

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO DE CAJAMARCA

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	Martes 21/08/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
2	Miercoles 22/08/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
3	Jueves 23/08/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
4	Viernes 24/08/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Hígado + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
5	Sabado 25/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
6	Domingo 26/08/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
7	Lunes 27/08/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
8	Martes 28/08/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
9	Miercoles 29/08/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
10	Jueves 30/08/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
11	Viernes 31/08/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + infusion
12	Sabado 01/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
13	Domingo 02/09/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
14	Lunes 03/09/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO DE CAJAMARCA

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

N° DE MEN	FECHA	DETALLE DEL MENU	
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
15	04/09/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
16	05/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
17	06/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
18	07/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Higado + Papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
19	08/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancocado
20	09/09/2018	ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancocado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
	Lunes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
21	10/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
22	11/08/2018	ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
23	12/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
24	13/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
25	14/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
26	15/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancocado
27	16/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
	Lunes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
28	17/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
29	18/09/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
30	19/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
31	20/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		29.67	22.71	88.70	118.66	204.35	354.78	
					V.C DESAYUNO			677.79
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		53.25	44.91	227.13	213.01	404.19	908.52	
					V.C ALMUERZO			1525.71
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 panes con tortilla							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Huevo de gallina. Crudo	30.0	3.44	2.14	0.46	13.77	19.28	1.84	34.88
Harina de trigo	10.0	0.89	0.17	6.36	3.57	1.53	25.43	30.53
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		10.51	15.32	62.73	42.02	137.89	250.90	
					V.C CENA			430.81
					% DIST. CENA			16
					93.42	82.94	378.55	
					373.7	746.4	1514.2	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2634.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
 Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 02 - 16 - 30

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		34.68	49.27	161.61	138.71	443.45	646.43	
					V.C ALMUERZO			1228.59
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	15.00	0.35	0.06	1.13	1.38	0.54	4.50	6.42
Tomate	10.00	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.19	14.49	111.43	120.76	130.37	445.74	
					V.C CENA			696.87
					% DIST. CENA			27
					79.56	89.33	361.70	
					318.2	804.0	1446.8	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			2569.0
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

MENU° 03 - 17 - 31

Ref:

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Saltado de Hígado + Papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		41.57	37.23	238.54	166.26	335.11	954.15	
					V.C ALMUERZO			1455.52
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de res pulpa	70.00	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Cebolla de cabeza	10.0	0.18	0.03	0.60	0.74	0.29	2.40	3.42
Papa blanca	150.00	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Arvejas frescas	20.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		25.62	16.75	123.73	102.50	150.77	494.92	
					V.C CENA			748.18
					% DIST. CENA			27
					84.93	71.25	446.12	
					339.7	641.2	1784.5	
					13%	28%	59%	
V.C.T MENU							2765.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gaviola
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	117.90	115.74	207.27	471.60	
					V.C DESAYUNO			794.61
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Cilandro	10.00	0.26	0.10	0.56	1.06	0.94	2.24	4.23
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.37	44.73	233.20	253.49	402.53	932.81	
					V.C ALMUERZO			1588.83
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Chuño	40.0	0.20	0.00	1.96	0.80	0.00	7.84	8.64
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	45.0	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
SUB TOTAL		9.56	5.97	80.55	38.24	53.73	322.18	
					V.C CENA			414.15
					% DIST. CENA			15
					101.87	73.73	431.65	
					407.5	663.5	1726.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2797.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	106.95	83.66	94.95	427.78	
					V.C DESAYUNO			606.39
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.31	44.94	245.15	121.24	404.42	980.61	
					V.C ALMUERZO			1506.27
					% DIST. ALMUERZO			60
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
fideo	40.0	0.00	0.00	4.80	0.00	0.00	19.20	19.20
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Porro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	25.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	50.0	0.00	0.00	49.15	0.00	0.00	196.60	196.60
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.28	0.49	95.82	17.10	4.43	383.29	
					V.C CENA			404.82
					% DIST. CENA			16
				55.50	55.98	447.92		
				222.0	503.8	1791.7		
				12%	28%	60%		
					V.C.T MENU		2517.5	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 07 -21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Margarina							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Margarina vegetal con sal	25.00	0.15	20.50	0.00	0.60	184.50	0.00	185.10
SUB TOTAL		29.22	43.11	65.07	116.86	387.95	260.26	
					V.C DESAYUNO			765.07
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de res + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	250.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.94	44.12	234.25	171.75	397.10	936.99	
					V.C ALMUERZO			1505.84
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	5.88	152.06	36.26	52.94	608.22	
					V.C CENA			697.41
					% DIST. CENA			20
					81.22	93.11	451.37	
					324.9	838.0	1805.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2968.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
 Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 8 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + mermelada							
Soya	/ 25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	/ 40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	/ 90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada De frutas	/ 25.00	0.10	0.05	18.28	0.40	0.45	73.10	73.95
SUB TOTAL		11.47	5.49	106.24	45.86	49.37	424.96	
					V.C DESAYUNO			520.19
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco							
Fideos tallarín	/ 180.00	17.10	0.18	125.28	68.40	1.62	501.12	571.14
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	/ 10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	/ 160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	/ 40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	/ 150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		55.53	44.22	208.95	222.13	397.98	835.80	
					V.C ALMUERZO			1455.90
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Camote	/ 100.0	15.13	0.17	0.85	60.52	1.53	3.40	65.45
Aceite vegetal	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	207.00	0.00	207.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		21.30	26.18	51.84	85.20	235.61	207.37	
					V.C CENA			528.19
					% DIST. CENA			20
					88.30	75.88	367.03	
					353.2	683.0	1468.1	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2504.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 09 - 23

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		34.68	54.27	161.61	138.71	488.45	646.43	
					V.C ALMUERZO			1273.59
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz a la cubana + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	200.00	2.40	0.48	33.60	9.60	4.32	134.40	148.32
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.88	15.97	129.28	71.52	143.73	517.10	
					V.C CENA			732.35
					% DIST. CENA			28
					67.25	95.81	379.54	
					269.0	862.3	1518.2	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU		2649.5	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI/07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.88	13.56	93.60	83.52	122.04	374.38	
					V.C DESAYUNO			579.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta +							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		74.29	40.80	236.09	297.16	367.17	944.34	
					V.C ALMUERZO			1608.67
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	35.50	56.42	47.12	319.52	225.67	
					V.C CENA			592.31
					% DIST. CENA			21
					106.95	89.86	386.10	
					427.8	808.7	1544.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU		2780.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		38.77	33.73	238.54	155.06	303.61	954.15	
					V.C ALMUERZO			1412.82
					% DIST. ALMUERZO			52
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.09	26.58	90.69	128.38	239.20	362.77	
					V.C CENA			730.35
					% DIST. CENA			27
				88.60	77.57	413.09		
				354.4	698.1	1652.3		
				13%	28%	59%		
					V.C.T MENU		2704.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	112.99	115.74	207.27	451.94	
					V.C DESAYUNO			774.95
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		54.24	44.42	214.10	216.94	399.78	856.40	
					V.C ALMUERZO			1473.12
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
pasas	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	766.00	8.05
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		12.71	6.18	101.79	50.84	55.62	407.14	
					V.C CENA			513.60
					% DIST. CENA			19
				95.88	73.63	428.87		
				383.5	662.7	1715.5		
				11%	26%	63%		
					V.C.T MENU		2761.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI.07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + huevo sancochado							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		20.54	13.31	99.91	82.14	119.79	399.62	
					V.C DESAYUNO			601.55
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.32	32.84	242.06	169.29	295.58	968.25	
					V.C ALMUERZO			1433.12
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de fideos con res con hueso							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poró	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.38	27.21	98.46	117.54	244.91	393.85	
					V.C CENA			756.30
					% DIST. CENA			27
					92.24	73.36	440.43	
					369.0	660.3	1761.7	
					12%	28%	60%	
V.C.T MENU							2791.0	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Platano							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		12.87	15.74	134.57	51.46	141.62	538.28	
					V.C DESAYUNO			731.36
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.56	42.64	222.32	122.23	383.78	889.29	
					V.C ALMUERZO			1395.30
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	15.88	161.89	36.26	142.94	647.54	
					V.C CENA			826.73
					% DIST. CENA			28
					52.49	74.26	518.78	
					209.9	668.3	2075.1	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2953.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Hayee Zavalata Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA PARA PERSONAL INPE DEL E.P CAJAMARCA

