

PROGRAMACIÓN DEL MENÚ PARA INTERNOS

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE:		HUANUCO	
2017		DICIEMBRE	
DIA/ FECHA	DESAYUNO	ALMUERZO	CENA
VIERNES 1 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE HABAS + 3 PANES + MANJAR BLANCO	ARROZ + PICANTE DE RES + ENSALADA+ INFUSION + FRUTA	ARROZ A LA JARDINERA DE POLLO PICADO + INFUSION
SABADO 2 DE DICIEMBRE DEL 2017	QUINUA + 3 PANES + MERMELADA	ARROZ + POLLO EN SALSA DE TOMATE + PAPA + ENSALADA+ INFUSION + FRUTA	SOPA DE MENUDENCIA DE POLLO
DOMINGO 3 DE DICIEMBRE DEL 2017	MINGADO CON LECHE+ 3 PANES + JAMONADA	ARROZ + PESCADO FRITO+ CAMOTE + ENSALADA + INFUSION+ FRUTA	ARROZ VERDE CON POLLO PICADO + INFUSION
LUNES 4 DE DICIEMBRE DEL 2017	SOYA + 3 PANES + ACEITUNA	ARROZ + PALLARES+ CHANCHO PICADO + ENSALADA+ INFUSION + FRUTA	ARROZ CON LECHE + 2 PANES
MARTES 5 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE HABAS + 3 PANES + CAMOTE	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO+ HUEVO + INFUSION + ENSALADA + FRUTA	ARROZ CHAUFA DE POLLO PICADO + INFUSION
MIERCOLES 6 DE DICIEMBRE DEL 2017	CAFÉ CON LECHE + 3 PANES + MANTEQUILLA	ARROZ + POLLO AL HORNO+PAPA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	SOPA DE RES CON VERDURAS
JUEVES 7 DE DICIEMBRE DEL 2017	TRIGO + 3 PANES + PLATANO	ARROZ + FRIJOL CASTILLA + RES PICADA+ ENSALADA+ INFUSION + FRUTA	MAZAMORRA MORADA + 2 PANES
VIERNES 8 DE DICIEMBRE DEL 2017	QUINUA + 3 PANES + MANTEQUILLA	ARROZ + CAU CAU + POLLO PICADO + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	ARROZ A LA JARDINERA DE MENUDENCIA DE POLLO + INFUSION
SABADO 9 DE DICIEMBRE	AVENA CON MANZANA+ 3 PANES + JAMONADA	ARROZ + ESTOFADO DE RES+ PAPA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	SOPA DE MENUDENCIA DE POLLO
DOMINGO 10 DE DICIEMBRE DEL 2017	MACA CON LECHE + 3 PANES + ACEITUNA	ARROZ + PESCADO FRITO+ CAMOTE + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	ARROZ CHAUFA DE HOT DDOG + INFUSION
LUNES 11 DE DICIEMBRE DEL 2017	CAFÉ+ 3 PANES + HUEVO	ARROZ +ARVEJITA PARTIDA + POLLO PICADO + ENSALADA + INFUSION+ FRUTA	MAZAMORRA DE TOCOSH + 2 PANES
MARTES 12 DE DICIEMBRE DEL 2017	QUINUA + 3 PANES + JAMONADA	ARROZ + OLLUQUITO + RES PICADA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	ARROZ A LA JARDINERA CON POLLO PICADO + INFUSION
MIERCOLES 13 DE DICIEMBRE DEL 2017	CHAPO CON LECHE+ 3 PANES + MANTEQUILLA	ARROZ + SECO DE RES + PAPA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	SOPA DE MENUDENCIA DE POLLO
JUEVES 14 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE HABAS + 3 PANES + ACEITUNA	ARRO + FRIJOL CASITILLA+ CHANCHO PICADO + ENSALADA+ INFUSION + FRUTA	MINGADO CON LECHE + 2 PANES
VIERNES 15 DE DICIEMBRE DEL 2017	SOYA + 3 PANES + JAMONADA	ARROZ + PICANTE DE VERDURAS CON POLLO PICADO + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG+ INFUSION

 Lelis Huachua Laurente REPRESENTANTE	 Lic. Erick R. Santamaria Salvador NUTRICIONISTA CNP 5316
FIRMA DEL CONTRATISTA	FIRMA DE NUTRICIONISTA

PROGRAMACIÓN DEL MENÚ PARA INTERNOS

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE:		HUANUCO	
2017		DICIEMBRE	
DIA/ FECHA	DESAYUNO	ALMUERZO	CENA
SABADO 16 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE PLATANO+3 PANES + MANTEQUILLA	ARROZ CON POLLO + PAPA + ENSALADA+ INFUSION + FRUTA	CAZUELA DE RES
DOMINGO 17 DE DICIEMBRE DEL 2017	AVENA CON LECHE + 3 PANES+ MERMELADA	ARROZ + PESCADO FRITO + PAPA + ENSALADA+ INFUSION + FRUTA	ARROZ A LA AJRDINERA CON POLLO PICADO + INFUSION
LUNES 18 DE DICIEMBRE DEL 2017	TRIGO + 3 PANES + JAMONADA	ARROZ + ARVEJITA PARTIDA+ RES PICADA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	MAZAMORRA DE CALABAZA + 2 PANES
MARTES 19 DE DICIEMBRE DEL 2017	SOYA + 3 PANES + MANTEQUILLA	ARROZ + CAU CAU DE MONDONGO+ ENSALADA + INFUSION + FRUTA	ARROZ CHAUF A CON POLLO PICADO+ INFUSION
MIERCOLES 20 DE DICIEMBRE DEL 2017	CAFÉ+ 3 PANES + MANJAR BLANCO	ARROZ+ POLLO AL HORNO+ YUCA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	AGUADITO DE MENUDENCIA DE POLLO
JUEVES 21 DE DICIEMBRE DEL 2017	COCOA CON LECHE + 3 PANES + ACEITUNA	ARROZ + FRIJOL CASTILLA +RES PICADA+ ENSALADA + INFUSION + FRUTA	MINGADO DE ARROZ CON LECHE + 2 PANES
VIERNES 22 DE DICIEMBRE DEL 2017	QUINUA + 3 PANES + JAMONADA	ARROZ + PICANTE DE VERDURAS+ POLLO PICADO + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	ARROZ A LA JARDINERA CON POLLO PICADO + INFUSION
SABADO 23 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE HABAS + 3 PANES + HUEVO	ARROZ+ ESTOFADO DE POLLO + PAPA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	SOPA DE RES CON VERDURAS
DOMINGO 24 DE DICIEMBRE DEL 2017	AVENA CON LECHE+ 3 PANES + PLATANO	ARROZ + PESCADO FRITO + CAMOTE + ENSALADA + INFUSION+ FRUTA	ARROZ CHAUF A DE HOT DOG + INFUSION
LUNES 25 DE DICIEMBRE DEL 2017	CHAPO + 3 PANES + MANTEQUILLA	ARROZ+ FRIJOL PANAMITO+ CHANCHO PICADO + ENSALADA+ INFUSION + FRUTA + POLLO AL HORNO CON PAPA (MEJORAMIENTO)	MAZAMORRA MORADA + 2 PANES
MARTES 26 DE DICIEMBRE DEL 2017	SOYA + 3 PANES + ACEITUNA	ARROZ+ LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO+ ENSALADA + INFUSION + FRUTA	ARROZ A LA JARDINERA CON MENUDENCIA DE POLLO + INFUSION
MIERCOLES 27 DE DICIEMBRE DEL 2017	MACA CON LECHE+ 3 PANES + JAMONADA	ARROZ + SECO DE RES + PAPA + ENSALADA + INFUSION+ FRUTA	SOPA DE VERDURAS CON RES PICADA
JUEVES 28 DE DICIEMBRE DEL 2017	TRIGO + 3 PANES + CAMOTE	ARROZ + PALLARES +POLLO PICADO + ENSALADA + INFUSION + FRUTA	MINGADO DE ARROZ CON LECHE + 2 PANES
VIERNES 29 DE DICIEMBRE DEL 2017	QUINUA+ 3 PANES + MANTEQUILLA	ARROZ + PICANTE DE VERDURA CON POLLO PICADO + ENSALADA+ INFUSION + FRUTA	ARROZ CHAUF A CON POLLO PICADO + INFUSION
SABADO 30 DE DICIEMBRE DEL 2017	AVENA CON MANZANA+ 3 PANES + ACEITUNA	ARROZ+ ADOBO DE POLLO+ PAPA + ENSALADA+ INFUSION+ FRUTA	CAZUELA DE RES
DOMINGO 31 DE DICIEMBRE DEL 2017	COCOA CON LECHE + 3 PANES+ JAMONADA	ARROZ+ PESCADO FRITO+ PAPA+ ENSALADA+ INFUSION + FRUTA	ARROZ A LA JARDINERA CON POLLO PICADO + INFUSION

