMIDÓN		
FRUTAS	-	-	-	FRUTA ENTERA EN COSECHA	FRUTA ENTERA EN COSECHA
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	**MENÚ No. 6**	**MENÚ No. 7**	**MENÚ No. 8**	**MENÚ No. 9**	**MENÚ No. 10**
LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	CHIVÉ DE FRUTA EN COSECHA	CHOCOLATE CON LECHE	ARROZ CON LECHE	AVENA
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DESMECHADA	MUÑICA DE PESCADO	PECHUGA DESMECHADA		SANDWICH DE POLLO
CEREAL ACOMPAÑANTE	PAPA FRITA	CASABE DE ALMIDÓN	AREPA DE MAIZ BLANCO	GALLETA TIPO CRACKER	
FRUTAS	-	-	-	FRUTA ENTERA EN COSECHA	FRUTA ENTERA EN COSECHA
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	**MENÚ No. 11**	**MENÚ No. 12**	**MENÚ No. 13**	**MENÚ No. 14**	**MENÚ No. 15**
LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	AGUAPANELA CON LECHE	LIMONADA DE PANELA	CHIVE DE FRUTA EN COSECHA	CHOCOLATE CON LECHE	JUGO DE FRUTA
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO EN TORTILLA /PORCION DE QUESO	PESCADO FRITO	CALDO DE CARNE	AREPA DE MAIZ CON QUESO	CARNE DESMECHADA
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPUELA DE HARINA DE TRIGO	CASABE DE ALMIDÓN	FARIÑA/ CASABE		PAPA SALADA
FRUTAS	-	-	-	FRUTA ENTERA EN COSECHA	FRUTA ENTERA EN COSECHA
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	**MENÚ No. 16**	**MENÚ No. 17**	**MENÚ No. 18**	**MENÚ No. 19**	**MENÚ No. 20**
LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	AVENA	CHOCOLATE CON LECHE	MAJULE CON LECHE	CHIVE DE FRUTA EN COSECHA
ALIMENTO PROTEICO	CALDO DE POLLO	HUEVOS REVUELTOS/ PORCIÓN DE QUESO	PECHUGA DESMECHADA	AREPA DE MAIZ CON QUESO	CALDO DE PESCADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	CASABE/FARIÑA	TAJADAS DE PLÁTANO VERDE	YUCA FRITA		
FRUTAS	-	-	-	FRUTA ENTERA EN COSECHA	CASABE/ FARIÑA

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS: FRANCY ANYELIT HERNÁNDEZ GALARZA

FIRMA: Anyelit Hernández G.

MATRÍCULA PROFESIONAL: 1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	1

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Mango Tommy Atkins, crudo	C052	65,8	50	97,00	0,2	0,05	23,45	4	0,05	0
			Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,82	0	0	5,958	0	0,006	0
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CALDO DE POLLO	Pollo, contramuslo con piel, crudo	F073	109,9	100	205,00	17,1	15,1	0	10	0,7	76
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	88,9	80	77,60	1,6	0,16	16,72	6,4	0,64	8
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	15,0	6	2,22	0,072	0,006	0,408	3,42	0,03	0,9
			Aceite de soya	D012	3,0	3	27,00	0	3	0	0	0	0
			Cilantro, crudo	B035	0,6	0,5	0,22	0,0115	0,003	0,0295	0,41	0,009	0,23
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Sal	L015	0,5	0,5	0,00	0	0	0	0,12	0,0015	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	204,60	0,96	0,12	49,98	18	0,18	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	FARIÑA	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	53,25	0,255	0,03	12,495	6	0,165	0,15
TOTAL MENÚ						322	692,15	20,2455	18,472	109,3335	48,75	1,7945	279,375
RECOMENDACIÓN							2245	78,6	62,4	342,4	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							31%	26%	30%	32%	4%	21%	19%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	2

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	LIMONADA DE PANELA	Limón, crudo	C044	50,0	25	11,00	0,075	0,075	2,325	4,75	0,125	1
			Panela	K033	20,0	20	72,80	0,12	0,02	18,04	8,4	0,98	7,8
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,00	21,8	5,7	0	6	2,7	51
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	1,85	0,06	0,005	0,34	2,85	0,025	0,75
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	1,15	0,045	0,005	0,205	0,45	0,025	0,3
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PATACON	Plátano hartón, verde, crudo	B092	176,5	120	199,20	1,44	0,24	47,16	9,6	0,48	31,2
			Aceite de soya	D012	4,0	4	36,00	0	4	0	0	0	0
			Sal	L015	0,5	0,5	0,00	0	0	0	0,12	0,0015	193,905
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FRITAR	Aceite de soya	D012	16,0	16	144,00	0	16	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						302,2	507,44	23,587	15,048	68,363	32,738	4,3516	557,612
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							23%	30%	24%	20%	3%	50%	37%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	3

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	AGUAPANELA CON LECHE	Panela	K033	20,0	20	72,80	0,12	0,02	18,04	8,4	0,98	7,8
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	18,0	18	89,82	4,734	4,788	6,912	169,2	0,09	66,42
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	HUEVOS REVUELTOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	111,1	100	149,00	12,6	10,8	0,3	53	1,7	139
			Aceite de soya	D012	3,0	3	27,00	0	3	0	0	0	0
			Sal	L015	1,0	1	0,00	0	0	0	0,24	0,003	387,81
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDON	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	204,60	0,96	0,12	49,98	18	0,18	0
TOTAL MENÚ						202	543,22	18,414	18,728	75,232	248,84	2,953	601,03
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							24%	23%	30%	22%	23%	34%	40%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	4

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18,0	18	83,88	0,648	2,988	13,59	6,48	0,63	0
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,85	3,945	3,99	5,76	141	0,075	55,35
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos Grupo III. Leche y productos lácteos	AREPA DE HARINA DE MAIZ CON QUESO	Harina de maiz blanco, precocida	A034	50,0	50	190,00	4,55	1,85	36,95	2	1,35	0,5
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	20,0	20	99,80	5,26	5,32	7,68	188	0,1	73,8
			Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	20,0	20	57,20	4,68	3,74	1,18	81	0,1	95
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Mandarina, cruda	C050	142,9	100	54,00	0,9	0,1	11,4	35	0,3	2
TOTAL MENÚ						228,7	604,73	19,983	22,988	76,56	453,648	2,5571	498,117
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							27%	25%	37%	22%	41%	29%	33%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	SI
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	5

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Piña, cruda	C072	90,9	50	28,00	0,3	0,05	6,2	8	0,25	1,5
			Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,82	0	0	5,958	0	0,006	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos Grupo III. Leche y productos lácteos	DEDITOS DE HARINA DE MAIZ CON QUESO	Harina de maiz blanco, precocida	A034	50,0	50	190,00	4,55	1,85	36,95	2	1,35	0,5
			Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28,0	28	80,08	6,552	5,236	1,652	113,4	0,14	133
			Aceite de soya	D012	7,0	7	63,00	0	7	0	0	0	0
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Manzana de agua, cruda	C055	153,8	100	53,00	1,7	1	9,2	12	0,4	8
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	13,0	13	117,00	0	13	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						**254,7**	**437,9**	**13,102**	**15,136**	**59,96**	**135,568**	**2,1481**	**414,467**
RECOMENDACIÓN							**2245**	**78,575**	**62,36111111**	**342,3625**	**1100**	**8,7**	**1500**
% ADECUACIÓN							**20%**	**17%**	**24%**	**18%**	**12%**	**25%**	**28%**