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
		DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
1	21.08/22.08/23.08	ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Infusion
		DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
2	24.08/25.08/26.08	ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
3	27.08/28.08/29.08	ALMUERZO	Papa a la huancaina + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
		DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
4	30.08/31.08/01.09	ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Higado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo
5	02.09/03.09/04.09	ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancocado con res (presa) + Fruta + Infusion
		DESAYUNO	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes + palta
6	05.09/06.09/07.09	ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Gallina mechada + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
		DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
7	08.09/09.09/10.09	ALMUERZO	Sancocado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejititas guisadas + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
8	11.08/12.08/13.08	ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
9	14.09/15.09/16.09	ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
10	17.09/18.09/19.09	ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pavita al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion
		DESAYUNO	Quinua + Fruta + 03 panes + palta
11	20/09/2018	ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Sarza + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de higado + papa + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		21.40	9.92	107.07	85.60	89.28	428.26	
					V.C DESAYUNO			603.14
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	20.00	1.46	0.68	15.24	5.84	6.12	60.96	72.92
SUB TOTAL		68.38	19.21	233.24	273.53	172.91	932.97	
					V.C ALMUERZO			1379.41
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	135.31	132.02	175.99	541.23	
					V.C CENA			849.23
					% DIST. CENA			30
					122.79	48.69	475.62	
					491.1	438.2	1902.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2831.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		25.50	17.17	110.80	101.98	154.53	443.20	
					V.C DESAYUNO			699.71
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco							
Sémola de Trigo	30.00	2.34	0.33	23.52	9.36	2.97	94.08	106.41
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poró	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	19.30	251.50	255.94	173.68	1006.01	
					V.C ALMUERZO			1435.64
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		16.40	6.18	197.05	65.62	55.58	788.19	
					V.C CENA			909.39
					% DIST. CENA			30
					105.89	42.64	559.35	
					423.5	383.8	2237.4	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU		3044.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Papa a la huancaína +Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	12.0	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	18.78	131.34	131.01	169.04	525.34	
					V.C CENA			825.39
					% DIST. CENA			30
		113.70	69.52	421.13				
		454.8	625.7	1684.5				
		11%	28%	61%				
					V.C.T MENU		2764.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	101.93	107.90	171.32	407.72	
					V.C DESAYUNO			686.94
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		54.71	32.69	209.01	218.84	294.23	836.03	
					V.C ALMUERZO			1349.09
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			29
					115.64	80.08	419.59	
					462.6	720.7	1678.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			2861.6
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo							
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Maíz Mote de	60.00	1.56	0.78	12.66	6.24	7.02	50.64	63.90
Cebolla china	5.00	0.12	0.02	0.38	0.46	0.18	1.50	2.14
Mondongo de res	50.00	8.45	1.75	0.50	33.80	15.75	2.00	51.55
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		21.68	21.46	113.69	86.72	193.14	454.74	
					V.C DESAYUNO			734.60
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta							
Vainitas	40.00	0.20	0.04	7.08	0.80	0.36	28.32	29.48
Zanahoria	30.00	0.18	0.15	2.76	0.72	1.35	11.04	13.11
Papa blanca	60.00	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Remolacha raíz	30.00	0.51	0.03	2.85	2.04	0.27	11.40	13.71
Limón	10.00	0.05	0.02	0.97	0.20	0.18	3.88	4.26
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		72.50	11.65	250.03	289.99	104.81	1000.12	
					V.C ALMUERZO			1394.93
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Sopa sancocado con res (presa) + Fruta + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	120.00	20.45	1.54	0.00	81.79	13.82	0.00	95.62
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Lima	150.00	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.24	7.89	117.37	120.95	70.97	469.46	
					V.C CENA			661.39
					% DIST. CENA			24
					124.42	40.99	481.08	
					497.7	368.9	1924.3	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU		2790.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07281988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes con palta							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cocoa	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		18.16	16.28	105.96	72.62	146.48	423.84	
					V.C DESAYUNO			642.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Gallina mechada + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de gallina (presas)	160.00	30.72	4.64	0.00	122.88	41.76	0.00	164.64
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		66.20	43.17	238.40	264.79	388.49	953.62	
					V.C ALMUERZO			1606.90
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	22.07	117.22	111.44	198.59	468.86	
					V.C CENA			778.90
					% DIST. CENA			26
					112.21	81.51	461.58	
					448.9	733.6	1846.3	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			3028.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 07

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Sopa de pollo + 01 pan + infusion							
Hierba buena	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Carne de Pollo Pechuga	50.00	9.60	1.45	0.00	38.40	13.05	0.00	51.45
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zapallo macre	40.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Fideos	50.00	4.70	0.10	39.10	18.80	0.90	156.40	176.10
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
SUB TOTAL		20.35	23.68	112.53	81.40	213.12	450.10	
					V.C DESAYUNO			744.62
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	30.00	2.46	0.15	23.34	9.84	1.35	93.36	104.55
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de res, pulpa	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Col	20.00	0.27	0.03	1.89	1.09	0.29	7.55	8.93
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Bonito	160.00	0.64	1.12	21.28	2.56	10.08	85.12	97.76
Lentejas	80.00	18.08	0.80	48.80	72.32	7.20	195.20	274.72
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Cebolla de cabeza	35.00	0.81	0.14	2.63	3.22	1.26	10.50	14.98
Limón	6.00	0.03	0.01	0.58	0.12	0.11	2.33	2.56
Papaya	150.00	0.60	0.15	12.30	2.40	1.35	49.20	52.95
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		50.28	34.52	277.13	201.13	310.66	1108.51	
					V.C ALMUERZO			1620.30
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Molleja guisada + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de pollo	100.0	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Tomate	21.00	0.13	0.03	0.72	0.54	0.30	2.89	3.73
Cebolla de cabeza	35.00	0.64	0.11	2.10	2.58	1.01	8.40	11.98
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Hierbas	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		9.82	21.01	179.60	39.29	189.10	718.40	
					V.C CENA			946.80
					% DIST. CENA			29
					80.46	79.21	569.25	
					321.8	712.9	2277.0	
					12%	25%	63%	
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO					V.C.T MENU			3311.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		23.73	8.74	115.13	94.92	78.66	460.50	
					V.C DESAYUNO			634.08
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	15.73	0.00	0.00	62.91	62.91
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	10.82	122.46	68.85	97.36	489.86	
					V.C CENA			656.07
					% DIST. CENA			22
					101.21	69.68	500.10	
					404.9	627.1	2000.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			3032.4
								100%

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI. 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 09

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Manzana	150.00	0.45	0.15	21.90	1.80	1.35	87.60	90.75
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		29.05	22.63	120.05	116.18	203.67	480.18	
					V.C DESAYUNO			800.03
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Huacatay	10.00	0.50	0.08	0.80	2.00	0.72	3.20	5.92
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	10.00	0.70	0.81	1.09	2.80	7.29	4.36	14.45
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Aji amarillo	5.00	0.07	0.02	0.46	0.29	0.18	1.86	2.32
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Mango	150.00	0.48	0.24	19.08	1.92	2.16	76.32	80.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		59.48	26.57	265.48	237.92	239.10	1061.93	
					V.C ALMUERZO			1538.96
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	150.0	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
SUB TOTAL		31.69	24.28	126.17	126.76	218.52	504.68	
					V.C CENA			849.96
					% DIST. CENA			27
					120.22	73.48	511.70	
					480.9	661.3	2046.8	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			3188.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pavita al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pavo pulpa	160.0	32.16	32.32	0.00	128.64	290.88	0.00	419.52
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.54	61.07	233.89	254.17	549.67	935.57	
					V.C ALMUERZO			1739.41
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopá de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			25
					113.69	108.09	503.95	
					454.7	972.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3443.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 11

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa + Fruta + 03 panes + Palta							
Quinoa	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	26.00	0.00	0.00	25.56	0.00	0.00	102.23	102.23
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		22.58	22.00	86.87	90.30	197.96	347.47	
					V.C DESAYUNO			635.73
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Zarsa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	26.37	4.61	0.00	105.47	41.47	0.00	146.94
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arvejas frescas	20.00	1.64	0.10	15.56	6.56	0.90	62.24	69.70
Zanahoria	20.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Espinaca negra	10.00	0.22	0.07	0.39	0.90	0.65	1.57	3.11
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	39.31	244.98	255.94	353.81	979.94	
					V.C ALMUERZO			1589.69
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltado de higado + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	26.00	0.00	26.00	0.00	0.00	234.00	0.00	234.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Papa blanca	180.0	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Cebolla de cabeza	60.0	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.34	31.61	149.48	133.36	284.49	597.92	
					V.C CENA			1015.77
					% DIST. CENA			31
					119.90	92.92	481.33	
					479.6	836.3	1925.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3241.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA NIÑOS DE 06 MESES A 03 AÑOS DEL E.P CAJAMARCA
MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/08/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/08/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/08/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Loco de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/08/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/08/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
8	28/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/08/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Fruta + yogurt
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	31/08/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

12	01/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
13	02/09/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
14	03/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo
15	04/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA NIÑOS DE 06 MESES A 03 AÑOS DEL E.P CAJAMARCA

MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
16	05/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusión
17	06/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusión
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
18	07/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusión
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusión
19	08/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusión
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusión
20	09/09/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusión
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
21	10/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusión
		MEDIA TARDE	Anís + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
22	11/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusión
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
23	12/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusión
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusión
24	13/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Fruta + Infusión
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
25	14/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusión
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusión
26	15/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusión
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusión
27	16/07/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusión
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
28	17/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusión
		MEDIA TARDE	Anís + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

29	18/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
30	19/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
31	20/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA**

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Margarina							
Avena, hojuelas cruda	20.00	2.66	0.80	14.40	10.64	7.20	57.60	75.44
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Mantequilla	7.00	0.14	5.74	0.00	0.56	51.66	0.00	52.22
SUB TOTAL		10.58	12.30	44.55	42.32	110.7	178.21	
					VCT DESAYUNO			331
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Un pan frances							
Pan de labranza o francés	30.0	2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	84
SUB TOTAL		2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	
					VCT MEDIA MAÑANA			84
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
Almuerzo:	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo	60.0	4.92	0.30	46.68	19.68	2.70	186.72	209.10
Frijol canario crudo	60.0	10.77	1.03	5.97	43.10	9.30	23.88	76.28
Aceite vegetal	3.0	0.00	3.00	0.00	0.00	27.00	0.00	27.00
Ajos	2.50	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Plátano de seda	140	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		33.21	7.41	55.90	132.84	66.7278	223.59	
					VCT ALMUERZO			423
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Semola con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.38	25.94	85.98
Sémola de Trigo	25.0	1.66	0.23	16.66	6.63	2.10	66.64	75.37
SUB TOTAL		5.82	5.05	23.15	23.29	45.4793	92.58	
					VCT MEDIA TARDE			161
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Mazamorra + 01 pan + Margarina							
Chuño blanco	25.00	0.13	0.00	15.54	0.50	0.00	62.16	62.66
Maíz Morado	20.00	1.17	0.54	12.19	4.67	4.90	48.77	58.34
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Mantequilla	7.00	0.14	5.74	0.00	0.56	51.66	0.00	52.22
SUB TOTAL		1.43	6.28	32.65	5.73	56.556	130.59	
					VCT CENA			193
					% DIST. CENA			20
		53.49	31.13	174.55				
		214.0	280.2	698.2				
		15%	23%	61%				
					TOTAL VCT MENU		1192.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA**