 Lellis Huachua Laurente REPRESENTANTE	 Lic. Erika R. Santamaria Salvador NUTRICIONISTA CNP. 5316
FIRMA DEL CONTRATISTA	FIRMA DE NUTRICIONISTA

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 01

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE HABAS + 3 PANES + MANJAR BLANCO							
HARINA DE HABAS	30	7.29	0.57	17.88	29.16	5.13	71.52	105.81
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MANJAR BLANCIO	20	4.71	8.85	0.84	18.84	79.65	3.36	101.85
SUB TOTAL		20.05	10.76	112.7	80.2	96.84	450.76	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			627.8
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			21.83

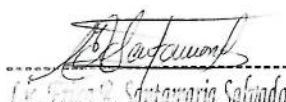
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	PICANTE DE RES + ARROZ + INFUSION+ FRUTA+ ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
CAIGUA	20	0.48	0.2	3.2	1.92	1.7	12.7	16.32
RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
BROCOLI	20	0.98	0.2	1.1	3.92	1.6	4.6	10.11
VAINITA	20	0.47	0.1	1.6	1.86	0.5	6.3	8.66
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
CHOCLO	20	3.30	0.8	27.8	13.20	7.2	111.2	131.6
ZANAHORIA	20	0.26	0.1	1.9	1.04	0.6	7.6	9.24
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		47.36	29.91	245.84	189.43	268.19	997.56	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1455.36
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			50.60

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ A LA JARDINERA + POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PIMENTON	20	0.3	0.10	1.54	1.20	0.90	6.16	8.26
AJI MARILLO	10	0.01	0.10	0.17	0.04	0.90	6.16	8.26
ANIS	3	0.52	0.47	1.5	2.08	4.23	6	12.31
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITE	10	0	10	0	0	90	0	90
SUB TOTAL		29.83	21.81	113.96	119.32	196.29	475.92	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			792.83
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			27.57

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	97.24	62.48	472.5	
VCT (kcal)	388.96	562.32	1890	
VCT (%)	13.52	19.55	65.72	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2875.99

PCIR # 1 IMPRESA PREPAREDORA

Leilis Huachua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Zaida R. Santanarria Salvador
NUTRICIONISTA
CNR 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 02

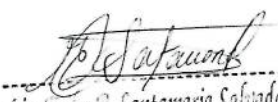
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	QUINUA+ 3 PANES + MERMELADA							
QUINUA	25	3.4	1.45	16.58	13.6	13.05	66.3	92.95
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN FRANCES	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
MERMELADA	20	0.08	0.04	11.88	0.32	0.36	47.52	48.2
SUB TOTAL		11.53	2.83	122.09	46.12	25.47	488.34	
				VALOR CALORICO DEL DESAYUNO				559.93
				% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO				22.11

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + POLLO EN SALSA DE TOMATE + PAPA + INFUSION + FRUTA+ ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
POLLO	160	29.12	16.32	0	116.48	146.88	0	263.36
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
AJI COLORADO	3	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
TOMATE	25	0.2	0.05	1.07	0.8	0.45	4.28	5.53
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
PLATANO DE SEDA	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	55	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	3	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		48.93	43.05	220.37	195.73	387.85	881.28	
VALOR CALORICO DEL ALMUERZO								1465.05
% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO								57.84

	PESO BRUT O	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	SOPA DE MENUDENCIA DE POLLO							
FIDEOS	40	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
MENUDENCIA DE POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.88	3.72
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
APIO	20	0.14	0.04	0.96	0.56	0.36	3.84	4.76
PAPA BLANCA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
PORO	20	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
OREGANO	3	0.02	0.01	0.33	0.08	0.09	1.32	1.49
SUB TOTAL		26.77	10.94	75.52	107.08	98.46	302.64	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			507.94
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.05

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	87.23	56.82	417.98	
VCT (kcal)	348.92	511.38	1671.92	
VCT (%)	13.78	20.19	66.01	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2532.92


Lellis Huachua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Erick R. Santamaria Salvador
NUTRICIONISTA
CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 03

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	MINGADO CON LECHE + 3 PANES + JAMONADA							
ARROCILLO	30	2.46	0.15	23.34	9.84	1.35	93.36	104.55
CANELA	5	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
LECHE EVAPORADA	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CLAVO DE OLOR	5	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
JAMONADA	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
SUB TOTAL		20.12	16.01	124.95	80.48	144.09	499.76	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			724.33
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			24.92

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PESCADO FRITO + CAMOTE+ INFUSION + FRUTA + ENSALADA ✓							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
PESCADO	220	25.92	7.8	0.6	172.8	70.2	2.4	245.4
CAMOTE	150	2.1	0.45	38.55	8.4	4.05	154.2	166.65
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		43.66	34.91	207.8	243.77	314.19	830.8	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1388.95
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			47.79

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ VERDE CON POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PIMENTON	20	0.3	0.10	1.54	1.20	0.90	6.16	8.26
CULANTRO	10	0.01	0.10	0.17	0.04	0.90	6.16	8.26
ANIS	3	0.52	0.47	1.5	2.08	4.23	6	12.31
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITE	10	0	10	0	0	90	0	90
SUB TOTAL		29.83	21.81	113.96	119.32	196.29	475.92	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			792.83
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			27.28

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	93.61	72.73	446.71	
VCT (kcal)	374.44	654.57	1786.84	
VCT (%)	12.88	22.52	61.49	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2906.11

IMPRESA VOTADORA

Lellis Huachua Laurente
REPRESENTANTE

Lic. Erick R. Santamaria Salvador
NUTRICIONISTA
CNP. 5316

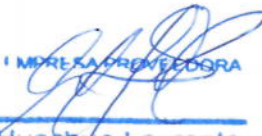
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 04

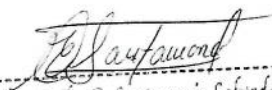
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	SOYA + 3 PANES + ACEITUNA							
SOYA	25	7.05	4.73	8.93	28.2	42.53	35.7	106.43
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
ACEITUNA	40	0.32	12.84	2.92	1.28	115.56	11.68	128.52
SUB TOTAL		15.42	18.91	105.48	61.68	170.15	421.9	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			653.73
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			22.44

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PALLARES + CHANCHO PICADO + INFUSION+ FRUTA + ENSALADA ✓							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
PALLARES	100	23.2	1.1	61	92.8	9.9	244	346.7
CHANCHO	100	14.4	15.1	0	57.6	135.9	0	193.5
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	20	0	20	0	0	180	0	180
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
TOMATE	25	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
ZANAHORIA	25	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO DE SEDA	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		56.17	37.92	270.46	224.68	341.28	1081.8	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1647.9
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			56.56

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CON LECHE + 2 PANES							
ARROZ MOLIDO	40	3.28	0.2	31.12	13.12	1.8	124.48	139.4
AZUCAR RUBIA	40	0	0	39.15	0	0	166.6	156.6
LECHE	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CANELA	5	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	5	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
2 PANES	60	5.04	0.12	38.28	20.16	1.08	153.12	174.36
SUB TOTAL		13.71	7.15	123.24	54.84	64.35	502.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			612.15
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			21.01

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	85.3	63.98	499.18	
VCT (kcal)	341.2	575.82	1996.72	
VCT (%)	11.71	19.76	68.53	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU			2913.78	


Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


Lic. Enig R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 05

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE HABAS + 3 PANES + CAMOTE							
HARINA DE HABAS	30	7.29	0.57	17.88	29.16	5.13	71.52	105.81
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
CAMOTE	50	0.7	0.15	12.85	2.8	1.35	51.4	55.55
SUB TOTAL		16.04	2.06	124.71	64.16	18.54	498.8	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			581.5
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			21.41

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO + INFUSION + FRUTA + ENSALADA							
ZAPALLO	72	0.36	0.1	3.3	1.45	0.9	13.3	15.65
HUEVO	60	8.1	5.04	1.08	32.4	45.36	4.32	82.08
CHOCLO FRESCO	83	3.30	0.8	27.8	13.20	7.2	111.2	131.6
HABAS FRESCAS	27	3.05	0.2	7	12.20	1.9	28	42.1
QUESO	20	3.50	4	0.7	14	36.2	2.6	52.8
PAPA BLANCA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	25	0.2	0.05	1.07	0.8	0.45	4.28	5.53
ACEITE	8	0	8	0	0	72	0	72
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
LECHE EVAPORADA	25	1.58	1.9	2.7	6.30	17.3	10.9	34.5
HIERBA LUISA	0	0	0	0	0	0	0	0
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
PEPINILLO	55	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		38.05	21.62	242.32	152.2	195.48	969.04	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1316.91
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			48.50

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
CEBOLLA CHINA	20	0.34	0.06	1.12	1.36	0.54	4.48	6.38
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.13
ACEITE VEGETAL	20	0	20	0	0	180	0	180
SILLAO	3	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
PIMENTON	15	0.22	0.07	1.15	0.88	0.63	4.60	6.11
TE	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.6
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
SUB TOTAL		26.97	31.12	107.25	107.88	280.08	428.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			817.06
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			30.09

VCT(g)	81.06	54.8	474.28	
VCT (kcal)	324.24	493.2	1897.12	
VCT (%)	11.94	18.16	69.86	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2715.47


Leticia Huanhua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Erika R. Santamaria Salvador
NUTRICIONISTA
CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 06

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	CAFE CON LECHE + 3 PANES +MANTEQUILLA							
CAFE	15	0.03	0.023	12.3	0.12	0.21	49.2	49.53
LECHE EVAPORADA	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MANTEQUILLA	20	0.4	16.4	0	1.6	147.6	0	149.2
SUB TOTAL		12.89	22.273	106.85	51.56	200.46	427.36	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			679.38
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			26.17

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + POLLO AL HORNO + PAPA+ ENSALADA + INFUSION+ FRUTA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
POLLO	160	29.12	16.32	0	116.48	146.88	0	263.36
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PAPA	150	2.1	0.45	38.55	8.4	4.05	154.2	166.65
COL	25	0.32	0.07	1.2	1.28	0.63	4.8	6.71
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		49.4	43.58	226.85	197.6	392.22	922.04	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1512.05
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			58.24

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	SOPA DE RES CON VERDURAS							
CARNE DE RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
FIDEOS	40	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
APIO	20	0.14	0.04	0.96	0.56	0.36	3.84	4.76
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
PORO	20	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
OREGANO	3	0.02	0.01	0.33	0.08	0.09	1.32	1.49
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.3
SUB TOTAL		29.09	2.46	66.5	116.36	22.14	266	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			404.67
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			15.59

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	91.38	68.313	400.2	
VCT (kcal)	365.52	614.817	1600.8	
VCT (%)	14.08	23.68	61.66	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2596.1


Lellis Rodriguez Laurente
 REPRESENTANTE


Lic. Erika R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 07

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	TRIGO + 3 PANES + PLATANO							
TRIGO	30	2.94	0.27	22.38	11.76	2.43	89.52	103.71
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	50	0.7	0.15	12.85	2.8	1.35	51.4	55.55
SUB TOTAL		11.69	1.76	129.21	46.76	15.84	516.8	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			579.4
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.55

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + FRIJOL CASTILLA + RES PICADA + INFUSION + ENSALADA + FRUTA							
RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
FRIJOL CASTILLA	100	23.2	1.1	61	92.8	9.9	244	346.7
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	40	0	40	0	0	360	0	360
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
ZANAHORIA	25	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		61.72	44.42	251.86	246.88	399.78	1007.4	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1654.2
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			58.67

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	MAZAMORRA MORADA + 2 PANES							
MAIZ MORADO	40	2.92	1.36	30.48	11.68	12.24	121.92	145.84
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MAICENA	20	0.05	0.02	18.26	0.2	0.18	73.04	73.42
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CHANCACA	10	0	0	8.39	0	0	33.56	33.56
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
2 PANES	60	5.04	0.12	38.28	20.16	1.08	153.12	174.36
SUB TOTAL		8.5	2.66	131.97	34	23.94	527.84	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			585.78
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.78

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	81.91	48.84	513.04	
VCT (kcal)	327.64	439.56	2052.16	
VCT (%)	11.62	15.59	72.79	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2819.38


 POR EMPRESA PROVEEDORA
 Lelis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


 Lic. Erika R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 08

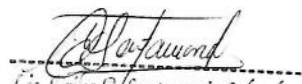
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	QUINUA+ 3 PANES + MANTEQUILLA ✓							
QUINUA	25	3.4	1.45	16.58	13.6	13.05	66.3	92.95
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN FRANCES	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
MANTEQUILLA	20	0.4	16.4	0	1.6	147.6	0	149.2
SUB TOTAL		11.85	19.19	110.21	47.4	172.71	440.82	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			660.93
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			24.14

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + CAU CAU + POLLO PICADO + INFUSION + FRUTA + ENSALADA ✓							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ACEITE VEGETAL	15	0	15	0	0	135	0	135
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.1	5.68	1.08	15.04	21.8
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AJI AMARILLO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
CEBOLLA	10	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.6
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.2	0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		38.89	27.21	212.08	155.57	244.89	862.52	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1263.17
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			46.13

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ A LA JARDINERA CON MENUENCIA DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
MENUENCIA DE POLLO	60	6.48	5.7	0	25.91	50.9	0	76.81
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.1	5.68	1.08	15.04	21.8
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
VAINITAS	20	0.48	0.06	1.62	1.92	0.54	6.48	8.94
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PIMENTON	20	0.3	0.1	1.54	1.2	0.9	6.16	8.26
BROCOLI	20	0.98	0.18	1.14	3.92	1.62	4.56	10.1
AJI MARILLO	10	0.01	0.1	0.17	0.04	0.9	6.16	8.26
ANIS	3	0.52	0.47	1.5	2.08	4.23	6	12.31
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITE	20	0	20	0	0	180	0	180
SUB TOTAL		19.57	27.55	116.72	78.27	247.55	486.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			814.08
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			29.73

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	70.31	73.95	439.01	
VCT (kcal)	281.24	665.55	1756.04	
VCT (%)	10.27	24.31	64.13	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2738.18


POR EMPRESA PROVEEDORA
Lellis Huachua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Erick P. Santamaría Salvador
NUTRICIONISTA
CNP 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 09

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	AVENA CON MANZANA + 3 PANES + JAMONADA							
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
AVENA	30	3.99	1.2	21.6	15.96	10.8	86.4	113.16
MANZANA	20	0.06	0.02	2.92	0.24	0.18	11.68	12.1
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
JAMONADA	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
SUB TOTAL		16.81	11.41	118.5	67.24	102.69	473.96	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			643.89
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			25

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + ESTOFADO DE RES + PAPA + INFUSION+ FRUTA + ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
CARNE DE RES	150	31.95	2.40	0	127.8	21.60	0	149.4
PAPA	150	2.1	0.45	38.55	8.4	4.05	154.2	166.65
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	25	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		51.33	29.58	231.17	205.33	266.62	924.44	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1396.58
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			54.23

	PESO BRUT O	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	SOPA DE MENUDENCIA DE POLLO							
FIDEOS	40	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
MENUDENCIA DE POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.88	3.72
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
APIO	20	0.14	0.04	0.96	0.56	0.36	3.84	4.76
PAPA BLANCA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
PORO	20	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
OREGANO	3	0.02	0.01	0.33	0.08	0.09	1.32	1.49
ACEITE	3	0	3	0	0	27	0	27
SUB TOTAL		26.77	13.94	75.52	107.08	125.46	302.64	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			534.94
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.77