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA**
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	**1006998899**

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	6

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Mango Tommy Atkins, crudo	C052	65,8	50	97,00	0,2	0,05	23,45	4	0,05	0
			Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,82	0	0	5,958	0	0,006	0
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,00	21,8	5,7	0	6	2,7	51
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	1,85	0,06	0,005	0,34	2,85	0,025	0,75
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	1,15	0,045	0,005	0,205	0,45	0,025	0,3
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAPA FRITA	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	188,9	170	164,90	3,4	0,34	35,53	13,6	1,36	17
			Aceite de soya	D012	3,0	3	27,00	0	3	0	0	0	0
			Sal	L015	1,0	1	0,00	0	0	0	0,24	0,003	387,81
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	16,0	16	144,00	0	16	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						362,7	501,16	25,552	14,103	65,776	27,708	4,1841	728,517
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							22%	33%	23%	19%	3%	48%	49%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	7

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	CHIVÉ DE FRUTA	Limón, crudo	C044	80,0	40	17,60	0,12	0,12	3,72	7,6	0,2	1,6
			Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	53,25	0,255	0,03	12,495	6	0,165	0,15
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	MUÑICA DE PESCADO	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	E005	141,2	120	198,00	18,6	13,68	0	9,6	0,72	117,6
			Almidón de yuca, crudo	B013	30,0	30	102,00	0,12	0,12	25,08	8,1	0,12	9,3
			Sal	L015	1,5	1,5	0,00	0	0	0	0,36	0,0045	581,715
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDON	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	204,60	0,96	0,12	49,98	18	0,18	0
TOTAL MENÚ						266,5	575,45	20,055	14,07	91,275	49,66	1,3895	710,365
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							26%	26%	23%	27%	5%	16%	47%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	8

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18,0	18	83,88	0,648	2,988	13,59	6,48	0,63	0
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,85	3,945	3,99	5,76	141	0,075	55,35
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	PECHUGA DESMECHADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,00	20,7	9,2	0,1	11	0,7	63
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	1,85	0,06	0,005	0,34	2,85	0,025	0,75
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	1,15	0,045	0,005	0,205	0,45	0,025	0,3
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	AREPA DE HARINA DE MAIZ BLANCO	Harina de maiz blanco, precocida	A034	50,0	50	190,00	4,55	1,85	36,95	2	1,35	0,5
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
TOTAL MENÚ						205,4	609,17	29,995	28,041	57,238	164,516	2,8222	663,024
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							27%	38%	45%	17%	15%	32%	44%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

644

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	9

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos Grupo II. Frutas y verduras	ARROZ CON LECHE	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40,0	40	141,20	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32	0,8
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	30,0	30	149,70	7,89	7,98	11,52	282	0,15	110,7
			Crema de leche	G001	16,0	16	52,80	0,336	5,6	0,272	10,88	0	7,36
			Leche de vaca, condensada, con azúcar	G005	20,0	20	65,40	1,66	1,68	10,92	54	0,04	24,6
			Uva, deshidratada	C087	4,0	4	13,08	0,1	0,012	3,008	1,52	0,096	1
			Canela en astilla	_	1,0	1							
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	GALLETA TIPO CRACKER	Galletas saladas, tipo cracker	A026	28,0	28	130,48	2,352	4,816	19,096	29,96	0,728	198,24
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Banano común, crudo	C010	142,9	100	101,00	1,5	0,1	22,3	8	0,9	3
TOTAL MENÚ						239	653,66	16,518	20,348	99,156	389,96	2,234	345,7
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							29%	21%	33%	29%	35%	26%	23%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	10

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	AVENA	Harina de avena, cruda	A029	15,0	15	62,10	2,205	1,29	9,93	8,1	0,6	2,85
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	18,0	18	89,82	4,734	4,788	6,912	169,2	0,09	66,42
			Canela en astilla	-	1,0	1							
			Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	SANDWICH DE POLLO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	53,8	50	83,00	10,35	4,6	0,05	5,5	0,35	31,5
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2,5	1	0,37	0,012	0,001	0,068	0,57	0,005	0,15
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Sal	L015	1,0	1	0,00	0	0	0	0,24	0,003	387,81
			Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo mozzarella	G019	17,0	17	50,32	3,893	3,638	0,527	87,89	0,034	63,41
			Pan blanco, tipo molde, horneado	A061	50,0	50	139,00	4,45	0,8	28,4	12,5	0,95	591,5
			Mayonesa, con sal	D020	6,0	6	19,56	0,054	2,004	0,324	0,84	0,012	42,66
			Margarina, con sal	D018	3,0	3	21,96	0,018	2,433	0	0,42	0	26,31
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Mango Tommy Atkins, crudo	C052	131,6	100	194,00	0,4	0,1	46,9	8	0,1	0
TOTAL MENÚ						268	681,42	26,163	19,657	98,369	293,66	2,162	1212,8
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							30%	33%	32%	29%	27%	25%	81%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	11

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	AGUAPANELA CON LECHE	Panela	K033	20,0	20	72,80	0,12	0,02	18,04	8,4	0,98	7,8
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	18,0	18	89,82	4,734	4,788	6,912	169,2	0,09	66,42
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	HUEVO EN TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,6	50	74,50	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
	Grupo III. Leche y productos lácteos	PORCIÓN DE QUESO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28,0	28	80,08	6,552	5,236	1,652	113,4	0,14	133
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	AREPUELA DE HARINA DE TRIGO	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	A040	55,0	55	198,00	6,875	0,935	39,765	8,25	2,365	1,1
			Aceite de soya	D012	3,0	3	27,00	0	3	0	0	0	0
			Sal	L015	0,5	0,5	0,00	0	0	0	0,12	0,0015	193,905
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	17,0	17	153,00	0	17	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						197,2	587,2	24,581	24,379	66,519	326,038	4,4286	743,192
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							26%	31%	39%	19%	30%	51%	50%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	12

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	LIMONADA DE PANELA	Limón, crudo	C044	50,0	25	11,00	0,075	0,075	2,325	4,75	0,125	1
			Panela	K033	20,0	20	72,80	0,12	0,02	18,04	8,4	0,98	7,8
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	PESCADO FRITO	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	E005	141,2	120	198,00	18,6	13,68	0	9,6	0,72	117,6
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	1,85	0,06	0,005	0,34	2,85	0,025	0,75
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDÓN	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	204,60	0,96	0,12	49,98	18	0,18	0
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	15,0	15	135,00	0	15	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						251,7	534,69	19,862	18,903	70,978	44,168	2,0451	398,807
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							24%	25%	30%	21%	4%	24%	27%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	13

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	CHIVE DE FRUTA EN COSECHA	Limón, crudo	C044	80,0	40	17,60	0,12	0,12	3,72	7,6	0,2	1,6
			Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	53,25	0,255	0,03	12,495	6	0,165	0,15
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CALDO DE CARNE	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,00	21,8	5,7	0	6	2,7	51
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	88,9	80	77,60	1,6	0,16	16,72	6,4	0,64	8
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	15,0	6	2,22	0,072	0,006	0,408	3,42	0,03	0,9
			Aceite de soya	D012	3,0	3	27,00	0	3	0	0	0	0
			Cilantro, crudo	B035	0,6	0,5	0,22	0,0115	0,003	0,0295	0,41	0,009	0,23
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Sal	L015	0,5	0,5	0,00	0	0	0	0,12	0,0015	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	204,60	0,96	0,12	49,98	18	0,18	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos Grupo III. Leche y	FARIÑA	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	53,25	0,255	0,03	12,495	6	0,165	0,15
TOTAL MENÚ						321	576,18	25,1205	9,172	96,1405	54,35	4,1035	256,125
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							26%	32%	15%	28%	5%	47%	17%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	14