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinua con leche + 01 Pan + Higado frito							
Quinua	20.00	7.82	6.06	0.36	31.28	54.54	1.44	87.26
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Higado de Pollo	20.00	3.92	0.92	0.00	15.68	8.28	0.00	23.96
SUB TOTAL		19.52	12.74	30.51	78.08	114.66	122.05	
					VCT DESAYUNO			315
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Maizena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.3755	25.94	86
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.42	0.51	0.3825	73.70	75
SUB TOTAL		4.29	4.86	24.91	17.17	43.758	99.64	
					VCT MEDIA MAÑANA			161
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
Almuerzo:	Arroz + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta							
Pescado Toyo	120.0	15.71	0.34	0.84	62.83	3.02	3.36	69.22
Papa blanca	30.00	0.57	0.03	5.62	2.29	0.25	22.48	25.02
Arroz Pilado o pulido crudo	80.00	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Zapallo macre	10.00	0.05	0.01	0.43	0.19	0.12	1.72	2.02
Ajos	1.50	0.07	0.01	0.36	0.27	0.09	1.46	1.81
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Vainitas	4.00	0.01	0.00	0.42	0.05	0.02	1.70	1.77
Pera nacional	140.0	0.46	0.23	6.03	1.86	2.09	24.12	28.07
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		23.46	1.53	78.08	93.82	13.7799	312.31	
					VCT ALMUERZO			420
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Jugo de naranja							
Naranja	140.00	0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	13.38
SUB TOTAL		0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	
					VCT MEDIA TARDE			13
					% DIST. MEDIA TARDE			9
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion							
Aceite vegetal	12.00	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	80.00	1.53	0.07	5.62	6.12	0.66	22.48	29.25
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Huevo de gallina. crudo	50.00	4.52	2.81	0.60	18.09	25.33	2.41	45.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		6.17	14.99	17.89	24.69	134.881	71.57	
					VCT CENA			231
					% DIST. CENA			20
		53.62	34.18	154.42				
		214.5	307.6	617.7				
		15%	27%	60%				
					TOTAL VCT MENU		1139.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA**

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24 - 31

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Huevo de gallina, crudo	50.00	6.21	3.86	0.83	24.84	34.78	3.31	62.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		17.32	10.62	48.00	69.26	95.616	191.99	
					VCT DESAYUNO			357
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 Pan de yema							
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	
					VCT MEDIA MAÑANA			98
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
Almuerzo:	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion							
Carne de res pulpa	70.0	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Ajos	0.50	0.02	0.00	0.12	0.09	0.03	0.49	0.60
Frijol canario crudo	60.00	13.01	1.25	35.76	52.03	11.23	143.04	206.30
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.15	0.04	0.07	0.58	0.69
Arvejas frescas (4)	2.00	0.14	0.01	0.38	0.57	0.11	1.50	2.18
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		19.77	2.18	98.81	79.07	19.6245	395.22	
					VCT ALMUERZO			494
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Yogurt							
Yogurt	125.0	5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	57.75
SUB TOTAL		5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada							
Apio	1.00	0.01	0.00	0.05	0.03	0.02	0.19	0.24
Poro	1.00	0.02	0.01	0.06	0.09	0.06	0.24	0.38
Yuca amarilla	20.00	0.55	3.96	0.71	2.22	35.64	2.85	40.71
Fideos	20.00	1.86	0.04	13.02	7.44	0.36	52.08	59.88
Carne de Pollo Entero s/n	100.00	16.27	2.84	0.00	65.10	25.60	0.00	90.69
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
SUB TOTAL		18.72	6.85	13.88	74.90	61.6896	55.53	
					VCT CENA			192
					% DIST. CENA			20
		63.81	21.00	188.73				
		255.2	189.0	754.9				
		15%	20%	65%				
					TOTAL VCT MENU		1199.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA**

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna							
Quinoa	20.00	7.04	5.45	2.38	28.15	49.09	9.52	86.76
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Aceituna	25.00	8.40	5.00	0.99	33.60	45.00	3.96	82.56
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		23.22	16.21	32.54	92.87	145.926	130.16	
					VCT DESAYUNO			369
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de papaya							
Papaya	140.0	0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	42
SUB TOTAL		0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	
					VCT MEDIA MAÑANA			42
					% DIST. MEDIA MAÑANA			5
ALMUERZO:	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crud	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Hígado de res	80.0	3.80	2.30	0.50	15.20	20.70	2.00	37.90
Aceite vegetal	1.50	0.00	1.50	0.00	0.00	13.50	0.00	13.50
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
Papa blanca	80.0	3.80	0.05	11.15	15.20	0.45	44.60	60.25
Zapallo macre	10.00	0.07	0.02	0.64	0.28	0.18	2.56	3.02
Hierbaluisa	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		14.28	4.28	74.81	57.12	38.5101	299.26	
					VCT ALMUERZO			395
					% DIST. ALMUERZO			43
REFRIGERIO	Maizena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.12	4.76	6.41	16.46	42.8652	25.64	85
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.21	0.50	0.378	72.83	74
SUB TOTAL		4.24	4.80	24.62	16.97	43.2432	98.46	
					VCT MEDIA TARDE			159
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Pure de papa con zanahoria + pollo al horno + infusion							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.13	0.03	0.06	0.52	0.62
Carne de Pollo Entero s/n	100.0	16.89	2.95	15.43	67.57	26.57	61.72	155.86
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		18.58	3.04	33.40	74.32	27.3519	133.60	
					VCT CENA			235
					% DIST. CENA			20
		60.80	28.46	175.13				
		243.2	256.1	700.5				
		15%	21%	64%				
					TOTAL VCT MENU		1199.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA**

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Margarina							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
leche evaporada	70.00	3.92	4.54	6.10	15.68	40.82	24.42	80.92
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sa	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
SUB TOTAL		8.56	10.67	44.35	34.25	95.994	177.40	
					VCT DESAYUNO			308
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de piña							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Piña	200.0	0.68	0.34	16.66	2.72	3.06	66.64	72
SUB TOTAL		0.68	0.34	18.63	2.72	3.06	74.50	
					VCT MEDIA MAÑANA			80
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
ALMUERZO:	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crud	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Camote amarillo (5)	60.0	0.72	0.12	16.56	2.88	1.08	66.24	70.20
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Tomate	10.00	0.07	0.02	0.39	0.29	0.16	1.55	2.00
Zanahoria	10.00	0.05	0.04	0.73	0.19	0.36	2.91	3.45
Arvejas frescas (4)	10.00	0.38	0.03	1.02	1.53	0.29	4.06	5.89
Cominos	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzana	140.00	0.42	0.14	20.44	1.68	1.26	81.76	84.70
Manzanilla	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Canela entera	0.08	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	0.15	0.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
SUB TOTAL		25.65	8.82	103.30	102.60	79.3952	413.22	
					VCT ALMUERZO			595
					% DIST. ALMUERZO			45
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Manzana	160.0	0.41	0.14	19.86	1.63	1.224	79.42	82
SUB TOTAL		0.41	0.14	21.82	1.63	1.224	87.29	
					VCT MEDIA TARDE			90
					% DIST. MEDIA TARDE			8
CENA:	Sopa de fideos con pollo + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	100.0	14.42	2.52	0.00	57.68	22.68	0.00	80.36
Fidfeos	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Apio	5	0.04	0.01	0.24	0.14	0.09	0.96	1.19
Poro	5	0.14	0.04	0.38	0.54	0.36	1.52	2.42
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
SUB TOTAL		14.59	2.57	1.11	58.36	23.13	4.45	
					VCT CENA			86
					% DIST. CENA			20
		49.89	22.53	189.21				
		199.6	202.8	756.9				
		15%	20%	65%				
TOTAL VCT MENU					1159.2		100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA**

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 01 pan + mermelada							
Soya	20.00	0.38	0.10	1.62	1.52	0.90	6.48	8.90
Mermelada De frutas	20.00	0.08	4.20	14.62	0.32	37.80	58.48	96.60
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		3.34	4.39	40.70	13.36	39.51	162.80	
VCT DESAYUNO								216
% DIST. DESAYUNO								20
REFRIGERIO	Jugo mango							
Mango	140.00	0.56	0.28	22.3	2.24	2.52	89.04	93.80
SUB TOTAL		0.56	0.28	22.26	2.24	2.52	89.04	
VCT MEDIA MAÑANA								94
% DIST. MEDIA MAÑANA								10
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion							
Pescado Toyo	80.0	3.26	0.32	0.80	13.04	2.88	3.20	19.12
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Perejil	1.00	0.03	0.00	0.04	0.11	0.04	0.15	0.29
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Frijol canario crudo	60.00	13.14	1.26	36.12	52.56	11.34	144.48	208.38
Cebolla de cabeza (2)	2.00	0.02	0.00	0.15	0.08	0.02	0.61	0.70
Sal	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		16.49	2.67	103.71	65.96	24.0576	414.83	
VCT ALMUERZO								505
% DIST. ALMUERZO								44
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Manzana	150.00	0.29	0.10	14.02	1.15	0.86	56.06	58.08
SUB TOTAL		0.29	0.10	14.02	1.15	0.864	56.06	
VCT MEDIA TARDE								58
% DIST. MEDIA TARDE								6
CENA:	Arroz con leche + 01 pan + margarina							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Arroz Pilado o pulido crudo	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Margarina vegetal con sa	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		8.20	11.54	36.91	32.81	103.815	147.64	
VCT CENA								284
% DIST. CENA								20
		28.88	18.97	217.59				
		115.5	170.8	870.4				
		13%	21%	66%				
					TOTAL VCT MENU		1156.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA**

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
Leche evaporada	70.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.75	4.20	0.90	27.00	37.80	3.60	68.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		11.35	4.59	42.10	45.40	41.31	168.38	
					VCT DESAYUNO			255
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Pure de platano							
Plátano de seda	150.0	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111
SUB TOTAL		1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	
					VCT MEDIA MAÑANA			111
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
ALMUERZO:	Arroz graneado + pure de papa con pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Papa blanca	60.0	1.03	0.05	10.97	4.13	0.44	43.89	48.46
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Carne de Pollo Entero s/n	120	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Sal	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.43	5.47	83.77	17.71	49.2156	335.08	
					VCT ALMUERZO			402
					% DIST. ALMUERZO			39
REFRIGERIO	Anis + 01 pan + queso							
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Hierbas	6.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Queso fresco de vaca	20.0	2.53	2.80	0.35	10.11	25.2	1.41	37
SUB TOTAL		2.53	2.80	5.27	10.11	25.2	21.07	
					VCT MEDIA TARDE			56
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan							
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Papa blanca	40.0	0.69	0.03	7.31	2.76	0.30	29.26	32.31
Arroz Pilado o pulido crudo	20.0	3.26	0.10	15.56	13.04	0.90	62.24	76.18
Espinaca blanca (2)	5.00	0.10	0.03	0.32	0.38	0.27	1.26	1.91
Apio	2.00	0.01	0.00	0.10	0.06	0.04	0.38	0.48
Poro	2.00	0.05	0.02	0.15	0.22	0.14	0.61	0.97
Hígado de Pollo	50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Azúcar rubia	12.00	0.00	0.00	11.80	0.00	0.00	47.18	47.18
SUB TOTAL		4.25	5.20	35.96	16.98	46.818	143.85	
					VCT CENA			208
					% DIST. CENA			20
		24.35	18.42	192.30				
		97.4	165.8	769.2				
		10%	20%	70%				
					TOTAL VCT MENU		1032.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5681