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	94.91	54.93	425.19	
VCT (kcal)	379.64	494.37	1700.76	
VCT (%)	14.74	19.20	66.04	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2575.41


 Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


 Lic. Erika R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 10

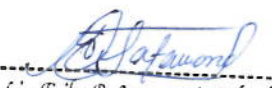
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	MACA CON LECHE + 3 PANES + ACEITUNA							
MACA	25	1.53	0.3	20.03	6.1	2.7	80.1	88.9
LECHE EVAPORADA	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITUNA	40	0.32	12.84	2.92	1.28	115.56	11.68	128.52
SUB TOTAL		14.8	20.15	124.56	59.18	181.35	498.18	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			738.71
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			26.06

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PESCADO FRITO + INFUSION + FRUTA + ENSALADA + CAMOTE							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
CAMOTE	150	2.1	0.45	38.55	8.4	4.05	154.2	166.65
PESCADO	220	25.92	7.8	0.6	172.8	70.2	2.4	245.4
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		43.66	34.91	208.15	243.77	314.19	832.16	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1390.31
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			49.04

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
CEBOLLA CHINA	25	0.34	0.06	1.12	1.36	0.54	4.48	6.38
HOT DOG	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.13
ACEITE VEGETAL	15	0	15	0	0	135	0	135
SILLAO	10	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
PIMENTON	10	0.22	0.07	1.15	0.88	0.63	4.6	6.11
TE	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
SUB TOTAL		13.48	24.77	107.25	53.92	222.93	428.96	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			705.95
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			24.90

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	71.94	79.83	439.96	
VCT (kcal)	287.76	718.47	1759.84	
VCT (%)	10.15	25.34	62.08	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2834.97


Laila Huachua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Erika R. Santamaria Salvador
NUTRICIONISTA
CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO

MENU N° 11

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	CAFE + 3 PANES +HUEVO ✓							
CAFE	15	0.03	0.023	12.3	0.12	0.21	49.2	49.53
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
HUEVO	60	8.1	5.04	1.08	32.4	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		15.69	5.243	100.3	62.76	47.19	401.16	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			511.11
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			19.07

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + ARVEJITA PARTIDA + POLLO PICADO +INFUSION + ENSALADA + FRUTA							
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
ARVEJITA PARTIDA	100	23.2	1.1	61	92.8	9.9	244	346.7
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	30	0	30	0	0	270	0	270
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
ZANAHORIA	25	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		58.62	43.02	251.51	234.48	387.18	1006.04	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1627.84
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			60.72

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	MAZAMORRA DE TOCOSH + 2 PANES							
TOCOSH	80	1.08	0.36	25.26	4.32	3.24	101.04	108.6
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MAICENA	20	0.05	0.02	18.26	0.2	0.18	73.04	73.42
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CHANCACA	8	0	0	6.7	0	0	26.8	26.8
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
2 PANES	60	5.04	0.12	38.28	20.16	1.08	153.12	174.36
SUB TOTAL		6.66	1.66	125.06	26.64	14.94	500.2	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			541.78
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.21

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	80.97	49.923	476.87	
VCT (kcal)	323.88	449.307	1907.48	
VCT (%)	12.08	16.76	71.16	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2680.73


 Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


 Lic. Erika R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 12

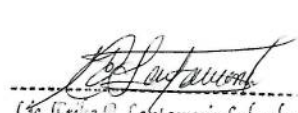
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	QUINUA+ 3 PANES + JAMONADA							
QUINUA	25	3.4	1.45	16.58	13.6	13.05	66.3	92.95
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN FRANCES	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
JAMONADA	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
SUB TOTAL		16.16	11.64	110.56	64.64	104.76	442.18	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			611.58
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			21.79

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + OLLUQUITO + RES PICADA + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
OLLUQUITO	100	2.20	0.2	28.6	8.80	1.8	114.4	125
RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
ACEITE VEGETAL	18	0	18	0	0	162	0	162
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
PAPA BLANCA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
CEBOLLA	8	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
AZUCAR RUBIA	45	0	0	44.24	0	0	176.94	176.94
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		41.76	21.48	244.39	167.05	193.72	977.34	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1338.3
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			47.68

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ A LA JARDINERA + POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.1	5.68	1.08	15.04	21.8
CHOCLO	10	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
VAINITAS	10	0.48	0.06	1.62	1.92	0.54	6.48	8.94
CEBOLLA	4	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PIMENTON	10	0.3	0.1	1.54	1.2	0.9	6.16	8.26
BROCOLI	10	0.98	0.18	1.14	3.92	1.62	4.56	10.1
AJI MARILLO	10	0.01	0.1	0.17	0.04	0.9	6.16	8.26
ANIS	3	0.52	0.47	1.5	2.08	4.23	6	12.31
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITE	15	0	15	0	0	135	0	135
SUB TOTAL		31.29	27.05	116.72	125.16	243.45	486.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			856.87
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			30.53

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	89.21	60.17	471.67	
VCT (kcal)	356.84	541.53	1886.68	
VCT (%)	12.71	19.29	67.22	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2806.75


Lellis Huachua Laurente
REPRESENTANTE


Lc. Erick R. Santamaria Salvador
NUTRICIONISTA
CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 13

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	CHAPO CON LECHE + 3 PANES +MANTEQUILLA ✓							
PLATANO	30	0.35	0	8.9	1.38	0.3	35.6	37.28
LECHE EVAPORADA	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN FRANCES	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MANTEQUILLA	20	0.4	16.4	0	1.6	147.6	0	149.2
SUB TOTAL		13.7	23.41	110.51	54.78	210.99	442	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			707.77
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			27.12

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + SECO DE RES +PAPA + INFUSION + FRUTA + ENSALADA ✓							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
RES	150	31.95	2.40	0	127.8	21.60	0	149.4
PAPA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
CULANTRO	20	0.66	0.26	1.4	2.64	2.34	5.6	10.58
ESPINACA	20	0.56	0.18	0.98	2.24	1.62	3.92	7.78
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	25	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		54.26	29.71	223.73	217.05	267.79	909.32	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1394.35
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			53.42

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	SOPA DE MENUENCIA DE POLLO							
FIDEOS	40	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
MENUENCIA DE POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.88	3.72
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
APIO	20	0.14	0.04	0.96	0.56	0.36	3.84	4.76
PAPA BLANCA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
PORO	20	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
OREGANO	3	0.02	0.01	0.33	0.08	0.09	1.32	1.49
SUB TOTAL		26.77	10.94	75.52	107.08	98.46	302.64	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			507.94
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			19.46

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	94.73	64.06	409.76	
VCT (kcal)	378.92	576.54	1639.04	
VCT (%)	14.52	22.09	62.80	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU			2610.06	


Lellis Huachua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Enig R. Santamaria Salvador
NUTRICIONISTA
COT. 5316

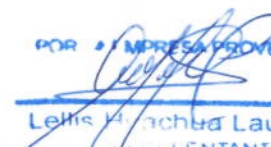
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 14

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE HABAS + 3 PANES + ACEITUNA							
HARINA DE HABAS	30	7.29	0.57	17.88	29.16	5.13	71.52	105.81
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITUNA	40	0.32	12.84	2.92	1.28	115.56	11.68	128.52
SUB TOTAL		15.66	14.75	114.78	62.64	132.75	459.08	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			654.47
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			23.20

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + FRIJOL CASTILLA +CHANCHO PICADO + INFUSION+ ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
FRIJOL CASTILLA	100	22.5	1.8	58.3	90	16.2	233.2	339.4
CHANCHO	100	14.4	15.1	0	57.6	135.9	0	193.5
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	20	0	20	0	0	180	0	180
COL	25	0.32	0.07	1.2	1.28	0.63	4.8	6.71
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		54.16	38.55	247.66	216.64	346.95	990.6	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1554.33
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			55.10