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18,0	18	83,88	0,648	2,988	13,59	6,48	0,63	0
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,85	3,945	3,99	5,76	141	0,075	55,35
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos Grupo III. Leche y productos lácteos	AREPA DE HARINA DE MAIZ BLANCO CON QUESO	Harina de maiz blanco, precocida	A034	50,0	50	190,00	4,55	1,85	36,95	2	1,35	0,5
			Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28,0	28	80,08	6,552	5,236	1,652	113,4	0,14	133
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Mandarina, cruda	C050	142,9	100	54,00	0,9	0,1	11,4	35	0,3	2
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA ASAR	Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						216,7	527,81	16,595	19,164	69,352	298,048	2,4971	462,317
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							24%	21%	31%	20%	27%	29%	31%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	15

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Mango Tommy Atkins, crudo	C052	65,8	50	97,00	0,2	0,05	23,45	4	0,05	0
			Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	23,82	0	0	5,958	0	0,006	0
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	139,00	21,8	5,7	0	6	2,7	51
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	1,85	0,06	0,005	0,34	2,85	0,025	0,75
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	1,15	0,045	0,005	0,205	0,45	0,025	0,3
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAPA SALADA	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	133,3	120	116,40	2,4	0,24	25,08	9,6	0,96	12
			Sal	L015	1,0	1	0,00	0	0	0	0,24	0,003	387,81
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Banano común, crudo	C010	142,9	100	101,00	1,5	0,1	22,3	8	0,9	3
TOTAL MENÚ						393,7	526,66	26,052	11,103	77,626	31,708	4,6841	726,517
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							23%	33%	18%	23%	3%	54%	48%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	16

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Lulo, crudo	C045	83,3	50	24,00	0,45	0,05	4,45	5	0,3	0
			Azúcar blanco, granulado	K003	10,0	10	39,70	0	0	9,93	0	0,01	0
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CALDO DE POLLO	Pollo, contramuslo con piel, crudo	F073	109,9	100	205,00	17,1	15,1	0	10	0,7	76
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	88,9	80	77,60	1,6	0,16	16,72	6,4	0,64	8
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	15,0	6	2,22	0,072	0,006	0,408	3,42	0,03	0,9
			Aceite de soya	D012	3,0	3	27,00	0	3	0	0	0	0
			Cilantro, crudo	B035	0,6	0,5	0,22	0,0115	0,003	0,0295	0,41	0,009	0,23
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Sal	L015	0,5	0,5	0,00	0	0	0	0,12	0,0015	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDÓN	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	204,60	0,96	0,12	49,98	18	0,18	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	FARIÑA	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	53,25	0,255	0,03	12,495	6	0,165	0,15
TOTAL MENÚ						326	635,03	20,4955	18,472	94,3055	49,75	2,0485	279,375
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							28%	26%	30%	28%	5%	24%	19%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	17

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	AVENA	Harina de avena, cruda	A029	15,0	15	62,10	2,205	1,29	9,93	8,1	0,6	2,85
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	18,0	18	89,82	4,734	4,788	6,912	169,2	0,09	66,42
			Canela en astilla	-	1,0	1							
			Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	HUEVO EN TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,6	50	74,50	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85	69,5
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
			Aceite de soya	D012	5,0	3	27,00	0	3	0	0	0	0
	Grupo III. Leche y productos lácteos	PORCIÓN DE QUESO	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo mozzarella	G019	28,0	28	82,88	6,412	5,992	0,868	144,76	0,056	104,44
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	TAJADAS DE PLÁTANO VERDE	Plátano hartón, verde, crudo	B092	161,8	110	182,60	1,32	0,22	43,23	8,8	0,44	28,6
			Aceite de soya	D012	3,0	3	27,00	0	3	0	0	0	0
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	17,0	17	153,00	0	17	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						250,7	565,75	20,971	23,69	66,055	357,528	2,0431	543,277
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							25%	27%	38%	19%	33%	23%	36%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indigena
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
ZONAL:	ASATAV
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	18

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18,0	18	83,88	0,648	2,988	13,59	6,48	0,63	0
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	74,85	3,945	3,99	5,76	141	0,075	55,35
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	PECHUGA DESMECHADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	166,00	20,7	9,2	0,1	11	0,7	63
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	1,85	0,06	0,005	0,34	2,85	0,025	0,75
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	1,15	0,045	0,005	0,205	0,45	0,025	0,3
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	YUCA FRITA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	162,5	130	206,70	1,17	0,39	48,62	20,8	0,39	18,2
			Aceite de soya	D012	3,0	3	27,00	0	3	0	0	0	0
			Sal	L015	1,0	1	0,00	0	0	0	0,24	0,003	387,81
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	17,0	17	153,00	0	17	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						300,7	607,87	26,615	24,581	68,908	183,388	1,8631	797,067
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							27%	34%	39%	20%	17%	21%	53%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASC

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	19

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos Grupo II. Frutas y verduras	MAJULE CON LECHE	Plátano hartón, verde, crudo	B092	102,9	70	116,20	0,84	0,14	27,51	5,6	0,28	18,2
			Almidón de yuca, crudo	B013	20,0	20	68,00	0,08	0,08	16,72	5,4	0,08	6,2
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	20,0	20	99,80	5,26	5,32	7,68	188	0,1	73,8
			Canela en astilla	-	1,0	1							
			Panela	K033	15,0	15	54,60	0,09	0,015	13,53	6,3	0,735	5,85
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos Grupo III. Leche y productos lácteos	AREPA DE MAIZ BLANCO CON QUESO	Harina de maiz blanco, precocida	A034	50,0	50	190,00	4,55	1,85	36,95	2	1,35	0,5
			Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28,0	28	80,08	6,552	5,236	1,652	113,4	0,14	133
			Aceite de soya	D012	5,0	5	45,00	0	5	0	0	0	0
			Sal	L015	0,7	0,7	0,00	0	0	0	0,168	0,0021	271,467
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Manzana de agua, cruda	C055	153,8	100	53,00	1,7	1	9,2	12	0,4	8
TOTAL MENÚ						309,7	706,68	19,072	18,641	113,242	332,868	3,0871	517,017
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							31%	24%	30%	33%	30%	35%	34%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	20

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
							CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	CHIVÉ DE FRUTA EN COSECHA	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	53,25	0,255	0,03	12,495	6	0,165	0,15
			Limón, crudo	C044	80,0	40	17,60	0,12	0,12	3,72	7,6	0,2	1,6
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CALDO DE PESCADO	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	E005	141,2	120	198,00	18,6	13,68	0	9,6	0,72	117,6
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	88,9	80	77,60	1,6	0,16	16,72	6,4	0,64	8
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	1,85	0,06	0,005	0,34	2,85	0,025	0,75
			Cilantro, crudo	B035	0,6	0,5	0,22	0,0115	0,003	0,0295	0,41	0,009	0,23
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	1,44	0,047	0,003	0,293	0,4	0,013	0,19
			Sal	L015	0,5	0,5	0,00	0	0	0	0,12	0,0015	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDON	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	204,60	0,96	0,12	49,98	18	0,18	0
		FARIÑA	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	53,25	0,255	0,03	12,495	6	0,165	0,15
TOTAL MENÚ						337	607,81	21,9085	14,151	96,0725	57,38	2,1185	322,575
RECOMENDACIÓN							2245	78,575	62,36111111	342,3625	1100	8,7	1500
% ADECUACIÓN							27%	28%	23%	28%	5%	24%	22%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	1