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO DE CHOTA

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	Martes 21/08/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
2	Miercoles 22/08/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
3	Jueves 23/08/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
4	Viernes 24/08/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Hígado + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
5	Sabado 25/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
6	Domingo 26/08/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
7	Lunes 27/08/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
8	Martes 28/08/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
9	Miercoles 29/08/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
10	Jueves 30/08/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
11	Viernes 31/08/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + infusion
12	Sabado 01/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
13	Domingo 02/09/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
14	Lunes 03/09/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO DE CHOTA

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

N° DE MEN II	FECHA	DETALLE DEL MENU	
15	Martes 04/09/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
16	Miercoles 05/09/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
17	Jueves 06/09/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
18	Viernes 07/09/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Higado + Papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
19	Sabado 08/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
20	Domingo 09/09/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
21	Lunes 10/09/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
22	Martes 11/08/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
23	Miercoles 12/09/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
24	Jueves 13/09/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
25	Viernes 14/09/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
26	Sabado 15/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
27	Domingo 16/09/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
28	Lunes 17/09/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
29	Martes 18/09/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
30	Miercoles 19/09/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
31	Jueves 20/09/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

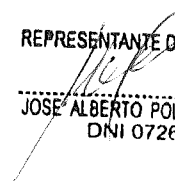
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

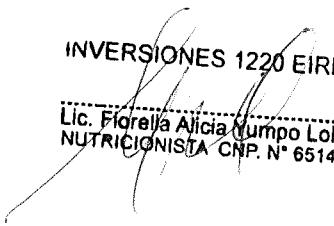
INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA
MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		29.67	22.71	88.70	118.66	204.35	354.78	
					V.C DESAYUNO			677.79
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		53.25	44.91	227.13	213.01	404.19	908.52	
					V.C ALMUERZO			1525.71
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 panes con tortilla							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Huevo de gallina. Crudo	30.0	3.44	2.14	0.46	13.77	19.28	1.84	34.88
Harina de trigo	10.0	0.89	0.17	6.36	3.57	1.53	25.43	30.53
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		10.51	15.32	62.73	42.02	137.89	250.90	
					V.C CENA			430.81
					% DIST. CENA			16
					93.42	82.94	378.55	
					373.7	746.4	1514.2	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2634.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
 NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 02 - 16 - 30

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		34.68	49.27	161.61	138.71	443.45	646.43	
					V.C ALMUERZO			1228.59
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	15.0	0.35	0.06	1.13	1.38	0.54	4.50	6.42
Tomate	10.0	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	150.0	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.19	14.49	111.43	120.76	130.37	445.74	
					V.C CENA			696.87
					% DIST. CENA			27
					79.56	89.33	361.70	
					318.2	804.0	1446.8	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			2569.0
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
 Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
 NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 03 - 17

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.60	13.52	91.34	82.40	121.68	365.34	
					V.C DESAYUNO			569.42
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado a la chorrillana (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta +							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Arvejas secas	80.00	4.54	0.38	12.03	18.18	3.46	48.13	69.76
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		64.37	30.54	209.08	257.48	274.87	836.31	
					V.C ALMUERZO			1368.66
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	18.00	0.00	18.00	0.00	0.00	162.00	0.00	162.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	38.50	56.42	47.12	346.52	225.67	
					V.C CENA			619.31
					% DIST. CENA			24
					96.75	82.56	356.83	
					387.0	743.1	1427.3	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU		2557.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Saltado de Hígado + Papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		41.57	37.23	238.54	166.26	335.11	954.15	
					V.C ALMUERZO			1455.52
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de res pulpa	70.00	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Cebolla de cabeza	10.0	0.18	0.03	0.60	0.74	0.29	2.40	3.42
Papa blanca	150.00	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Arvejas frescas	20.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		25.62	16.75	123.73	102.50	150.77	494.92	
					V.C CENA			748.18
					% DIST. CENA			27
					84.93	71.25	446.12	
					339.7	641.2	1784.5	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			2765.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	117.90	115.74	207.27	471.60	
					V.C DESAYUNO			794.61
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Cilandro	10.00	0.26	0.10	0.56	1.06	0.94	2.24	4.23
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.37	44.73	233.20	253.49	402.53	932.81	
					V.C ALMUERZO			1588.83
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Chuño	40.0	0.20	0.00	1.96	0.80	0.00	7.84	8.64
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	45.0	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
SUB TOTAL		9.56	5.97	80.55	38.24	53.73	322.18	
					V.C CENA			414.15
					% DIST. CENA			15
					101.87	73.73	431.65	
					407.5	663.5	1726.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2797.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
 Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
 NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	106.95	83.66	94.95	427.78	
					V.C DESAYUNO			606.39
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.31	44.94	245.15	121.24	404.42	980.61	
					V.C ALMUERZO			1506.27
					% DIST. ALMUERZO			60
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
fideo	40.0	0.00	0.00	4.80	0.00	0.00	19.20	19.20
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	25.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	50.0	0.00	0.00	49.15	0.00	0.00	196.60	196.60
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.28	0.49	95.82	17.10	4.43	383.29	
					V.C CENA			404.82
					% DIST. CENA			16
				55.50	55.98	447.92		
				222.0	503.8	1791.7		
				12%	28%	60%		
V.C.T MENU							2517.5	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

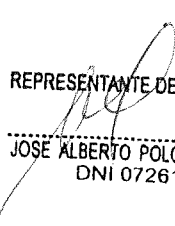
INVERSIONES 1220 EIRL

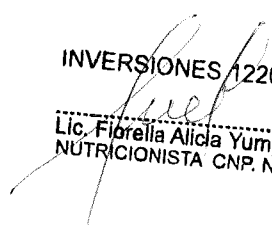
Lic. Fiofella Alicia Yumpe Loí
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 07 -21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Margarina							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Margarina vegetal con sal	25.00	0.15	20.50	0.00	0.60	184.50	0.00	185.10
SUB TOTAL		29.22	43.11	65.07	116.86	387.95	260.26	
					V.C DESAYUNO			765.07
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de res + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	250.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.94	44.12	234.25	171.75	397.10	936.99	
					V.C ALMUERZO			1505.84
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	5.88	152.06	36.26	52.94	608.22	
					V.C CENA			697.41
					% DIST. CENA			20
					81.22	93.11	451.37	
					324.9	838.0	1805.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			2968.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
 NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA
MENU° 8 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + mermelada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada De frutas	25.00	0.10	0.05	18.28	0.40	0.45	73.10	73.95
SUB TOTAL		11.47	5.49	106.24	45.86	49.37	424.96	
					V.C DESAYUNO			520.19
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco							
Fideos tallarín	180.00	17.10	0.18	125.28	68.40	1.62	501.12	571.14
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		55.53	44.22	208.95	222.13	397.98	835.80	
					V.C ALMUERZO			1455.90
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Camote	100.0	15.13	0.17	0.85	60.52	1.53	3.40	65.45
Aceite vegetal	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	207.00	0.00	207.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		21.30	26.18	51.84	85.20	235.61	207.37	
					V.C CENA			528.19
					% DIST. CENA			20
					88.30	75.88	367.03	
					353.2	683.0	1468.1	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2504.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
 NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 09 - 23

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		34.68	54.27	161.61	138.71	488.45	646.43	
					V.C ALMUERZO			1273.59
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz a la cubana + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	200.0	2.40	0.48	33.60	9.60	4.32	134.40	148.32
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.88	15.97	129.28	71.52	143.73	517.10	
					V.C CENA			732.35
					% DIST. CENA			28
					67.25	95.81	379.54	
					269.0	862.3	1518.2	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			2649.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.88	13.56	93.60	83.52	122.04	374.38	
					V.C DESAYUNO			579.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta +							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		74.29	40.80	236.09	297.16	367.17	944.34	
					V.C ALMUERZO			1608.67
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	35.50	56.42	47.12	319.52	225.67	
					V.C CENA			592.31
					% DIST. CENA			21
					106.95	89.86	386.10	
					427.8	808.7	1544.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU		2780.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiprella Alicia Yumpo Col
NUTRICIONISTA ONP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		38.77	33.73	238.54	155.06	303.61	954.15	
					V.C ALMUERZO			1412.82
					% DIST. ALMUERZO			52
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.09	26.58	90.69	128.38	239.20	362.77	
					V.C CENA			730.35
					% DIST. CENA			27
					88.60	77.57	413.09	
					354.4	698.1	1652.3	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			2704.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA
MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	112.99	115.74	207.27	451.94	
					V.C DESAYUNO			774.95
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceíte vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		54.24	44.42	214.10	216.94	399.78	856.40	
					V.C ALMUERZO			1473.12
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
pasas	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	766.00	8.05
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		12.71	6.18	101.79	50.84	55.62	407.14	
					V.C CENA			513.60
					% DIST. CENA			19
					95.88	73.63	428.87	
					383.5	662.7	1715.5	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2761.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Florella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + huevo sancocado							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		20.54	13.31	99.91	82.14	119.79	399.62	
					V.C DESAYUNO			601.55
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.32	32.84	242.06	169.29	295.58	968.25	
					V.C ALMUERZO			1433.12
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de fideos con res con hueso							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poró	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.38	27.21	98.46	117.54	244.91	393.85	
					V.C CENA			756.30
					% DIST. CENA			27
					92.24	73.36	440.43	
					369.0	660.3	1761.7	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2791.0
								100%

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
 NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑE
 DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA
MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Platano							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		12.87	15.74	134.57	51.46	141.62	538.28	
					V.C DESAYUNO			731.36
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.56	42.64	222.32	122.23	383.78	889.29	
					V.C ALMUERZO			1395.30
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	15.88	161.89	36.26	142.94	647.54	
					V.C CENA			826.73
					% DIST. CENA			28
					52.49	74.26	518.78	
					209.9	668.3	2075.1	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2953.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Lc
NUTRICIONISTA CNP. N° 657

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA PARA PERSONAL INPE DEL E.P CHOTA