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	MINGADO CON LECHE + 2 PANES							
ARROZ MOLIDO	40	3.28	0.2	31.12	13.12	1.8	124.48	139.4
AZUCAR RUBIA	40	0	0	39.15	0	0	166.6	156.6
LECHE	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CANELA	5	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	5	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
2 PANES	60	5.04	0.12	38.28	20.16	1.08	153.12	174.36
SUB TOTAL		13.71	7.15	123.24	54.84	64.35	502.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			612.15
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			21.70

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	83.53	60.45	485.68	
VCT (kcal)	334.12	544.05	1942.72	
VCT (%)	11.84	19.29	68.87	
	VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU			2820.95

POR EMPRESA PROVEEDORA

Luis Pacheco Laurente
REPRESENTANTE


Rafaela
ENCARGADA

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 15

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	SOYA + 3 PANES + JAMONADA							
SOYA	25	7.05	4.73	8.93	28.2	42.53	35.7	106.43
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
JAMONADA	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
SUB TOTAL		19.81	14.92	102.56	79.24	134.24	410.22	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			623.7
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			22.64

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB		
ALMUERZO	PICANTE DE VERDURAS + POLLO PICADO + ARROZ + INFUSION + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
CAIGUA	20	0.48	0.2	3.2	1.92	1.7	12.7	16.32
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
BROCOLI	20	0.98	0.2	1.1	3.92	1.6	4.6	10.11
VAINITA	20	0.47	0.1	1.6	1.86	0.5	6.3	8.66
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
CHOCLO	20	3.30	0.8	27.8	13.20	7.2	111.2	131.6
ZANAHORIA	20	0.26	0.1	1.9	1.04	0.6	7.6	9.24
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
ACEITE	8	0	9	0	0	81	0	81
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		45.31	22.56	256.99	181.23	202.04	1042.16	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1425.61
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			51.74

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
CEBOLLA CHINA	20	0.34	0.06	1.12	1.36	0.54	4.48	6.38
HOT DOG	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.13
ACEITE VEGETAL	15	0	15	0	0	135	0	135
SILLAO	10	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
PIMENTON	10	0.22	0.07	1.15	0.88	0.63	4.6	6.11
TE	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
SUB TOTAL		13.48	24.77	107.25	53.92	222.93	428.96	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			705.95
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			25.62

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	78.6	62.25	466.8	
VCT (kcal)	314.4	560.25	1867.2	
VCT (%)	11.41	20.33	67.77	
			VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU	2755.26


Leticia Huichua Laurente
 REPRESENTANTE


Lic. Erika R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 16

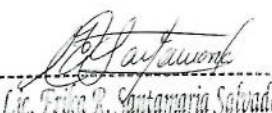
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE PLATANO + 3 PANES + MANTEQUILLA ✓							
HARINA DE PLATANO	25	12.14	7	7.2	48.55	63.1	28.7	140.35
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN FRANCES	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MANTEQUILLA	20	0.4	16.4	0	1.6	147.6	0	149.2
SUB TOTAL		20.59	24.74	101.18	82.35	222.76	404.58	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			709.69
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			26.87

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ CON POLLO +PAPA + INFUSION + FRUTA + ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
POLLO	160	29.12	16.32	0	116.48	146.88	0	263.36
PAPA	150	2.1	0.45	38.55	8.4	4.05	154.2	166.65
CULANTRO	20	0.66	0.26	1.4	2.64	2.34	5.6	10.58
ESPINACA	20	0.56	0.18	0.98	2.24	1.62	3.92	7.78
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
ANIS	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	25	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		50.38	43.93	228.83	201.53	395.77	929.72	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1527.21
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			57.81

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	CAZUELA DE RES ✓							
CARNE DE RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
ARROCILLO	40	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
APIO	20	0.14	0.04	0.96	0.56	0.36	3.84	4.76
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
PORO	20	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
OREGANO	3	0.02	0.01	0.33	0.08	0.09	1.32	1.49
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.3
SUB TOTAL		29.09	2.46	66.5	116.36	22.14	266	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			404.67
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			15.32

VCT(g)	100.06	71.13	396.51	
VCT (kcal)	400.24	640.17	1586.04	
VCT (%)	15.15	24.23	60.04	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2641.57


 POR EMPRESA PROVIDORA
Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


 Lic. Erick R. Santamaría Salgado
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 17

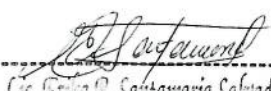
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 3 PANES + MERMELADA							
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
AVENA	30	3.99	1.2	21.6	15.96	10.8	86.4	113.16
LECHE EVAPORADA	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MERMELADA	20	0.08	0.04	11.88	0.32	0.36	47.52	48.2
SUB TOTAL		17.02	8.25	135.09	68.08	74.25	540.32	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			682.65
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			23.46

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PESCADO FRITO + PAPA + INFUSION + FRUTA + ENSALADA ✓							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
PAPA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
PESCADO	220	25.92	7.8	0.6	172.8	70.2	2.4	245.4
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		44.71	34.61	202.7	247.97	311.49	810.4	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1370.05
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			47.09

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ A LA JARDINERA + POLLO PICADO + INFUSION ✓							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
VAINITAS	20	0.48	0.06	1.62	1.92	0.54	6.48	8.94
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PIMENTON	20	0.3	0.10	1.54	1.20	0.90	6.16	8.26
BROCOLI	20	0.98	0.18	1.14	3.92	1.62	4.56	10.1
AJI MARILLO	10	0.01	0.10	0.17	0.04	0.90	6.16	8.26
ANIS	3	0.52	0.47	1.5	2.08	4.23	6	12.31
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITE	15	0	15	0	0	135	0	135
SUB TOTAL		31.29	27.05	116.72	125.16	243.45	486.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			856.87
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			29.45

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	93.02	69.91	454.51	
VCT (kcal)	372.08	629.19	1818.04	
VCT (%)	12.79	21.62	62.48	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2909.57


 Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


 Lic. Enig R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 2017 2016

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE HUANUCO
MENU N° 18

MENU N° 18								
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	TRIGO + 3 PANES + JAMONADA							
TRIGO	30	2.94	0.27	22.38	11.76	2.43	89.52	103.71
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
JAMONADA	20	4.71	8.85	0.84	18.84	79.65	3.36	101.85
SUB TOTAL		15.7	10.46	117.2	62.8	94.14	468.76	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			625.7
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			24.72

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + ARVEJITA PARTIDA+ RES PICADA +INFUSION + FRUTA + ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
ARVEJITA PARTIDA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	27	0	27	0	0	243	0	243
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	40	0	0	39.15	0	0	166.6	156.6
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	25	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		41.96	30.33	240.45	167.85	273.37	971.6	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1403.01
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			55.42

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	MAZAMORRA DE CALABAZA + 2 PANES							
CALABAZA	100	0.5	0.3	4.9	2	2.7	19.6	24.3
AZUCAR	40	0	0	39.15	0	0	166.6	156.6
MAICENA	20	0.05	0.02	18.26	0.2	0.18	73.04	73.42
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CHANCACA	10	0	0	8.39	0	0	33.56	33.56
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
2 PANES	60	5.04	0.12	38.28	20.16	1.08	153.12	174.36
SUB TOTAL		6.08	1.6	116.04	24.32	14.4	474.16	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			502.88
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			19.86

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	63.74	42.39	473.69	
VCT (kcal)	254.96	381.51	1894.76	
VCT (%)	10.07	15.07	74.84	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2531.59


Lellis Huachua Laurente
REF. RL SENTANTE


Erika R. Santamaria Salvador
NUTRICIONISTA
CNP. 5316

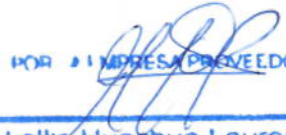
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 19

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	SOYA + 3 PANES + MANTEQUILLA							
SOYA	25	7.05	4.73	8.93	28.2	42.53	35.7	106.43
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	56.61	30.24	1.62	226.44	258.3
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
MANTEQUILLA	20	0.4	16.4	0	1.6	147.6	0	149.2
SUB TOTAL		15.5	22.47	101.75	62	202.19	406.98	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			671.17
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			23.22