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Mango Tommy Atkins, crudo	C052	65,8	50	1. Limpie y desinfecte la superficie la fruta 2. Quitele la cáscara con un cuchillo (para el caso de la pupuña debe estar previamente cocinada) 3. Pile la fruta y cuelela. 4. Agregue agua y azucar 5. Sirva en el recipiente
			Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CALDO DE POLLO	Pollo, contramuslo con piel, crudo	F073	109,9	100	1. Ponga una olla con agua al fuego 2. agregue la cebolla preiviamente lavada y desinfectada y picada en trozos pequeños, agregue el aceite, el ajo y la sal. 3. Cuando hierva, adicione el pollo previamente lavado y desinfectado y cortado en trozos correspondientes a la porción requerida. 4. Deje que hierva hasta que el pollo esté bien cocido. 5. Deje enfriar y sirva en un plato con la porción de pollo requerida.
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	88,9	80	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	15,0	6	
			Aceite de soya	D012	3,0	3	
			Cilantro, crudo	B035	0,6	0,5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Sal	L015	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	1. Tome un trozo de casabe de 60 gramos 2. sirva
		FARIÑA	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	1. Destape el recipiente donde se encuentra la fariña. 2. Con una cuchara sirva la cantidad de fariña requerida.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	2

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	LIMONADA DE PANELA	Limón, crudo	C044	50,0	25	1. En un recipiente agregue agua y la panela para que esta se derrita. 2. Lave y desinfecte los limones, cortelos en dos y posteriormente, exprimalos en un recipiente. 3. Agregue el zumo de limón al recipiente con el agua panela. 4. Revuelva. 5. Sirva.
			Panela	K033	20,0	20	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	1. En una olla agregue agua, ajo y sal; luego agregue la carne 2. Cuando la carne esté cocida baje del fuego y desmeche la carne. 3. En una sartén agregue aceite, cuando la sartén esté caliente agregue el tomate y cebolla previamente lavados, desinfectados y cortados en cuadros 4. Agregue la carne desmechada y revuelva. 5. Sirva de acuerdo a la porción por grupo de edad.
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Sal	L015	0,7	0,7	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	PATACON	Plátano hartón, verde, crudo	B092	176,5	120	1. Lave y desinfecte el plátano verde 2. Quitele la cascara 3. corte en trozos de 2,5 cm 4. Ponga una sarten con aceite suficiente y ponga al fuego 5. Cuando el aceite esté caliente agregue los trozos de plátano y deje que se doren 6. saquelos y en una tabla ejerza presión con un implemento (cola de una olla por ejemplo) hasta que queden como arepas 7. Agregue nuevamente a la sarten con aceite caliente y deje que doren 8. saque del sarten y deje escurrir 9, sirva
			Aceite de soya	D012	4,0	4	
			Sal	L015	0,5	0,5	
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FRITAR	Aceite de soya	D012	16,0	16	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	3

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	AGUAPANELA CON LECHE	Panela	K033	20,0	20	1. Ponga una olla con agua al fuego 2 Agregue la panela y deje hervir 3. En un recipiente prepare la leche (leche en polvo y agua) y agreguela a la olla 4. Baje del fuego y sirva
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	18,0	18	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	HUEVOS REVUELTOS	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	111,1	100	1. limpie y desinfecte los huevos 2. En un recipiente agregue los huevos y la sal; revuelvalos hasta conseguir una mezcla homogénea 3. Ponga una sartén a calentar a fuego alto con aceite 4. Cuando la sartén esté caliente agregue los huevos mezclados. 4. Deje que se cocinen y sirva .
			Aceite de soya	D012	3,0	3	
			Sal	L015	1,0	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDON	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	1. Tome un trozo de casabe de 60 gramos 2. sirva

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	SI
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	4

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18,0	18	1. En una olleta agregue agua y las pastillas de chocolate 2. Deje que hierva y revuelva hasta que se forme una mezcla homogénea 3. Agregue la leche previamente preparada (leche en polvo y agua) 4. Revuelva y deje cocinar hasta que hierva 5. Sirva tibio.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos Grupo III. Leche y productos lácteos	AREPA DE HARINA DE MAIZ CON QUESO	Harina de maíz blanco, precocida	A034	50,0	50	1. En un recipiente agregue la harina de maiz blanco y la sal 2. Agregue el queso rallado y el agua y revuelva hasta obtener una masa homogénea 3. Tome trozos de la masa y moldee en forma de circulos las arepas 4. Ponga una sartén a fuego medio, agreguele aceite y deje calentar 5. Adiciones la masa moldeada y deje asar hasta que esten doradas 6. Saque las arepas del sartén. 7. sirva
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	20,0	20	
			Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	20,0	20	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Sal	L015	0,7	0,7	
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Mandarina, cruda	C050	142,9	100	1. Limpie y desinfecte la superficie de la fruta 2. Quítele la cáscara, 3. Si es necesario cortela en trozos de acuerdo a la cantidad requerida. 4. Sirva

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASC

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	5

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Piña, cruda	C072	90,9	50	1. Limpie y desinfecte la superficie la fruta 2. Quítele la cáscara con un cuchillo 3. Pile la fruta y cuelela. 4. Agregue agua y azucar 5. Sirva en el recipiente correspondiente
			Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos Grupo III. Leche y productos lácteos	DEDITOS DE HARINA DE MAIZ CON QUESO	Harina de maiz blanco, precocida	A034	50,0	50	1. En un recipiente agregue la harina de maiz blanco y la sal 2. Agregue agua y revuelva hasta obtener una masa homogénea 3. Tome trozos de la masa y moldee en forma de deditos y en la mitad intriduzca un trozo de queso 4. Ponga una sartén a fuego medio, agreguele suficiente aceite y deje calentar 5. Adiciones la masa moldeada y deje freir hasta que esten dorados 6. Saque los deditos del sartén 7. sirva.
			Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28,0	28	
			Aceite de soya	D012	7,0	7	
			Sal	L015	0,7	0,7	
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	13,0	13	
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Manzana de agua, cruda	C055	153,8	100	1. Limpie y desinfecte la superficie de la fruta 2. Pese la cantidad requerida 3. Sirva

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	6

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Mango Tommy Atkins, crudo	C052	65,8	50	1. Limpie y desinfecte la superficie de la fruta 2. Quitele la cáscara, 3. Si es necesario cortela en trozos de acuerdo a la cantidad requerida. 4. Sirva
			Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	1. En una olla agregue agua, cebolla y sal; luego agregue la carne 2. Cuando la carne esté cocida baje del fuego y desmeche la carne. 3. En una sartén agregue aceite, cuando la sartén esté caliente agregue el tomate y la cebolla previamente lavados, desinfectados y cortados finamente 4. Agregue la carne desmechada y revuelva. 5. Sirva de acuerdo a la porción requerida
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Sal	L015	0,7	0,7	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAPA FRITA	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	188,9	170	1. Limpie y lave la papa 2. Quitele la cáscara y cortela en forma de fosforo grueso 3. A un sartén agregue aceite y pongalo a fuego alto 4. Cuando el aceite estécaliente, agregue las papas y deje que doren por ambos lados. 5. Saquelas del sartén, escurra y sirva.
			Aceite de soya	D012	3,0	3	
			Sal	L015	1,0	1	
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	16,0	16	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	7