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21.08/22.08/23.08	DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Infusion
2	24.08/25.08/26.08	DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
3	27.08/28.08/29.08	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
		ALMUERZO	Papa a la huancaina + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
4	30.08/31.08/01.09	DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
		ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Higado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
5	02.09/03.09/04.09	DESAYUNO	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo
		ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion
6	05.09/06.09/07.09	DESAYUNO	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes + palta
		ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arros graneado + Gallina mechada + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
7	08.09/09.09/10.09	DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
		ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejititas guisadas + Ensalada + Infusion
8	11.08/12.08/13.08	DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
9	14.09/15.09/16.09	DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
10	17.09/18.09/19.09	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pavita al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion
11	20/09/2018	DESAYUNO	Quinua + Fruta + 03 panes + palta
		ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Sarza + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de higado + papa + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		21.40	9.92	107.07	85.60	89.28	428.26	
					V.C DESAYUNO			603.14
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	20.00	1.46	0.68	15.24	5.84	6.12	60.96	72.92
SUB TOTAL		68.38	19.21	233.24	273.53	172.91	932.97	
					V.C ALMUERZO			1379.41
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	135.31	132.02	175.99	541.23	
					V.C CENA			849.23
					% DIST. CENA			30
					122.79	48.69	475.62	
					491.1	438.2	1902.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			2831.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Florélla Alicia Yumpe Loli
 NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILocalORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		25.50	17.17	110.80	101.98	154.53	443.20	
					V.C DESAYUNO			699.71
					% DIST. DESAYUNO			23
Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco								
ALMUERZO								
Sémola de Trigo	30.00	2.34	0.33	23.52	9.36	2.97	94.08	106.41
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	19.30	251.50	255.94	173.68	1006.01	
					V.C ALMUERZO			1435.64
					% DIST. ALMUERZO			47
Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion								
CENA								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		16.40	6.18	197.05	65.62	55.58	788.19	
					V.C CENA			909.39
					% DIST. CENA			30
					105.89	42.64	559.35	
					423.5	383.8	2237.4	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3044.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSÉ ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
 Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
 NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Papa a la huancaína +Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	12.0	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	18.78	131.34	131.01	169.04	525.34	
					V.C CENA			825.39
					% DIST. CENA			30
				113.70	69.52	421.13		
				454.8	625.7	1684.5		
				11%	28%	61%		
					V.C.T MENU		2764.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumppa Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	101.93	107.90	171.32	407.72	
					V.C DESAYUNO			686.94
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		54.71	32.69	209.01	218.84	294.23	836.03	
					V.C ALMUERZO			1349.09
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			29
					115.64	80.08	419.59	
					462.6	720.7	1678.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			2861.6
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
 NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO: Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo								
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Maíz Mote de	60.00	1.56	0.78	12.66	6.24	7.02	50.64	63.90
Cebolla china	5.00	0.12	0.02	0.38	0.46	0.18	1.50	2.14
Mondongo de res	50.00	8.45	1.75	0.50	33.80	15.75	2.00	51.55
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		21.68	21.46	113.69	86.72	193.14	454.74	
					V.C DESAYUNO			734.60
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta								
Vainitas	40.00	0.20	0.04	7.08	0.80	0.36	28.32	29.48
Zanahoria	30.00	0.18	0.15	2.76	0.72	1.35	11.04	13.11
Papa blanca	60.00	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Remolacha raíz	30.00	0.51	0.03	2.85	2.04	0.27	11.40	13.71
Limón	10.00	0.05	0.02	0.97	0.20	0.18	3.88	4.26
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		72.50	11.65	250.03	289.99	104.81	1000.12	
					V.C ALMUERZO			1394.93
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	120.00	20.45	1.54	0.00	81.79	13.82	0.00	95.62
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Lima	150.0	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.24	7.89	117.37	120.95	70.97	469.46	
					V.C CENA			661.39
					% DIST. CENA			24
					124.42	40.99	481.08	
					497.7	368.9	1924.3	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU		2790.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07281988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Floralla Alicia Yumpo Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes con palta							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cocoa	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		18.16	16.28	105.96	72.62	146.48	423.84	
					V.C DESAYUNO			642.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Gallina mechada + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de gallina (presas)	160.00	30.72	4.64	0.00	122.88	41.76	0.00	164.64
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		66.20	43.17	238.40	264.79	388.49	953.62	
					V.C ALMUERZO			1606.90
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	22.07	117.22	111.44	198.59	468.86	
					V.C CENA			778.90
					% DIST. CENA			26
					112.21	81.51	461.58	
					448.9	733.6	1846.3	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU		3028.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 07

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Sopa de pollo + 01 pan + infusion							
Hierba buena	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Carne de Pollo Pechuga	50.00	9.60	1.45	0.00	38.40	13.05	0.00	51.45
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zapallo macre	40.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Fideos	50.00	4.70	0.10	39.10	18.80	0.90	156.40	176.10
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
SUB TOTAL		20.35	23.68	112.53	81.40	213.12	450.10	
					V.C DESAYUNO			744.62
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	30.00	2.46	0.15	23.34	9.84	1.35	93.36	104.55
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de res, pulpa	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Col	20.00	0.27	0.03	1.89	1.09	0.29	7.55	8.93
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Bonito	160.00	0.64	1.12	21.28	2.56	10.08	85.12	97.76
Lentejas	80.00	18.08	0.80	48.80	72.32	7.20	195.20	274.72
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Cebolla de cabeza	35.00	0.81	0.14	2.63	3.22	1.26	10.50	14.98
Limón	6.00	0.03	0.01	0.58	0.12	0.11	2.33	2.56
Papaya	150.00	0.60	0.15	12.30	2.40	1.35	49.20	52.95
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		50.28	34.52	277.13	201.13	310.66	1108.51	
					V.C ALMUERZO			1620.30
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Molleja guisada + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de pollo	100.0	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Tomate	21.00	0.13	0.03	0.72	0.54	0.30	2.89	3.73
Cebolla de cabeza	35.00	0.64	0.11	2.10	2.58	1.01	8.40	11.98
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Hierbas	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		9.82	21.01	179.60	39.29	189.10	718.40	
					V.C CENA			946.80
					% DIST. CENA			29
					80.46	79.21	569.25	
					321.8	712.9	2277.0	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			3311.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		23.73	8.74	115.13	94.92	78.66	460.50	
					V.C DESAYUNO			634.08
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	15.73	0.00	0.00	62.91	62.91
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	10.82	122.46	68.85	97.36	489.86	
					V.C CENA			656.07
					% DIST. CENA			22
				101.21	69.68	500.10		
				404.9	627.1	2000.4		
				12%	20%	68%		
					V.C.T MENU		3032.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 09

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Manzana	150.00	0.45	0.15	21.90	1.80	1.35	87.60	90.75
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		29.05	22.63	120.05	116.18	203.67	480.18	
					V.C DESAYUNO			800.03
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Huacatay	10.00	0.50	0.08	0.80	2.00	0.72	3.20	5.92
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	10.00	0.70	0.81	1.09	2.80	7.29	4.36	14.45
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Aji amarillo	5.00	0.07	0.02	0.46	0.29	0.18	1.86	2.32
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Mango	150.00	0.48	0.24	19.08	1.92	2.16	76.32	80.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		59.48	26.57	265.48	237.92	239.10	1061.93	
					V.C ALMUERZO			1538.96
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	150.0	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
SUB TOTAL		31.69	24.28	126.17	126.76	218.52	504.68	
					V.C CENA			849.96
					% DIST. CENA			27
					120.22	73.48	511.70	
					480.9	661.3	2046.8	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			3188.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
NUTRICIONISTA CNP N° 6514

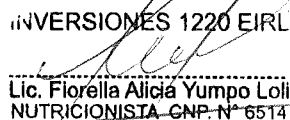
FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pavita al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pavo pulpa	160.0	32.16	32.32	0.00	128.64	290.88	0.00	419.52
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.54	61.07	233.89	254.17	549.67	935.57	
					V.C ALMUERZO			1739.41
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			25
					113.69	108.09	503.95	
					454.7	972.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3443.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
 NUTRICIONISTA CNP N° 6514

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU° 11

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa + Fruta + 03 panes + Palta							
Quinoa	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	26.00	0.00	0.00	25.56	0.00	0.00	102.23	102.23
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		22.58	22.00	86.87	90.30	197.96	347.47	
					V.C DESAYUNO			635.73
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Zarsa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	26.37	4.61	0.00	105.47	41.47	0.00	146.94
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arvejas frescas	20.00	1.64	0.10	15.56	6.56	0.90	62.24	69.70
Zanahoria	20.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Espinaca negra	10.00	0.22	0.07	0.39	0.90	0.65	1.57	3.11
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	39.31	244.98	255.94	353.81	979.94	
					V.C ALMUERZO			1589.69
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltado de higado + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	26.00	0.00	26.00	0.00	0.00	234.00	0.00	234.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Papa blanca	180.0	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Cebolla de cabeza	60.0	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.34	31.61	149.48	133.36	284.49	597.92	
					V.C CENA			1015.77
					% DIST. CENA			31
					119.90	92.92	481.33	
					479.6	836.3	1925.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3241.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loji
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

**RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA NIÑOS DE 06 MESES A 03 AÑOS DEL E.P CHOTA
MENUES CON APORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA**

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/08/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/08/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/08/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/08/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/08/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anís + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
8	28/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/08/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Fruta + yogurt
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	31/08/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

12	01/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
13	02/09/2018	CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
		DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
14	03/09/2018	MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
		DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
15	04/09/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo
		DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA - CNP. N° 6514

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA NIÑOS DE 06 MESES A 03 AÑOS DEL E.P CHOTA

MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
16	05/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
17	06/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
18	07/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
19	08/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
20	09/09/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
21	10/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
22	11/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
23	12/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
24	13/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
25	14/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
26	15/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
27	16/07/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
28	17/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loil
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

29	18/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
30	19/09/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
31	20/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA - CNP. N° 6514