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	CAU CAU DE MONDONGO + ARROZ + REFresco + FRUTA+ ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
PAPA	170	3.57	0.17	37.91	14.28	1.53	151.64	167.45
MONDONGO	150	25.35	5.25	0	101.40	47.25	0	148.65
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AJI AMARILLO	10	0.18	0.14	1.76	0.72	1.26	7.04	9.02
CEBOLLA	8	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	30	0	30	0	0	270	0	270
ANIS	3	0.52	0.47	1.5	2.08	4.23	6	12.31
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
COL	25	0.32	0.07	1.2	1.28	0.63	4.8	6.71
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		45.73	37.68	208.22	184.2	339.12	847.48	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			1370.99
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			47.43

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
CEBOLLA CHINA	20	0.34	0.06	1.12	1.36	0.54	4.48	6.38
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.13
ACEITE VEGETAL	30	0	30	0	0	270	0	270
SILLAO	3	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
PIMENTON	15	0.22	0.07	1.15	0.88	0.63	4.60	6.11
TE	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.6
AZUCAR RUBIA	15	0	0	14.78	0	0	59.12	59.12
SUB TOTAL		26.97	41.12	92.53	107.88	370.08	370.12	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			848.22
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			29.35

VCT (g)	88.2	101.27	402.5	
VCT (kcal)	352.8	911.43	1610	
VCT (%)	12.21	31.53	55.70	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2890.38


Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


Lic. Erika R. Santamaria Salazar
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 20

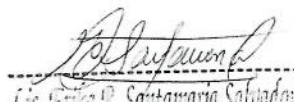
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	CAFE + 3 PANES +MANJAR BLANCO							
CAFE	15	0.03	0.023	12.3	0.12	0.21	49.2	49.53
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MANJAR BLANCO	20	4.71	8.85	0.84	18.84	79.65	3.36	101.85
SUB TOTAL		12.3	9.053	100.06	49.2	81.48	400.2	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			530.88
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.07

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + POLLO AL HORNO + YUCA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
POLLO	160	29.12	16.32	0	116.48	146.88	0	263.36
YUCA	150	1.2	0.3	58.95	4.8	2.7	235.8	243.3
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
COL	25	0.32	0.07	1.2	1.28	0.63	4.8	6.71
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		48.5	43.43	247.25	194	390.87	1003.64	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1588.7
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			60.06

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	AGUADITO DE MENUENCIA DE POLLO							
ARROZ	30	2.46	0.15	23.34	9.84	1.35	93.36	104.55
ACEITE VEGETAL	5	0	5	0	0	45	0	45
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
MENUENCIA DE POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
ACEITE	5	0	5	0	0	45	0	45
PAPA	50	1	0.2	11.65	4	1.8	46.6	52.4
ARVEJAS	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
PIMENTON	20	0.30	0.10	1.54	1.20	0.90	6.16	8.26
ESPINACA	20	0.56	0.18	0.98	2.24	1.62	3.92	7.78
CULANTRO	20	0.66	0.26	1.4	2.64	2.34	5.6	10.58
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.13
SUB TOTAL		26.82	21.74	51.96	107.28	195.66	222.48	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			525.42
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			19.86

VCT(g)	87.62	74.223	399.27	
VCT(kcal)	350.48	668.007	1597.08	
VCT(%)	13.25	25.26	60.38	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2645


Lellis Huachua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Enig B. Santamaria Salvador
NUTRICIONISTA
CNA 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 21

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
DESAYUNO	COCOA CON LECHE + 3 PANES + ACEITUNA							
COCOA	20	0.35	0	8.9	1.38	0.3	35.6	37.28
LECHE EVAPORADA	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITUNA	40	0.32	12.84	2.92	1.28	115.56	11.68	128.52
SUB TOTAL		13.13	18.69	106.37	52.5	168.51	425.44	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			646.45
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			22.90

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + FRIJOL CASTILLA + RES PICADA + INFUSION + ENSALADA + FRUTA ✓							
RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
FRIJOL CASTILLA	100	23.2	1.1	61	92.8	9.9	244	346.7
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	30	0	30	0	0	270	0	270
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
ZANAHORIA	25	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		61.72	34.42	251.86	246.88	309.78	1007.4	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1564.2
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			55.41

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	MINGADO DE ARROZ CON LECHE + 2 PANES							
ARROZ MOLIDO	40	3.28	0.2	31.12	13.12	1.8	124.48	139.4
AZUCAR RUBIA	40	0	0	39.15	0	0	166.6	156.6
LECHE	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CANELA	5	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	5	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
2 PANES	60	5.04	0.12	38.28	20.16	1.08	153.12	174.36
SUB TOTAL		13.71	7.15	123.24	54.84	64.35	502.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			612.15
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			21.69

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	88.56	60.26	481.47	
VCT (kcal)	354.24	542.34	1925.88	
VCT (%)	12.55	19.21	68.23	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2822.8


 LEJLA HUACHUA LAURENTE
 REPRESENTANTE


 Lic. Erika R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 22

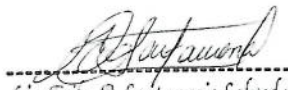
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	QUINUA+ 3 PANES + JAMONADA							
QUINUA	25	3.4	1.45	16.58	13.6	13.05	66.3	92.95
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN FRANCES	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
JAMONADA	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
SUB TOTAL		16.16	11.64	110.56	64.64	104.76	442.18	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			611.58
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			21.13

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB		
ALMUERZO	PICANTE DE VERDURAS + POLLO PICADO + ARROZ + INFUSION + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
CAIGUA	20	0.48	0.2	3.2	1.92	1.7	12.7	16.32
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
BROCOLI	20	0.98	0.2	1.1	3.92	1.6	4.6	10.11
VAINITA	20	0.47	0.1	1.6	1.86	0.5	6.3	8.66
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
CHOCLO	20	3.30	0.8	27.8	13.20	7.2	111.2	131.6
ZANAHORIA	20	0.26	0.1	1.9	1.04	0.6	7.6	9.24
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
ACEITE	8	0	9	0	0	81	0	81
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		45.31	22.56	256.99	181.23	202.04	1042.16	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1425.61
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			49.26

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ A LA JARDINERA CON POLLO PICADO + INFUSION ✓							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
VAINITAS	20	0.48	0.06	1.62	1.92	0.54	6.48	8.94
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PIMENTON	20	0.3	0.10	1.54	1.20	0.90	6.16	8.26
BROCOLI	20	0.98	0.18	1.14	3.92	1.62	4.56	10.1
AJI MARILLO	10	0.01	0.10	0.17	0.04	0.90	6.16	8.26
ANIS	3	0.52	0.47	1.5	2.08	4.23	6	12.31
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITE	15	0	15	0	0	135	0	135
SUB TOTAL		31.29	27.05	116.72	125.16	243.45	486.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			856.87
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			29.61

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	92.76	61.25	484.27	
VCT(kcal)	371.04	551.25	1937.08	
VCT(%)	12.82	19.05	66.93	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU			2894.06	


Lellis Huachua Laurente
 RP REPRESENTANTE


Lic. Erick R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 C.R. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 23

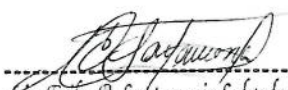
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE HABAS + 3 PANES +HUEVO							
HARINA DE HABAS	30	7.29	0.57	17.88	29.16	5.13	71.52	105.81
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
HUEVO	60	8.1	5.04	1.08	32.4	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		23.44	6.95	112.94	93.76	62.55	451.72	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			608.03
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			23.89

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + ESTOFADO DE POLLO + PAPA + INFUSION + FRUTA+ ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
POLLO	160	29.12	16.32	0	116.48	146.88	0	263.36
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	36.32
AJI COLORADO	3	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
TOMATE	25	0.2	0.05	1.07	0.8	0.45	4.28	5.53
ARVEJA FRESCA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
PLATANO DE SEDA	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	55	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	3	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		51.13	43.43	227.87	204.53	391.27	925.92	
				VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1531.91	
				% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			60.20	

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	SOPA DE RES CON VERDURAS							
CARNE DE RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
FIDEOS	40	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
APIO	20	0.14	0.04	0.96	0.56	0.36	3.84	4.76
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
PORO	20	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
OREGANO	3	0.02	0.01	0.33	0.08	0.09	1.32	1.49
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.3
SUB TOTAL		29.09	2.46	66.5	116.36	22.14	266	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			404.67
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			15.90