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	CHIVÉ DE FRUTA	Limón, crudo	C044	80,0	40	1. A un recipiente agregue agua lluvia previamente hervida 2. Adicione la fariña y zumo de limón 3. Revuelva y sirva
			Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	MUÑICA DE PESCADO	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	E005	141,2	120	1. En una olla agregue agua, y se adiciona el pescado previamente lavado y ponga al fuego. 2. Cuando el pescado ya se encuentra cocido, machaquelo hasta que quede desmechado. 3. En un recipiente agregue el almidón de yuca, agregue agua y mezcle. 4. Adicione la mezcla anterior a la olla y revuelva constantemente hasta obtener una preparación homgénea y espese por aproximadamente 5 minutos. 5. baje la olla del fuego y sirva.
			Almidón de yuca, crudo	B013	30,0	30	
			Sal	L015	1,5	1,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDON	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	1. Tome un trozo de casabe de 60 gramos 2. sirva

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	8

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18,0	18	1. En una olleta agregue agua y las pastillas de chocolate 2. Deje que hierva y revuelva hasta que se forme una mezcla homogénea 3. Agregue la leche previamente preparada (leche en polvo y agua) 4. Revuelva y deje cocinar hasta que hierva 5. Sirva tibio.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	PECHUGA DESMECHADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	1. En una olla agregue agua, ajo y sal; luego agregue la pechuga 2. Cuando la pechuga esté cocida baje del fuego y desmechela. 3. En una sartén agregue aceite, cuando la sartén esté caliente agregue el tomate y la cebolla previamente lavados, desinfectados y cortados en cuadros 4. Agregue la pechuga desmechada y revuelva. 5. Sirva de acuerdo a la porción por grupo de edad.
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Sal	L015	0,7	0,7	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	AREPA DE HARINA DE MAIZ BLANCO	Harina de maíz blanco, precocida	A034	50,0	50	1. En un recipiente agregue la harina de maiz blanco y la sal 2. Agregue agua y revuelva hasta obtener una masa homogénea 3. Tome trozos de la masa y moldee en forma de circulos las arepas 4. Ponga una sartén a fuego medio, agreguele aceite y deje calentar 5. Adiciones la masa moldeada y deje asar hasta que esten doradas 6. Saque las arepas del sartén. 7. sirva de acuerdo a la porción requerida.
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Sal	L015	0,7	0,7	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	9

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos Grupo II. Frutas y verduras	ARROZ CON LECHE	Arroz blanco, pulido, crudo	A010	40,0	40	1. En una olla a fuego bajo, ponga a cocinar por 15 minutos el agua, la astilla de canela y el arroz hasta que absorba la mayor parte del líquido. 2. Agregue la leche y con una cuchara revuelve constantemente. 3. Añada la leche condensada y siga revolviendo hasta que el arroz se ablande y tome una consistencia cremosa. 4. Adicione la crema de leche y cocine sin dejar de revolver por 4 minutos más. 5. Por último, agregue las uvas pasas y revuelva para integrar todo. Apague el fuego y retira la olla. 6. Deje enfriar y sirva de acuerdo con la porción requerida (aproximadamente 100 gramos)
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	30,0	30	
			Crema de leche	G001	16,0	16	
			Leche de vaca, condensada, con azúcar	G005	20,0	20	
			Uva, deshidratada	C087	4,0	4	
			Canela en astilla	-	1,0	1	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	GALLETA TIPO CRACKER	Galletas saladas, tipo cracker	A026	28,0	28	1. Abra el empaque que contiene las galletas 2. Sirva la cantidad de acuerdo con la cantidad requerida (4 unidades por plato)
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Banano común, crudo	C010	142,9	100	1. Limpie y desinfecte la superficie de la fruta 2. Pese la cantidad requerida 3. Sirva

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	10

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	AVENA	Harina de avena, cruda	A029	15,0	15	1. En una olla agregue el agua, la canela y el azúcar 2. Llévela a fuego medio hasta obtener un líquido homogéneo 3. En un recipiente agregue agua a la leche en polvo y revuelva hasta que no tenga grumos y luego agreguela la olla 4. Agregue la avena en hojuelas o molida 5. Cocine a fuego medio durante 1 minuto 6. Deje enfriar y sirva.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	18,0	18	
			Canela en astilla	-	1,0	1	
			Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	SANDWICH DE POLLO	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	53,8	50	PREPARACIÓN DEL POLLO 1. En una olla agregue agua, cebolla, ajo y sal; luego agregue la pechuga 2. Cuando la pechuga esté cocida baje del fuego, deje enfriar y desmechela. 3. Adicione mayonesa a la pechuga y mezcle bien. EMPLATADO DEL SANDUCHE 1. Ponga una sartén al fuego 2. Organice el sanduche de la siguiente manera: un pan tajado, una lonja de queso, la porción de pollo y otro pan tajado. A las paredes internas del pan esparza mayonesa 3. agregue Margarina a la sartén o a las paredes exteriores del pan y deje que se dore por ambos lados. 4. Sirva
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	2,5	1	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Sal	L015	1,0	1	
			Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo mozzarella	G019	17,0	17	
			Pan blanco, tipo molde, horneado	A061	50,0	50	
			Mayonesa, con sal	D020	6,0	6	
			Margarina, con sal	D018	3,0	3	
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Mango Tommy Atkins, crudo	C052	131,6	100	1. Limpie y desinfecte la superficie del mango 2. Quitele la cáscara con un cuchillo 3. Pese en una gramera la porción por grupo de edad, corte y sirva.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indigena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	11

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	AGUAPANELA CON LECHE	Panela	K033	20,0	20	1. Ponga una olla con agua al fuego 2 Agregue la panela y deje hervir 3. En un recipiente prepare la leche (leche en polvo y agua) y agreguela a la olla 4. Baje del fuego y sirva
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	18,0	18	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	HUEVO EN TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,6	50	1. limpie y desinfecte los huevos 2. En un recipiente agregue los huevos y la sal; revuelvalos hasta conseguir una mezcla homogénea 3. Ponga una sartén a calentar a fuego alto con aceite 4. Cuando la sartén esté caliente agregue los huevos mezclados, formando como una torta. 4. Deje que se cocinen por ambos lados y sirva.
			Sal	L015	0,7	0,7	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
	Grupo III. Leche y productos lácteos	PORCIÓN DE QUESO	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28,0	28	1. Saque el queso del empaque 2. Corte el queso en cuadros de acuerdo a la porción por grupo de edad 3. Sirva
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	AREPUELA DE HARINA DE TRIGO	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	A040	55,0	55	1. En un recipiente agregue la harina de trigo, la leche, la sal y agua 2. Mezcle los ingredientes hasta conseguir una masa homogénea 3. Esparza la masa en una suerficie limpia y previamente desinfectada con un rodillo, luego corte la masa en cuadros. 4 Ponga una sartén a calentar a fuego alto con aceite suficiente para freir 5. Cuando esté caliente el aceite agregue la masa cortada en cuadros 5. Deje que la arepa dore por ambos lados 6. Sirva.
			Aceite de soya	D012	3,0	3	
			Sal	L015	0,5	0,5	
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	17,0	17	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	12