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA**

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Margarina							
Avena, hojuelas cruda	20.00	2.66	0.80	14.40	10.64	7.20	57.60	75.44
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Mantequilla	7.00	0.14	5.74	0.00	0.56	51.66	0.00	52.22
SUB TOTAL		10.58	12.30	44.55	42.32	110.7	178.21	
					VCT DESAYUNO			331
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Un pan frances							
Pan de labranza o francés	30.0	2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	84
SUB TOTAL		2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	
					VCT MEDIA MAÑANA			84
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
Almuerzo:	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo	60.0	4.92	0.30	46.68	19.68	2.70	186.72	209.10
Frijol canario crudo	60.0	10.77	1.03	5.97	43.10	9.30	23.88	76.28
Aceite vegetal	3.0	0.00	3.00	0.00	0.00	27.00	0.00	27.00
Ajos	2.50	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Plátano de seda	140	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		33.21	7.41	55.90	132.84	66.7278	223.59	
					VCT ALMUERZO			423
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Semola con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.38	25.94	85.98
Sémola de Trigo	25.0	1.66	0.23	16.66	6.63	2.10	66.64	75.37
SUB TOTAL		5.82	5.05	23.15	23.29	45.4793	92.58	
					VCT MEDIA TARDE			161
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Mazamorra + 01 pan + Margarina							
Chuño blanco	25.00	0.13	0.00	15.54	0.50	0.00	62.16	62.66
Maíz Morado	20.00	1.17	0.54	12.19	4.67	4.90	48.77	58.34
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Mantequilla	7.00	0.14	5.74	0.00	0.56	51.66	0.00	52.22
SUB TOTAL		1.43	6.28	32.65	5.73	56.556	130.59	
					VCT CENA			193
					% DIST. CENA			20
		53.49	31.13	174.55				
		214.0	280.2	698.2				
		15%	23%	61%				
					TOTAL VCT MENU		1192.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA**

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 Pan + Hígado frito							
Quinoa	20.00	7.82	6.06	0.36	31.28	54.54	1.44	87.26
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hígado de Pollo	20.00	3.92	0.92	0.00	15.68	8.28	0.00	23.96
SUB TOTAL		19.52	12.74	30.51	78.08	114.66	122.05	
					VCT DESAYUNO			315
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Maizena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.3755	25.94	86
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.42	0.51	0.3825	73.70	75
SUB TOTAL		4.29	4.86	24.91	17.17	43.758	99.64	
					VCT MEDIA MAÑANA			161
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
Almuerzo:	Arroz + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta							
Pescado Toyo	120.0	15.71	0.34	0.84	62.83	3.02	3.36	69.22
Papa blanca	30.00	0.57	0.03	5.62	2.29	0.25	22.48	25.02
Arroz Pilado o pulido crudo	80.00	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Zapallo macre	10.00	0.05	0.01	0.43	0.19	0.12	1.72	2.02
Ajos	1.50	0.07	0.01	0.36	0.27	0.09	1.46	1.81
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Vainitas	4.00	0.01	0.00	0.42	0.05	0.02	1.70	1.77
Pera nacional	140.0	0.46	0.23	6.03	1.86	2.09	24.12	28.07
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		23.46	1.53	78.08	93.82	13.7799	312.31	
					VCT ALMUERZO			420
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Jugo de naranja							
Naranja	140.00	0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	13.38
SUB TOTAL		0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	
					VCT MEDIA TARDE			13
					% DIST. MEDIA TARDE			9
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion							
Aceite vegetal	12.00	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	80.00	1.53	0.07	5.62	6.12	0.66	22.48	29.25
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Huevo de gallina. crudo	50.00	4.52	2.81	0.60	18.09	25.33	2.41	45.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		6.17	14.99	17.89	24.69	134.881	71.57	
					VCT CENA			231
					% DIST. CENA			20
		53.62	34.18	154.42				
		214.5	307.6	617.7				
		15%	27%	60%				
					TOTAL VCT MENU		1139.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Florencia Alicia Yumpo Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA**

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24 - 31

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.21	3.86	0.83	24.84	34.78	3.31	62.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		17.32	10.62	48.00	69.26	95.616	191.99	
					VCT DESAYUNO			357
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 Pan de yema							
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	
					VCT MEDIA MAÑANA			98
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
Almuerzo:	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion							
Carne de res pulpa	70.0	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Ajos	0.50	0.02	0.00	0.12	0.09	0.03	0.49	0.60
Frijol canario crudo	60.00	13.01	1.25	35.76	52.03	11.23	143.04	206.30
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.15	0.04	0.07	0.58	0.69
Arvejas frescas (4)	2.00	0.14	0.01	0.38	0.57	0.11	1.50	2.18
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		19.77	2.18	98.81	79.07	19.6245	395.22	
					VCT ALMUERZO			494
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Yogurt							
Yogurt	125.0	5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	57.75
SUB TOTAL		5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada							
Apio	1.00	0.01	0.00	0.05	0.03	0.02	0.19	0.24
Porro	1.00	0.02	0.01	0.06	0.09	0.06	0.24	0.38
Yuca amarilla	20.00	0.55	3.96	0.71	2.22	35.64	2.85	40.71
Fideos	20.00	1.86	0.04	13.02	7.44	0.36	52.08	59.88
Carne de Pollo Entero s/n	100.00	16.27	2.84	0.00	65.10	25.60	0.00	90.69
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
SUB TOTAL		18.72	6.85	13.88	74.90	61.6896	55.53	
					VCT CENA			192
					% DIST. CENA			20
		63.81	21.00	188.73				
		255.2	189.0	754.9				
		15%	20%	65%				
					TOTAL VCT MENU		1199.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA**

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna							
Quinua	20.00	7.04	5.45	2.38	28.15	49.09	9.52	86.76
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Aceituna	25.00	8.40	5.00	0.99	33.60	45.00	3.96	82.56
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		23.22	16.21	32.54	92.87	145.926	130.16	
					VCT DESAYUNO			369
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de papaya							
Papaya	140.0	0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	42
SUB TOTAL		0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	
					VCT MEDIA MAÑANA			42
					% DIST. MEDIA MAÑANA			5
ALMUERZO:	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Hígado de res	80.0	3.80	2.30	0.50	15.20	20.70	2.00	37.90
Aceite vegetal	1.50	0.00	1.50	0.00	0.00	13.50	0.00	13.50
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
Papa blanca	80.0	3.80	0.05	11.15	15.20	0.45	44.60	60.25
Zapallo macre	10.00	0.07	0.02	0.64	0.28	0.18	2.56	3.02
Hierbaluisa	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		14.28	4.28	74.81	57.12	38.5101	299.26	
					VCT ALMUERZO			395
					% DIST. ALMUERZO			43
REFRIGERIO	Maizena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.12	4.76	6.41	16.46	42.8652	25.64	85
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.21	0.50	0.378	72.83	74
SUB TOTAL		4.24	4.80	24.62	16.97	43.2432	98.46	
					VCT MEDIA TARDE			159
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Pure de papa con zanahoria + pollo al horno + infusion							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.13	0.03	0.06	0.52	0.62
Carne de Pollo Entero s/n	100.0	16.89	2.95	15.43	67.57	26.57	61.72	155.86
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		18.58	3.04	33.40	74.32	27.3519	133.60	
					VCT CENA			235
					% DIST. CENA			20
		60.80	28.46	175.13				
		243.2	256.1	700.5				
		15%	21%	64%				
					TOTAL VCT MENU		1199.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA**

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Margarina							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
leche evaporada	70.00	3.92	4.54	6.10	15.68	40.82	24.42	80.92
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sa	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
SUB TOTAL		8.56	10.67	44.35	34.25	95.994	177.40	
					VCT DESAYUNO			308
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de piña							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Piña	200.0	0.68	0.34	16.66	2.72	3.06	66.64	72
SUB TOTAL		0.68	0.34	18.63	2.72	3.06	74.50	
					VCT MEDIA MAÑANA			80
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
ALMUERZO:	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crud	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Camote amarillo (5)	60.0	0.72	0.12	16.56	2.88	1.08	66.24	70.20
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Tomate	10.00	0.07	0.02	0.39	0.29	0.16	1.55	2.00
Zanahoria	10.00	0.05	0.04	0.73	0.19	0.36	2.91	3.45
Arvejas frescas (4)	10.00	0.38	0.03	1.02	1.53	0.29	4.06	5.89
Cominos	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzana	140.00	0.42	0.14	20.44	1.68	1.26	81.76	84.70
Manzanilla	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Canela entera	0.08	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	0.15	0.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
SUB TOTAL		25.65	8.82	103.30	102.60	79.3952	413.22	
					VCT ALMUERZO			595
					% DIST. ALMUERZO			45
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Manzana	160.0	0.41	0.14	19.86	1.63	1.224	79.42	82
SUB TOTAL		0.41	0.14	21.82	1.63	1.224	87.29	
					VCT MEDIA TARDE			90
					% DIST. MEDIA TARDE			8
CENA:	Sopa de fideos con pollo + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	100.0	14.42	2.52	0.00	57.68	22.68	0.00	80.36
Fidfeos	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Apio	5	0.04	0.01	0.24	0.14	0.09	0.96	1.19
Poro	5	0.14	0.04	0.38	0.54	0.36	1.52	2.42
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
SUB TOTAL		14.59	2.57	1.11	58.36	23.13	4.45	
					VCT CENA			86
					% DIST. CENA			20
		49.89	22.53	189.21				
		199.6	202.8	756.9				
		15%	20%	65%				
TOTAL VCT MENU					1159.2		100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07281988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA**

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 01 pan + mermelada							
Soya	20.00	0.38	0.10	1.62	1.52	0.90	6.48	8.90
Mermelada De frutas	20.00	0.08	4.20	14.62	0.32	37.80	58.48	96.60
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		3.34	4.39	40.70	13.36	39.51	162.80	
					VCT DESAYUNO			216
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo mango							
Mango	140.00	0.56	0.28	22.3	2.24	2.52	89.04	93.80
SUB TOTAL		0.56	0.28	22.26	2.24	2.52	89.04	
					VCT MEDIA MAÑANA			94
					% DIST. MEDIA MAÑANA			10
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion							
Pescado Toyo	80.0	3.26	0.32	0.80	13.04	2.88	3.20	19.12
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Perejil	1.00	0.03	0.00	0.04	0.11	0.04	0.15	0.29
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Frijol canario crudo	60.00	13.14	1.26	36.12	52.56	11.34	144.48	208.38
Cebolla de cabeza (2)	2.00	0.02	0.00	0.15	0.08	0.02	0.61	0.70
Sal	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		16.49	2.67	103.71	65.96	24.0576	414.83	
					VCT ALMUERZO			505
					% DIST. ALMUERZO			44
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Manzana	150.00	0.29	0.10	14.02	1.15	0.86	56.06	58.08
SUB TOTAL		0.29	0.10	14.02	1.15	0.864	56.06	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			6
CENA:	Arroz con leche + 01 pan + margarina							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Arroz Pilado o pulido crudo	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Margarina vegetal con sa	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		8.20	11.54	36.91	32.81	103.815	147.64	
					VCT CENA			284
					% DIST. CENA			20
		28.88	18.97	217.59				
		115.5	170.8	870.4				
		13%	21%	66%				
TOTAL VCT MENU							1156.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DM 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
Lic. Florella Añeta Yumpo Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA**