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	103.66	52.84	407.31	
VCT (kcal)	414.64	475.56	1629.24	
VCT (%)	16.29	18.69	64.03	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2544.61


 Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


 Lic. Erika R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 24

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 3 PANES + PLATANO							
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
AVENA	30	3.99	1.2	21.6	15.96	10.8	86.4	113.16
LECHE EVAPORADA	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	50	0.7	0.15	12.85	2.8	1.35	51.4	55.55
SUB TOTAL		17.64	8.36	136.06	70.56	75.24	544.2	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			690
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			24.76

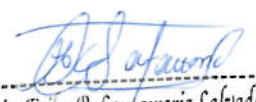
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PESCADO FRITO + CAMOTE + INFUSION + FRUTA + ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
CAMOTE	150	2.1	0.45	38.55	8.4	4.05	154.2	166.65
PESCADO	220	43.2	7.8	0.6	172.8	70.2	2.4	245.4
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TE	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
PEPINILLO	25	0.2	0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		60.94	34.91	208.15	243.77	314.19	832.16	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1390.31
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			49.90

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
CEBOLLA CHINA	20	0.34	0.06	1.12	1.36	0.54	4.48	6.38
HOT DOG	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.13
ACEITE VEGETAL	15	0	15	0	0	135	0	135
SILLAO	10	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
PIMENTON	10	0.22	0.07	1.15	0.88	0.63	4.6	6.11
TE	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
SUB TOTAL		13.48	24.77	107.25	53.92	222.93	428.96	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			705.95
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			25.34

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	92.06	68.04	451.46	
VCT (kcal)	368.24	612.36	1805.84	
VCT (%)	13.22	21.98	64.81	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2786.26

POR REPRESENTANTE

Lellis Pachhua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Erika R. Santamaria Salvador
NUTRICIONISTA
CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 25

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	CHAPO + 3 PANES + MANTEQUILLA ✓							
PLATANO	30	0.35	0	8.9	1.38	0.3	35.6	37.28
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN FRANCES	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MANTEQUILLA	20	0.4	16.4	0	1.6	147.6	0	149.2
SUB TOTAL		8.8	17.74	102.88	35.18	159.96	411.48	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			606.62
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			22.09

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + FRIJOL PANAMITO +CHANCHO PICADO + INFUSION+ ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
FRIJOL PANAMITO	100	22.5	1.8	58.3	90	16.2	233.2	339.4
CHANCHO	100	14.4	15.1	0	57.6	135.9	0	193.5
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	20	0	20	0	0	180	0	180
COL	25	0.32	0.07	1.2	1.28	0.63	4.8	6.71
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		54.16	38.55	247.66	216.64	346.95	990.6	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1554.33
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			56.59

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
MEJORA	POLLO AL HORNO CON PAPA							
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
PAPA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
ACEITE VEGETAL	1	0	10	0	0	90	0	90
AJI COLORADO	15	0.12	0.1	1.2	0.50	0.9	4.9	6.3
VALOR CALORICO DE LA MEJORA								359.4

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	MAZAMORRA MORADA + 2 PANES ✓							
MAIZ MORADO	60	2.92	1.36	30.48	11.68	12.24	121.92	145.84
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
MAICENA	15	0.05	0.02	18.26	0.2	0.18	73.04	73.42
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CHANCACA	10	0	0	8.39	0	0	33.56	33.56
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
2 PANES	60	5.04	0.12	38.28	20.16	1.08	153.12	174.36
SUB TOTAL		8.5	2.66	131.97	34	23.94	527.84	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			585.78
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			21.33

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	71.46	58.95	482.51	
VCT (kcal)	285.84	530.55	1930.04	
VCT (%)	10.41	19.32	70.27	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2746.73


 Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


 Lic. Erika R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 26

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	SOYA + 3 PANES + ACEITUNA							
SOYA	25	7.05	4.73	8.93	28.2	42.53	35.7	106.43
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITUNA	40	0.32	12.84	2.92	1.28	115.56	11.68	128.52
SUB TOTAL		15.42	18.91	105.83	61.68	170.15	423.26	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			655.09
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			23.51

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO + INFUSION + FRUTA + ENSALADA							
ZAPALLO	72	0.36	0.1	3.3	1.45	0.9	13.3	15.65
HUEVO	60	8.1	5.04	1.08	32.4	45.36	4.32	82.08
CHOCLO FRESCO	83	3.30	0.8	27.8	13.20	7.2	111.2	131.6
HABAS FRESCAS	27	3.05	0.2	7	12.20	1.9	28	42.1
QUESO	20	3.50	4	0.7	14	36.2	2.6	52.8
PAPA BLANCA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	25	0.2	0.05	1.07	0.8	0.45	4.28	5.53
ACEITE	8	0	8	0	0	72	0	72
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
LECHE EVAPORADA	25	1.58	1.9	2.7	6.30	17.3	10.9	34.5
HIERBA LUISA	0	0	0	0	0	0	0	0
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
PEPINILLO	55	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		38.05	21.62	242.32	152.2	195.48	969.04	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1316.91
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			47.27

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ A LA JARDINERA CON MENUENCIA DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
MENUENCIA DE POLLO	60	6.48	5.7	0	25.91	50.9	0	76.81
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.1	5.68	1.08	15.04	21.8
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
VAINITAS	20	0.48	0.06	1.62	1.92	0.54	6.48	8.94
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PIMENTON	20	0.3	0.1	1.54	1.2	0.9	6.16	8.26
BROCOLI	20	0.98	0.18	1.14	3.92	1.62	4.56	10.1
AJI MARILLO	10	0.01	0.1	0.17	0.04	0.9	6.16	8.26
ANIS	3	0.52	0.47	1.5	2.08	4.23	6	12.31
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITE	20	0	20	0	0	180	0	180
SUB TOTAL		19.57	27.55	116.72	78.27	247.55	486.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			814.08
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			29.22

VCT (g)	73.04	68.08	464.87	
VCT (kcal)	292.16	612.72	1859.48	
VCT (%)	10.49	21.99	66.74	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU			2786.08	


Lellis Huachua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Erick R. Santamaria Salgado
NUTRICIONISTA
CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 27

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	MACA CON LECHE + 3 PANES + JAMONADA							
MACA	25	1.53	0.3	20.03	6.1	2.7	80.1	88.9
LECHE EVAPORADA	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
JAMONADA	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
SUB TOTAL		19.19	16.16	121.64	76.74	145.44	486.5	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			708.68
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			27.40

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + SECO DE RES +PAPA + INFUSION + FRUTA + ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
RES	150	31.95	2.40	0	127.8	21.60	0	149.4
PAPA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
CULANTRO	20	0.66	0.26	1.4	2.64	2.34	5.6	10.58
ESPINACA	20	0.56	0.18	0.98	2.24	1.62	3.92	7.78
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	25	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		54.26	29.71	223.73	217.05	267.79	909.32	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1394.35
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			53.91

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	SOPA DE VERDURAS CON CARNE PICADA							
CARNE DE RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
FIDEOS	40	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
APIO	20	0.14	0.04	0.96	0.56	0.36	3.84	4.76
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
PORO	20	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
OREGANO	3	0.02	0.01	0.33	0.08	0.09	1.32	1.49
ACEITE	10	0	10	0	0	90	0	90
SUB TOTAL		28.82	12.29	64.37	115.28	110.61	257.48	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			483.37
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			18.69

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	102.27	58.16	409.74	
VCT (kcal)	409.08	523.44	1638.96	
VCT (%)	15.82	20.24	63.37	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2586.4


Lellis Huachua Laurente
REPRESENTANTE


Lic. Erick R. Salamanca Salvador
NUTRICIONISTA

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 28

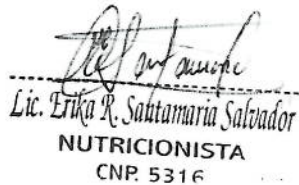
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	TRIGO + 3 PANES + CAMOTE ✓							
TRIGO	30	2.94	0.27	22.38	11.76	2.43	89.52	103.71
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
CAMOTE ✓	50	0.7	0.15	12.85	2.8	1.35	51.4	55.55
SUB TOTAL		11.69	1.76	129.21	46.76	15.84	516.8	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			579.4
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.91