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	LIMONADA DE PANELA	Limón, crudo	C044	50,0	25	1. En un recipiente agregue agua y la panela para que esta se derrita. 2. Lave y desinfecte los limones, cortelos en dos y posteriormente, exprimalos en un recipiente. 3. Agregue el zumo de limón al recipiente con el agua panela. 4. Revuelva. 5. Sirva.
			Panela	K033	20,0	20	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	PESCADO FRITO	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	E005	141,2	120	1. Lave y desinfecte el pescado 2. Agregue sal al pescado 3. Corte en trozos de acuerdo con la cantidad requerida por porción 4. Ponga una sartén con aceite al fuego y deje que se caliente 5. Agregue el pescado y deje que se dore por ambos lados 6. Baje el pescado del sartén y pongalo en un recipiente 7. Sirva
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Sal	L015	0,7	0,7	
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	15,0	15	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDÓN	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	1. Tome un trozo de casabe de 60 gramos 2. sirva

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	**VAUPÉS**
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**Si**
GRUPO ÉTNICO	**Indígena**
ZONAL:	**ASATAV**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	**Secundaria**
MENÚ No.	**13**

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	**Grupo II. Frutas y verduras**	**CHIVE DE FRUTA EN COSECHA**	Limón, crudo	C044	80,0	40	1. A un recipiente agregue agua lluvia previamente hervida 2. Adicione la fariña y zumo de limón 3. Revuelva y sirva
			Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	
ALIMENTO PROTEICO	**Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas**	**CALDO DE CARNE**	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	1. Ponga una olla con agua al fuego 2. agregue la cebolla preiviamente lavada y desinfectada y picada en trozos pequeños, agregue el aceite, el ajo y la sal. 3. Cuando hierva, adicione la papa y la carne de res previamente lavada y desinfectada y cortada en trozos correspondientes a la porción requerida. 4. Deje que hierva hasta que la carne esté bien cocida. 5. Deje enfriar y sirva en un plato con la porción de carne requerida y cilantro picado.
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	88,9	80	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	15,0	6	
			Aceite de soya	D012	3,0	3	
			Cilantro, crudo	B035	0,6	0,5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Sal	L015	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	**Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos**	**CASABE**	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	1. Tome un trozo de casabe de 60 gramos 2. sirva
	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	**FARIÑA**	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	1. Destape el recipiente donde se encuentra la fariña. 2. Con una cuchara sirva la cantidad de fariña requerida.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	**FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA**		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**1006998899**

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	14

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18,0	18	1. En una olleta agregue agua y las pastillas de chocolate 2. Deje que hierva y revuelva hasta que se forme una mezcla homogénea 3. Agregue la leche previamente preparada (leche en polvo y agua) 4. Revuelva y deje cocinar hasta que hierva 5. Sirva tibio.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos Grupo III. Leche y productos lácteos	AREPA DE HARINA DE MAIZ BLANCO CON QUESO	Harina de maiz blanco, precocida	A034	50,0	50	1. En un recipiente agregue la harina de maiz blanco y la sal 2. Agregue el queso rallado y el agua y revuelva hasta obtener una masa homogénea 3. Tome trozos de la masa y moldee en forma de circulos las arepas 4. Ponga una sartén a fuego medio, agreguele aceite y deje calentar 5. Adiciones la masa moldeada y deje asar hasta que esten doradas 6. Saque las arepas del sartén. 7. sirva
			Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28,0	28	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Sal	L015	0,7	0,7	
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA ASAR	Aceite de soya	D012	5,0	5	
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Mandarina, cruda	C050	142,9	100	1. Limpie y desinfecte la superficie de la fruta 2. Pese la cantidad requerida 3. Sirva

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	15

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Mango Tommy Atkins, crudo	C052	65,8	50	1. Limpie y desinfecte la superficie la fruta 2. Quítele la cáscara con un cuchillo (para el caso de la pupuña debe estar previamente cocinada) 3. Pile la fruta y cuelela. 4. Agregue agua y azucar 5. Sirva en el recipiente
			Azúcar blanco, granulado	K003	6,0	6	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CARNE DESMECHADA	Res, carne magra, cruda	F099	100,0	100	1. En una olla agregue agua, ajo y sal; luego agregue la carne 2. Cuando la carne esté cocida baje del fuego y desmeche la carne. 3. En una sartén agregue aceite, cuando la sartén esté caliente agregue el tomate y cebolla previamente lavados, desinfectados y cortados en cuadros 4. Agregue la carne desmechada y revuelva. 5. Sirva de acuerdo a la porción por grupo de edad.
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Sal	L015	0,7	0,7	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	PAPA SALADA	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	133,3	120	1. Lave y desinfecte las papas 2. Pele las papas 3. A una olla agregue agua 4. Adicione las papas y la sal en cantidad suficiente 5. Deje que hierva hasta que la papa este blanda. 6. Sirva
			Sal	L015	1,0	1	
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Banano común, crudo	C010	142,9	100	1. Limpie y desinfecte la superficie de la fruta 2. Pese la cantidad requerida 3. Sirva

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	16

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	Lulo, crudo	C045	83,3	50	1. Limpie y desinfecte la superficie la fruta 2. Quitele la cáscara con un cuchillo (para el caso de la pupuña debe estar previamente cocinada) 3. Pile la fruta y cuelela. 4. Agregue agua y azucar 5. Sirva en el recipiente
			Azúcar blanco, granulado	K003	10,0	10	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CALDO DE POLLO	Pollo, contramuslo con piel, crudo	F073	109,9	100	1. Ponga una olla con agua al fuego 2. agregue la cebolla preiviamente lavada y desinfectada y picada en trozos pequeños, agregue el aceite, el ajo y la sal. 3. Cuando hierva, adicione el pollo previamente lavado y desinfectado y cortado en trozos correspondientes a la porción requerida. 4. Deje que hierva hasta que el pollo esté bien cocido. 5. Deje enfriar y sirva en un plato con la porción de pollo requerida.
			Papa, variedad harinosa, pastusa,	B076	88,9	80	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	15,0	6	
			Aceite de soya	D012	3,0	3	
			Cilantro, crudo	B035	0,6	0,5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Sal	L015	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDÓN	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	1. Tome un trozo de casabe de 60 gramos 2. sirva
		FARIÑA	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	1. Destape el recipiente donde se encuentra la fariña. 2. Con una cuchara sirva la cantidad de fariña requerida.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	17