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
Leche evaporada	70.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.75	4.20	0.90	27.00	37.80	3.60	68.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		11.35	4.59	42.10	45.40	41.31	168.38	
					VCT DESAYUNO			255
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Pure de platano							
Plátano de seda	150.0	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111
SUB TOTAL		1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	
					VCT MEDIA MAÑANA			111
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
ALMUERZO:	Arroz graneado + pure de papa con pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Papa blanca	60.0	1.03	0.05	10.97	4.13	0.44	43.89	48.46
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Carne de Pollo Entero s/n	120	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Sal	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.43	5.47	83.77	17.71	49.2156	335.08	
					VCT ALMUERZO			402
					% DIST. ALMUERZO			39
REFRIGERIO	Anis + 01 pan + queso							
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Hierbas	6.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Queso fresco de vaca	20.0	2.53	2.80	0.35	10.11	25.2	1.41	37
SUB TOTAL		2.53	2.80	5.27	10.11	25.2	21.07	
					VCT MEDIA TARDE			56
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan							
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Papa blanca	40.0	0.69	0.03	7.31	2.76	0.30	29.26	32.31
Arroz Pilado o pulido crudo	20.0	3.26	0.10	15.56	13.04	0.90	62.24	76.18
Espinaca blanca (2)	5.00	0.10	0.03	0.32	0.38	0.27	1.26	1.91
Apio	2.00	0.01	0.00	0.10	0.06	0.04	0.38	0.48
Poro	2.00	0.05	0.02	0.15	0.22	0.14	0.61	0.97
Hígado de Pollo	50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Azúcar rubia	12.00	0.00	0.00	11.80	0.00	0.00	47.18	47.18
SUB TOTAL		4.25	5.20	35.96	16.98	46.818	143.85	
					VCT CENA			208
					% DIST. CENA			20
		24.35	18.42	192.30				
		97.4	165.8	769.2				
		10%	20%	70%				
					TOTAL VCT MENU		1032.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpo Loli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO DE JAEN

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
1	21/08/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
2	22/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
3	23/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
4	24/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Higado + Papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
5	25/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
6	26/08/2018	ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
	Lunes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
7	27/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
8	28/08/2018	ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
9	29/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
10	30/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
11	31/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
12	01/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
13	02/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
	Lunes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
14	03/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
Lic. Juan Carlos Quispe
Nutricionista CNP N° 2366

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO DE JAEN

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

N° DE MEN	FECHA	DETALLE DEL MENU	
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
15	04/09/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
16	05/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
17	06/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
18	07/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Higado + Papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
19	08/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
20	09/09/2018	ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
	Lunes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
21	10/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
22	11/08/2018	ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
23	12/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
24	13/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
25	14/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
26	15/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
27	16/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
	Lunes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
28	17/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
29	18/09/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
30	19/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
31	20/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 E.I.R.L.
Lic. Javier Perea Quispe
Nutricionista CMP N° 2350

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		29.67	22.71	88.70	118.66	204.35	354.78	
					V.C DESAYUNO			677.79
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		53.25	44.91	227.13	213.01	404.19	908.52	
					V.C ALMUERZO			1525.71
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 panes con tortilla							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Huevo de gallina. Crudo	30.0	3.44	2.14	0.46	13.77	19.28	1.84	34.88
Harina de trigo	10.0	0.89	0.17	6.36	3.57	1.53	25.43	30.53
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		10.51	15.32	62.73	42.02	137.89	250.90	
					V.C CENA			430.81
					% DIST. CENA			16
					93.42	82.94	378.55	
					373.7	746.4	1514.2	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2634.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Yanet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 02 - 16 - 30

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		34.68	49.27	161.61	138.71	443.45	646.43	
					V.C ALMUERZO			1228.59
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	15.0	0.35	0.06	1.13	1.38	0.54	4.50	6.42
Tomate	10.0	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	150.0	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.19	14.49	111.43	120.76	130.37	445.74	
					V.C CENA			696.87
					% DIST. CENA			27
					79.56	89.33	361.70	
					318.2	804.0	1446.8	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU		2569.0	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesado
NUTRICIONISTA CNP N° 291

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 03 - 17

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.60	13.52	91.34	82.40	121.68	365.34	
					V.C DESAYUNO			569.42
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado a la chorrillana (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta +							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Arvejas secas	80.00	4.54	0.38	12.03	18.18	3.46	48.13	69.76
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		64.37	30.54	209.08	257.48	274.87	836.31	
					V.C ALMUERZO			1368.66
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	18.00	0.00	18.00	0.00	0.00	162.00	0.00	162.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	38.50	56.42	47.12	346.52	225.67	
					V.C CENA			619.31
					% DIST. CENA			24
					96.75	82.56	356.83	
					387.0	743.1	1427.3	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU		2557.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesao.
NUTRICIONISTA CNP N° 290.

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Saltado de Hígado + Papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		41.57	37.23	238.54	166.26	335.11	954.15	
					V.C ALMUERZO			1455.52
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de res pulpa	70.00	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Cebolla de cabeza	10.0	0.18	0.03	0.60	0.74	0.29	2.40	3.42
Papa blanca	150.00	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Arvejas frescas	20.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		25.62	16.75	123.73	102.50	150.77	494.92	
					V.C CENA			748.18
					% DIST. CENA			27
					84.93	71.25	446.12	
					339.7	641.2	1784.5	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			2765.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 296

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	117.90	115.74	207.27	471.60	
					V.C DESAYUNO			794.61
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Cilandro	10.00	0.26	0.10	0.56	1.06	0.94	2.24	4.23
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.37	44.73	233.20	253.49	402.53	932.81	
					V.C ALMUERZO			1588.83
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Chuño	40.0	0.20	0.00	1.96	0.80	0.00	7.84	8.64
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	45.0	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
SUB TOTAL		9.56	5.97	80.55	38.24	53.73	322.18	
					V.C CENA			414.15
					% DIST. CENA			15
					101.87	73.73	431.65	
					407.5	663.5	1726.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2797.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 284

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	106.95	83.66	94.95	427.78	
					V.C DESAYUNO			606.39
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.31	44.94	245.15	121.24	404.42	980.61	
					V.C ALMUERZO			1506.27
					% DIST. ALMUERZO			60
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
fideo	40.0	0.00	0.00	4.80	0.00	0.00	19.20	19.20
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Porro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	25.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	50.0	0.00	0.00	49.15	0.00	0.00	196.60	196.60
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.28	0.49	95.82	17.10	4.43	383.29	
					V.C CENA			404.82
					% DIST. CENA			16
					55.50	55.98	447.92	
					222.0	503.8	1791.7	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2517.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2961

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 07 -21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Margarina							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Margarina vegetal con sal	25.00	0.15	20.50	0.00	0.60	184.50	0.00	185.10
SUB TOTAL		29.22	43.11	65.07	116.86	387.95	260.26	
					V.C DESAYUNO			765.07
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de res + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	250.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.94	44.12	234.25	171.75	397.10	936.99	
					V.C ALMUERZO			1505.84
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	5.88	152.06	36.26	52.94	608.22	
					V.C CENA			697.41
					% DIST. CENA			20
					81.22	93.11	451.37	
					324.9	838.0	1805.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			2968.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2900

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 8 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + mermelada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada De frutas	25.00	0.10	0.05	18.28	0.40	0.45	73.10	73.95
SUB TOTAL		11.47	5.49	106.24	45.86	49.37	424.96	
					V.C DESAYUNO			520.19
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco							
Fideos tallarín	180.00	17.10	0.18	125.28	68.40	1.62	501.12	571.14
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		55.53	44.22	208.95	222.13	397.98	835.80	
					V.C ALMUERZO			1455.90
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Camote	100.0	15.13	0.17	0.85	60.52	1.53	3.40	65.45
Aceite vegetal	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	207.00	0.00	207.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		21.30	26.18	51.84	85.20	235.61	207.37	
					V.C CENA			528.19
					% DIST. CENA			20
					88.30	75.88	367.03	
					353.2	683.0	1468.1	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2504.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 296

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 09 - 23

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		34.68	54.27	161.61	138.71	488.45	646.43	
					V.C ALMUERZO			1273.59
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz a la cubana + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	200.0	2.40	0.48	33.60	9.60	4.32	134.40	148.32
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.88	15.97	129.28	71.52	143.73	517.10	
					V.C CENA			732.35
					% DIST. CENA			28
					67.25	95.81	379.54	
					269.0	862.3	1518.2	
					15%	28%	57%	
V.C.T MENU							2649.5	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 296

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.88	13.56	93.60	83.52	122.04	374.38	
					V.C DESAYUNO			579.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta +							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		74.29	40.80	236.09	297.16	367.17	944.34	
					V.C ALMUERZO			1608.67
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	35.50	56.42	47.12	319.52	225.67	
					V.C CENA			592.31
					% DIST. CENA			21
					106.95	89.86	386.10	
					427.8	808.7	1544.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU		2780.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2968

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		38.77	33.73	238.54	155.06	303.61	954.15	
					V.C ALMUERZO			1412.82
					% DIST. ALMUERZO			52
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.09	26.58	90.69	128.38	239.20	362.77	
					V.C CENA			730.35
					% DIST. CENA			27
				88.60	77.57	413.09		
				354.4	698.1	1652.3		
				13%	28%	59%		
V.C.T MENU						2704.9	100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	112.99	115.74	207.27	451.94	
					V.C DESAYUNO			774.95
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		54.24	44.42	214.10	216.94	399.78	856.40	
					V.C ALMUERZO			1473.12
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
pasas	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	766.00	8.05
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		12.71	6.18	101.79	50.84	55.62	407.14	
					V.C CENA			513.60
					% DIST. CENA			19
					95.88	73.63	428.87	
					383.5	662.7	1715.5	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2761.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quosaga
NUTRICIONISTA CNP N° 29.