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PALLARES+ POLLO PICADO +INFUSION + FRUTA + ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
PALLARES	100	23.2	1.1	61	92.8	9.9	244	346.7
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
TOMATE	25	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		58.61	37.93	250.9	234.45	341.77	1003.36	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1579.77
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			57

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	MINGADO DE ARROZ CON LECHE+ 2 PANES							
ARROZ MOLIDO	40	3.28	0.2	31.12	13.12	1.8	124.48	139.4
AZUCAR RUBIA	40	0	0	39.15	0	0	166.6	156.6
CANELA	5	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
LECHE	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
CLAVO DE OLOR	5	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
2 PANES	60	5.04	0.12	38.28	20.16	1.08	153.12	174.36
SUB TOTAL		13.71	7.15	123.24	54.84	64.35	502.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			612.15
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			22.09

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	84.01	46.84	503.35	
VCT (kcal)	336.04	421.56	2013.4	
VCT (%)	12.13	15.21	72.65	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2771.32


 Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


 Lic. Erika R. Sautamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE HUANUCO
MENU N° 29

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	QUINUA+ 3 PANES + MANTEQUILLA ✓							
QUINUA	25	3.4	1.45	16.58	13.6	13.05	66.3	92.95
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN FRANCES	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.15	0	0	116.6	116.6
MANTEQUILLA	20	0.4	16.4	0	1.6	147.6	0	149.2
SUB TOTAL		11.85	19.19	110.21	47.4	172.71	440.82	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			660.93
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			23.12

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	PICANTE DE VERDURAS + POLLO PICADO + ARROZ + INFUSION + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
CAIGUA	20	0.48	0.2	3.2	1.92	1.7	12.7	16.32
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
PAPA BLANCA	100	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
BROCOLI	20	0.98	0.2	1.1	3.92	1.6	4.6	10.11
VAINITA	20	0.47	0.1	1.6	1.86	0.5	6.3	8.66
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
CHOCLO	20	3.30	0.8	27.8	13.20	7.2	111.2	131.6
ZANAHORIA	20	0.26	0.1	1.9	1.04	0.6	7.6	9.24
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
ACEITE	8	0	9	0	0	81	0	81
TORONJIL	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.60
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		45.31	22.56	256.99	181.23	202.04	1042.16	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1425.61
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			49.87

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
CEBOLLA CHINA	20	0.34	0.06	1.12	1.36	0.54	4.48	6.38
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.13
ACEITE VEGETAL	15	0	15	0	0	135	0	135
SILLAO	3	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
PIMENTON	15	0.22	0.07	1.15	0.88	0.63	4.60	6.11
TE	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.6
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
SUB TOTAL		26.97	26.12	107.25	107.88	235.08	428.96	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			772.06
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			27.01

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	84.13	67.87	474.45	
VCT (kcal)	336.52	610.83	1897.8	
VCT (%)	11.77	21.37	66.39	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2858.6


Lellis Huachua Laurente
 REPRESENTANTE


Lic. Erika R. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNP. 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 30

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	AVENA CON MANZANA + 3 PANES + ACEITUNA							
CANELA	3	0.19	0.16	4	0.76	1.44	16	18.2
AVENA	30	3.99	1.2	21.6	15.96	10.8	86.4	113.16
MANZANA	20	0.06	0.02	2.92	0.24	0.18	11.68	12.1
CLAVO DE OLOR	3	0.3	1	3.06	1.2	9	12.24	22.44
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	40	0	0	39.15	0	0	166.6	156.6
ACEITUNA	40	0.32	12.84	2.92	1.28	115.56	11.68	128.52
SUB TOTAL		12.42	15.4	131.07	49.68	138.6	534.28	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			712.56
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			27.50

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + ADOBO DE POLLO + PAPA + INFUSION + FRUTA + ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
TOMATE	20	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
POLLO	160	29.12	16.32	0	116.48	146.88	0	263.36
PAPA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
PAN	30	2.5	0	18.9	10.1	0	75.5	85.6
AJI COLORADO	10	0.06	0.03	0.24	0.24	0.27	0.96	1.47
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
CARAMBOLA	20	0.18	0.02	3.22	0.72	0.18	12.88	13.78
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
PEPINILLO	25	0.20	0.0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		49.98	42.94	221.89	200.03	386.86	887.22	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1474.3
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			56.89

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	CAZUELA DE RES							
CARNE DE RES	100	21.3	1.6	0	85.2	14.4	0	99.6
ARROCILLO	40	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
APIO	20	0.14	0.04	0.96	0.56	0.36	3.84	4.76
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
PORO	20	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
OREGANO	3	0.02	0.01	0.33	0.08	0.09	1.32	1.49
KION	3	0.27	0.17	2.13	1.08	1.53	8.52	11.3
SUB TOTAL		29.09	2.46	66.5	116.36	22.14	266	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			404.67
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			15.62

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	91.49	60.8	419.46	
VCT (kcal)	365.96	547.2	1677.84	
VCT (%)	14.12	21.11	64.74	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2591.53


 Lelis H. Pachua Laurente
 REPRESENTANTE


 Lic. Erick P. Santamaria Salvador
 NUTRICIONISTA
 CNR 5316

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL
DE HUANUCO
MENU N° 31

MENÚ N° 31								
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	COCOA CON LECHE + 3 PANES + JAMONADA							
COCOA	20	0.35	0	8.9	1.38	0.3	35.6	37.28
LECHE EVAPORADA	70	4.9	5.67	7.63	19.6	51.03	30.52	101.15
PAN	90	7.56	0.18	57.42	30.24	1.62	229.68	261.54
AZUCAR RUBIA	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
JAMONADA	30	4.71	8.85	0	18.84	79.65	0	98.49
SUB TOTAL		17.52	14.7	103.45	70.06	132.6	413.76	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			616.42
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			22.17

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PESCADO FRITO + PAPA + INFUSION + FRUTA + ENSALADA							
ARROZ	150	12.3	0.75	116.7	49.2	6.75	466.8	522.75
PAPA	150	3.15	0.15	33.45	12.6	1.35	133.8	147.75
PESCADO	220	43.2	7.8	0.6	172.8	70.2	2.4	245.4
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	25	0	25	0	0	225	0	225
TE	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.56	10.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
NARANJA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
PEPINILLO	25	0.2	0	1.1	0.81	0.4	4.2	5.41
COL	25	0.75	0.2	2.5	3	1.4	9.8	14.2
LIMON	5	0.03	0.03	0.43	0.12	0.27	1.72	2.16
SUB TOTAL		61.99	34.61	203.05	247.97	311.49	811.76	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			1371.41
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			49.32

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ A LA JARDINERA CON POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	90	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
POLLO	100	18.2	10.2	0	72.8	91.8	0	164.6
ARVEJA	20	1.42	0.12	0.10	5.68	1.08	15.04	21.8
CHOCLO	20	0.66	0.16	5.56	2.64	1.44	22.24	26.32
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PIMENTON	20	0.3	0.10	1.54	1.20	0.90	6.16	8.26
AJI MARILLO	10	0.01	0.10	0.17	0.04	0.90	6.16	8.26
ANIS	3	0.52	0.47	1.5	2.08	4.23	6	12.31
AJOS	3	0.16	0.02	0.91	0.64	0.18	3.64	4.6
AZUCAR	30	0	0	29.5	0	0	117.96	117.96
ACEITE	10	0	10	0	0	90	0	90
SUB TOTAL		29.83	21.81	113.96	119.32	196.29	475.92	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			792.83
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			28.51

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	109.34	71.12	420.46	
VCT (kcal)	437.36	640.08	1681.84	
VCT (%)	15.73	23.02	60.48	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				2780.66

POR EMPRESA PROVEEDORA

Lellis Huachua Laurente
REPRESENTANTE

[Firma]
Lic. Erika R. Santanaria Salvador
NUTRICIONISTA
CNP 5310