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	AVENA	Harina de avena, cruda	A029	15,0	15	1. En una olla agregue el agua, la canela y el azúcar 2. Llévela a fuego medio hasta obtener un liquido homogéneo 3. En un recipiente agregue agua a la leche en polvo y revuelva hasta que no tenga grumos y luego agreguela la olla 4. Agregue la avena en hojuelas o molida 5. Cocine a fuego medio durante 1 minuto 6. Deje enfriar y sirva.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	18,0	18	
			Canela en astilla	-	1,0	1	
			Azúcar blanco, granulado	K003	5,0	5	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	HUEVO EN TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55,6	50	1. limpie y desinfecte los huevos 2. En un recipiente agregue los huevos y la sal; revuelvalos hasta conseguir una mezcla homogénea 3. Ponga una sartén a calentar a fuego alto con aceite 4. Cuando la sartén esté caliente agregue los huevos mezclados, formando como una torta. 4. Deje que se cocinen por ambos lados y sirva.
			Sal	L015	0,7	0,7	
			Aceite de soya	D012	3,0	3	
	Grupo III. Leche y productos lácteos	PORCIÓN DE QUESO	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo mozzarella	G019	28,0	28	1. Saque el queso del empaque 2. Corte el queso en cuadros de acuerdo a la porción por grupo de edad 3. Sirva
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raices, tubérculos y plátanos	TAJADAS DE PLÁTANO VERDE	Plátano hartón, verde, crudo	B092	161,8	110	1. Lave y desinfecte el plátano 2. Quítele la cáscara y cortelo en tajadas 3. A un sartén agregue aceite y pongalo a fuego alto 4. Cuando el aceite estécaliente, agregue las tajadas y deje que doren por ambos lados. 5. Saquelas del sartén, escurra y sirva.
			Aceite de soya	D012	3,0	3	
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	17,0	17	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	18

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18,0	18	1. En una olleta agregue agua y las pastillas de chocolate 2. Deje que hierva y revuelva hasta que se forme una mezcla homogénea 3. Agregue la leche previamente preparada (leche en polvo y agua) 4. Revuelva y deje cocinar hasta que hierva 5. Sirva tibio.
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15,0	15	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	PECHUGA DESMECHADA	Pollo, pechuga con piel, cruda	F085	107,5	100	1. En una olla agregue agua, ajo y sal; luego agregue la pechuga 2. Cuando la pechuga esté cocida baje del fuego y desmechela. 3. En una sartén agregue aceite, cuando la sartén esté caliente agregue el tomate y la cebolla previamente lavados, desinfectados y cortados en cuadros 4. Agregue la pechuga desmechada y revuelva. 5. Sirva de acuerdo a la porción por grupo de edad.
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	
			Tomate, crudo	B103	6,3	5	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Sal	L015	0,7	0,7	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	YUCA FRITA	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	B107	162,5	130	1. Quítele la cáscara a la yuca con un cuchillo 2. parta la yuca en porciones medianas 3. Lave la yuca dejandola bien limpia 4. En una olla agregue la yuca y la sal 5. Deje a fuego alto hasta que la yuca se ablande 6. Baje la olla del fuego, saque el agua y deje reposar. 7. En un sartén agregue acite suficiente 8. Cuando el aceite esté caliente adicione la yuca y deje que se dore homogéneamente 9. Saque la yuca del sartén, escurra y sirva
			Aceite de soya	D012	3,0	3	
			Sal	L015	1,0	1	
GRASAS	Grupo V. Grasas	ACEITE VEGETAL PARA FREIR	Aceite de soya	D012	17,0	17	

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	19

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo III. Leche y productos lácteos Grupo II. Frutas y verduras	MAJULE CON LECHE	Plátano hartón, verde, crudo	B092	102,9	70	1. Pele los plátanos maduros y píquelos en trozos 2. En una olla agregue el plátano y agua dependiendo la cantidad del plátano 3. Deje cocinar hasta que esto se pongan blanditos 4. Empiece a machacarlos 5. En una taza aparte se disuelve un poco de almidón y échelo en la olla de los plátanos hasta quedar un poco espeso y lo deje hervir por un momento 6. Baje la olla y deje enfriar 7. En una taza aparte mezcle la leche con agua y proceda a hechar a la olla 8. Sirva.
			Almidón de yuca, crudo	B013	20,0	20	
			Leche de vaca, entera, en polvo	G008	20,0	20	
			Canela	-	1,0	1	
			Panela	K033	15,0	15	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos Grupo III. Leche y productos lácteos	AREPA DE MAIZ BLANCO CON QUESO	Harina de maiz blanco, precocida	A034	50,0	50	1. En un recipiente agregue la harina de maiz blanco y la sal 2. Agregue agua y revuelva hasta obtener una masa homogénea 3. Tome trozos de la masa y moldee en forma de deditos y en la mitad intriduzca un trozo de queso 4. Ponga una sartén a fuego medio, agreguele suficiente aceite y deje calentar 5. Adiciones la masa moldeada y deje freir hasta que esten dorados 6. Saque los deditos del sartén 7. sirva.
			Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	G021	28,0	28	
			Aceite de soya	D012	5,0	5	
			Sal	L015	0,7	0,7	
FRUTAS	Grupo II. Frutas y verduras	FRUTA ENTERA EN COSECHA	Manzana de agua, cruda	C055	153,8	100	1. Limpie y desinfecte la superficie de la fruta 2. Pese la cantidad requerida 3. Sirva

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA		
FIRMA	Anyelit Hernández G.	MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

FORMATO GUIA DE PREPARACIONES

ENTIDAD TERRITORIAL:	VAUPÉS
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Si
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL:	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT
NIVEL	Secundaria
MENÚ No.	20

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTOS	NOMBRE DE PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO DEL ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PROCEDIMIENTO DE PREPARACION
BEBIDA	Grupo II. Frutas y verduras	CHIVÉ DE FRUTA EN COSECHA	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	1. A un recipiente agregue agua lluvia previamente hervida 2. Adicione la fariña y zumo de limón 3. Revuelva y sirva
			Limón, crudo	C044	80,0	40	
ALIMENTO PROTEICO	Grupo IV. Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	CALDO DE PESCADO	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	E005	141,2	120	1. Ponga una olla con agua y sal al fuego 2. Cuando hierva, adicione el pescado previamente lavado y desinfectado y cortado en trozos correspondientes a la porción requerida. 4. Deje que hierva hasta que el pescado esté bien cocido. 5. Deje enfriar y sirva en un plato con la porción de pollo requerida.
			Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	B076	88,9	80	
			Cebolla junca, tallos, cruda	B029	12,5	5	
			Cilantro, crudo	B035	0,6	0,5	
			Ajo, crudo	B009	1,1	1	
			Sal	L015	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Grupo I. Cereales, raíces, tubérculos y plátanos	CASABE DE ALMIDON	Casabe de yuca, asado, con sal	P033	60,0	60	1. En una olla agregue agua, y se adiciona el pescado previamente lavado y ponga al fuego. 2. Cuando el pescado ya se encuentra cocido, machaquelo hasta que quede desmechado. 3. En un recipiente agregue el almidón de yuca, agregue agua y mezcle. 4. Adicione la mezcla anterior a la olla y revuelva constantemente hasta obtener una preparación homgénea y espese por aproximadamente 5 minutos. 5. baje la olla del fuego y sirva.
		FARIÑA	Harina de yuca brava, fariña o mandioca, cruda	P060	15,0	15	1. Destape el recipiente donde se encuentra la fariña. 2. Con una cuchara sirva la cantidad de fariña requerida.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA GUIA DE PREPARACIONES	FRANCY ANYELIT HERNANDEZ GALARZA
FIRMA	Anyelit Hernández G.
MATRÍCULA PROFESIONAL	1006998899

ASCH

ASCH

LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIOS

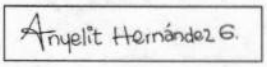
ENTIDAD TERRITORIAL:	
MUNICIPIO	CARURÚ (ZONA URBANA)
SEDE EDUCATIVA	COLEGIO PLURIÉTNICO DE CARURÚ
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	SI
GRUPO ÉTNICO	Indígena
ZONAL	ASATAV
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
BEBIDA	CHOCOLATE CON LECHE AVENA CON LECHE AGUAPANELA CON LECHE	AGUAPANELA CON LECHE, AVENA CON LECHE, COLADA DE PLÁTANO, COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ, JUGO DE FRUTA EN COSECHA CON LECHE, COLADA DE CEREALES
	MAJULE CON LECHE	MAZAMORRA DULCE, DULCE DE TAPIOCA, ARROZ CON LECHE
	ARROZ CON LECHE	MAZAMORRA DULCE, DULCE DE TAPIOCA, MAJULE CON LECHE
	LIMONADA DE PANELA	JUGO DE FRUTA CUALQUIER FRUTA O CHIVÉ DE FRUTA: se deberá calcular el peso de acuerdo con la parte comestible), Pulpa de fruta pasteurizada (la cantidad a preparar depende de la ficha técnica del producto)
	JUGO DE FRUTA EN COSECHA	LIMONADA DE PANELA
	MINGAO DE FRUTA	LIMONADA DE PANELA, JUGO DE FRUTA EN COSECHA, CHIVÉ DE FRUTA
	CHIVÉ DE FRUTA	LIMONADA DE PANELA, JUGO DE FRUTA EN COSECHA, MINGAO DE FRUTA
ALIMENTO PROTEICO	CALDO DE POLLO	Caldo de pescado , caldo de carne (el peso neto de la proteína en crudo es de 100 gramos)
	CALDO DE CARNE	Caldo de pescado, caldo de pollo (el peso neto de la proteína en crudo es de 100 gramos)
	CALDO DE PESCADO	Caldo de carne, caldo de pollo (el peso neto de la proteína en crudo es de 120 gramos)
	HUEVO REVUELTO / HUEVO EN TORTILLA / HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO, HUEVO EN TORTILLA, HUEVO FRITO (Se debe garantizar 1 unidad de huevo por estudiante) ATUN (Se garantiza 50 gramos de atún por estudiante) SARDINA (Se garantiza 50 gramos de sardina por estudiante) PORCIÓN DE QUESO (se deberá garantizar 50 gramos de queso)
	MUÑICA DE PESCADO	CALDO DE PESCADO (Cualquier especie) Garantizar 120 gramos de peso neto crudo PESCADO PILADO Garantizar 120 gramos de peso neto crudo CALDO DE POLLO O GALLINA Garantizar 120 gramos de peso neto crudo CALDO DE CARNE (de res, cerdo) Garantizar 120 gramos de peso neto crudo
	PECHUGA DESMECHADA	PESCADO PILADO (Cualquier especie) Garantizar 100 gramos de peso neto crudo POLLO O GALLINA Garantizar 100 gramos de peso neto crudo CARNE (de res, cerdo) Garantizar 100 gramos de peso neto crudo
	CARNE DESMECHADA	PESCADO (Cualquier especie) Garantizar 100 gramos de peso neto crudo POLLO O GALLINA Garantizar 100 gramos de peso neto crudo CARNE (de res, cerdo) Garantizar 100 gramos de peso neto crudo
	PESCADO FRITO	POLLO FRITO Garantizar 120 gramos de peso neto crudo CARNE FRITA (de res, cerdo) Garantizar 120 gramos de peso neto crudo
	PORCIÓN DE QUESO	ATÚN HUEVO SARDINA CARNE (de res, cerdo) PECHUGA DE POLLO
	SANDWICH DE QUESO	DEDITOS DE HARINA DE TRIGO CON QUESO, AREPA DE TRIGO CON QUESO, AREPA DE HARINA DE MAIZ BLANCO CON QUESO, AREPA DE MAIZ AMARILLO CON QUESO. Se debe garnatizar 30 gramos de queso en la preparación.
	CASABE DE ALMIDON	FARIÑA, AREPA DE MAIZ BLANCO
	SANDWICH DE POLLO	PROTEINA: Puede ser intercambiada por atún, carne de res, pollo. Se debe garantizar 28 gramos de queso en la preparación y 50 gramos peso neto de atún, pollo o carne. En todo caso se debe garantizar el aporte mínimo del 20% de proteina. CEREAL ACOMPAÑANTE: AREPA DE TRIGO, AREPA DE HARINA DE MAIZ BLANCO, AREPA DE MAIZ AMARILLO.
	FARIÑA	CASABE, AREPA DE MAIZ BLANCO, PATACÓN, PAPA COCIDA, YUCA COCIDA
	AREPA DE MAIZ BLANCO	CASABE, AREPA DE TRIGO, AREPA DE MAIZ AMARILLO, ARROZ, PASTA, PATACÓN, PAPA COCIDA, YUCA COCIDA O FRITA
	AREPUELA DE HARINA DE TRIGO	CASABE, AREPA DE MAIZ AMARILLO, AREPA DE MAIZ BLANCO, ARROZ, PATACÓN, PAPA FRITA, YUCA FRITA
	AREPA DE MAIZ BLANCO CON QUESO	AREPA DE TRIGO CON QUESO, DEDITOS DE HARINA DE MAIZ BLANCO CON QUESO, AREPA DE MAIZ AMARILLO CON QUESO

ASCH

CEREAL ACOMPAÑANTE	DEDITOS DE HARINA DE MAIZ BLANCO CON QUESO	DEDITOS DE HARINA DE TRIGO CON QUESO, AREPA DE TRIGO CON QUESO, AREPA DE HARINA DE MAIZ BLANCO CON QUESO, AREPA DE MAIZ AMARILLO CON QUESO
	AREPA DE TRIGO/ PANCAKES	ARROZ CON LECHE, CASABE, AREPA DE HARINA DE MAIZ BLANCO, PAN, AREPA DE MAIZ AMARILLO, ARROZ, PASTA, PATACÓN, PAPA COCIDA, YUCA COCIDA O FRITA, PANCAKES
	PAPA SALADA	YUCA COCIDA, PATACÓN, AREPA DE MAIZ BLANCO, DEDITOS DE HARINA DE MAIZ, AREPUELA DE TRIGO
	PAPA FRITA	PATACÓN, TAJADAS DE PLÁTANO, MODEDITAS DE PLÁTANO, YUCA FRITA, AREPA DE MAIZ, AREPUELA DE HARINA DE TRIGO, PANCAKES
	YUCA FRITA	TAJADAS DE PLÁTANO, MONEDITAS DE PLÁTANO, CASABE, FARIÑA, PAPA FRITA, ARROZ, PANCAKES
	PATACÓN	TAJADAS DE PLÁTANO, MONEDITAS DE PLÁTANO, CASABE, FARIÑA, PAPA FRITA, YUCA FRITA, ARROZ, PANCAKES
	TAJADAS DE PLÁTANO	MONEDITAS DE PLÁTANO, PATACÓN, CASABE, FARIÑA, PAPA FRITA, YUCA FRITA, ARROZ, PANCAKES
	PAN DE SAL	PATACÓN, PAPA COCIDA, YUCA COCIDA, CASABE, GALLETA TIPO CRACKER, AREPA DE MAIZ BLANCO
	GALLETA TIPO CRACKER	PAN, GALLETA DE SODA, AREPUELA DE HARINA DE TRIGO, PANCAKES
FRUTA	FRUTA ENTERA EN COSECHA	CUALQUIER FRUTA: se deberá calcular el peso de acuerdo con la parte comestible garantizando 100 gramos de peso neto

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS	FRANCY ANYELIT HERNÁNDEZ GALARZA

FIRMA  MATRÍCULA PROFESIONAL 1006998899