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + huevo sancocado							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		20.54	13.31	99.91	82.14	119.79	399.62	
					V.C DESAYUNO			601.55
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.32	32.84	242.06	169.29	295.58	968.25	
					V.C ALMUERZO			1433.12
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de fideos con res con hueso							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poró	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.38	27.21	98.46	117.54	244.91	393.85	
					V.C CENA			756.30
					% DIST. CENA			27
					92.24	73.36	440.43	
					369.0	660.3	1761.7	
					12%	28%	60%	
V.C.T MENU							2791.0	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

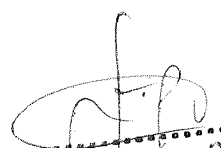
Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Platano							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		12.87	15.74	134.57	51.46	141.62	538.28	
					V.C DESAYUNO			731.36
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.56	42.64	222.32	122.23	383.78	889.29	
					V.C ALMUERZO			1395.30
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	15.88	161.89	36.26	142.94	647.54	
					V.C CENA			826.73
					% DIST. CENA			28
					52.49	74.26	518.78	
					209.9	668.3	2075.1	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2953.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988


Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 251

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA PARA PERSONAL INPE DEL E.P JAEN

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21.08/22.08/23.08	DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Infusion
2	24.08/25.08/26.08	DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
3	27.08/28.08/29.08	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
		ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
4	30.08/31.08/01.09	DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
		ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
5	02.09/03.09/04.09	DESAYUNO	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo
		ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancocado con res (presa) + Fruta + Infusion
6	05.09/06.09/07.09	DESAYUNO	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes + palta
		ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Gallina mechada + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
7	08.09/09.09/10.09	DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
		ALMUERZO	Sancocado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejititas guisadas + Ensalada + Infusion
8	11.08/12.08/13.08	DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
9	14.09/15.09/16.09	DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
10	17.09/18.09/19.09	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pavita al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion
11	20/09/2018	DESAYUNO	Quinua + Fruta + 03 panes + palta
		ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Sarza + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de hígado + papa + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		21.40	9.92	107.07	85.60	89.28	428.26	
					V.C DESAYUNO			603.14
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	20.00	1.46	0.68	15.24	5.84	6.12	60.96	72.92
SUB TOTAL		68.38	19.21	233.24	273.53	172.91	932.97	
					V.C ALMUERZO			1379.41
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	135.31	132.02	175.99	541.23	
					V.C CENA			849.23
					% DIST. CENA			30
					122.79	48.69	475.62	
					491.1	438.2	1902.5	
					12%	25%	63%	
V.C.T MENU							2831.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNI N° 296

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		25.50	17.17	110.80	101.98	154.53	443.20	
					V.C DESAYUNO			699.71
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco							
Sémola de Trigo	30.00	2.34	0.33	23.52	9.36	2.97	94.08	106.41
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	19.30	251.50	255.94	173.68	1006.01	
					V.C ALMUERZO			1435.64
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		16.40	6.18	197.05	65.62	55.58	788.19	
					V.C CENA			909.39
					% DIST. CENA			30
					105.89	42.64	559.35	
					423.5	383.8	2237.4	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3044.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Papa a la huancaína +Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	12.0	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	18.78	131.34	131.01	169.04	525.34	
					V.C CENA			825.39
					% DIST. CENA			30
					113.70	69.52	421.13	
					454.8	625.7	1684.5	
					11%	28%	61%	
V.C.T MENU							2764.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

LIC. Janet Parra Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILocalORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	101.93	107.90	171.32	407.72	
					V.C DESAYUNO			686.94
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		54.71	32.69	209.01	218.84	294.23	836.03	
					V.C ALMUERZO			1349.09
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			29
					115.64	80.08	419.59	
					462.6	720.7	1678.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			2861.6
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lle. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2986

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo							
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Maíz Mote de	60.00	1.56	0.78	12.66	6.24	7.02	50.64	63.90
Cebolla china	5.00	0.12	0.02	0.38	0.46	0.18	1.50	2.14
Mondongo de res	50.00	8.45	1.75	0.50	33.80	15.75	2.00	51.55
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		21.68	21.46	113.69	86.72	193.14	454.74	
					V.C DESAYUNO			734.60
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta							
Vainitas	40.00	0.20	0.04	7.08	0.80	0.36	28.32	29.48
Zanahoria	30.00	0.18	0.15	2.76	0.72	1.35	11.04	13.11
Papa blanca	60.00	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Remolacha raíz	30.00	0.51	0.03	2.85	2.04	0.27	11.40	13.71
Limón	10.00	0.05	0.02	0.97	0.20	0.18	3.88	4.26
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		72.50	11.65	250.03	289.99	104.81	1000.12	
					V.C ALMUERZO			1394.93
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Sopa sancocado con res (presa) + Fruta + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	120.00	20.45	1.54	0.00	81.79	13.82	0.00	95.62
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Lima	150.0	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.24	7.89	117.37	120.95	70.97	469.46	
					V.C CENA			661.39
					% DIST. CENA			24
					124.42	40.99	481.08	
					497.7	368.9	1924.3	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU		2790.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 CNI 07261988

Lic. Janet Perea Quosade
 NUTRICIONISTA CNP N° 296

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes con palta							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cocoa	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		18.16	16.28	105.96	72.62	146.48	423.84	
					V.C DESAYUNO			642.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Gallina mechada + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de gallina (presas)	160.00	30.72	4.64	0.00	122.88	41.76	0.00	164.64
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		66.20	43.17	238.40	264.79	388.49	953.62	
					V.C ALMUERZO			1606.90
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	22.07	117.22	111.44	198.59	468.86	
					V.C CENA			778.90
					% DIST. CENA			26
					112.21	81.51	461.58	
					448.9	733.6	1846.3	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			3028.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lc. Janet Perea Quosada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2961

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 07

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Sopa de pollo + 01 pan + infusion							
Hierba buena	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Carne de Pollo Pechuga	50.00	9.60	1.45	0.00	38.40	13.05	0.00	51.45
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zapallo macre	40.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Fideos	50.00	4.70	0.10	39.10	18.80	0.90	156.40	176.10
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
SUB TOTAL		20.35	23.68	112.53	81.40	213.12	450.10	
					V.C DESAYUNO			744.62
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	30.00	2.46	0.15	23.34	9.84	1.35	93.36	104.55
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de res, pulpa	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Col	20.00	0.27	0.03	1.89	1.09	0.29	7.55	8.93
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Bonito	160.00	0.64	1.12	21.28	2.56	10.08	85.12	97.76
Lentejas	80.00	18.08	0.80	48.80	72.32	7.20	195.20	274.72
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Cebolla de cabeza	35.00	0.81	0.14	2.63	3.22	1.26	10.50	14.98
Limón	6.00	0.03	0.01	0.58	0.12	0.11	2.33	2.56
Papaya	150.00	0.60	0.15	12.30	2.40	1.35	49.20	52.95
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		50.28	34.52	277.13	201.13	310.66	1108.51	
					V.C ALMUERZO			1620.30
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Molleja guisada + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de pollo	100.0	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Tomate	21.00	0.13	0.03	0.72	0.54	0.30	2.89	3.73
Cebolla de cabeza	35.00	0.64	0.11	2.10	2.58	1.01	8.40	11.98
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Hierbas	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		9.82	21.01	179.60	39.29	189.10	718.40	
					V.C CENA			946.80
					% DIST. CENA			29
					80.46	79.21	569.25	
					321.8	712.9	2277.0	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		3311.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

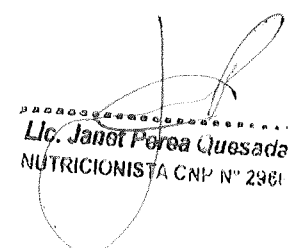
FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		23.73	8.74	115.13	94.92	78.66	460.50	
					V.C DESAYUNO			634.08
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	15.73	0.00	0.00	62.91	62.91
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	10.82	122.46	68.85	97.36	489.86	
					V.C CENA			656.07
					% DIST. CENA			22
					101.21	69.68	500.10	
					404.9	627.1	2000.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			3032.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988


Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 09

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Manzana	150.00	0.45	0.15	21.90	1.80	1.35	87.60	90.75
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		29.05	22.63	120.05	116.18	203.67	480.18	
					V.C DESAYUNO			800.03
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Huacatay	10.00	0.50	0.08	0.80	2.00	0.72	3.20	5.92
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	10.00	0.70	0.81	1.09	2.80	7.29	4.36	14.45
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Aji amarillo	5.00	0.07	0.02	0.46	0.29	0.18	1.86	2.32
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Mango	150.00	0.48	0.24	19.08	1.92	2.16	76.32	80.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		59.48	26.57	265.48	237.92	239.10	1061.93	
					V.C ALMUERZO			1538.96
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	150.0	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
SUB TOTAL		31.69	24.28	126.17	126.76	218.52	504.68	
					V.C CENA			849.96
					% DIST. CENA			27
					120.22	73.48	511.70	
					480.9	661.3	2046.8	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			3188.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261968

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 290

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pavita al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pavo pulpa	160.0	32.16	32.32	0.00	128.64	290.88	0.00	419.52
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.54	61.07	233.89	254.17	549.67	935.57	
					V.C ALMUERZO			1739.41
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			25
					113.69	108.09	503.95	
					454.7	972.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3443.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quosada
 NUTRICIONISTA CNP N° 298

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU° 11

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa + Fruta + 03 panes + Palta							
Quinoa	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	26.00	0.00	0.00	25.56	0.00	0.00	102.23	102.23
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		22.58	22.00	86.87	90.30	197.96	347.47	
					V.C DESAYUNO			635.73
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Zarsa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	26.37	4.61	0.00	105.47	41.47	0.00	146.94
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arvejas frescas	20.00	1.64	0.10	15.56	6.56	0.90	62.24	69.70
Zanahoria	20.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Espinaca negra	10.00	0.22	0.07	0.39	0.90	0.65	1.57	3.11
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	39.31	244.98	255.94	353.81	979.94	
					V.C ALMUERZO			1589.69
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltado de higado + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	26.00	0.00	26.00	0.00	0.00	234.00	0.00	234.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Papa blanca	180.0	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Cebolla de cabeza	60.0	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.34	31.61	149.48	133.36	284.49	597.92	
					V.C CENA			1015.77
					% DIST. CENA			31
					119.90	92.92	481.33	
					479.6	836.3	1925.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3241.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 291

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

**RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA NIÑOS DE 06 MESES A 03 AÑOS DEL E.P JAEN
MENUES CON APORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA**

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/08/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/08/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/08/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/08/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/08/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
8	28/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/08/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Fruta + yogurt
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	31/08/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 290

12	01/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
13	02/09/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
14	03/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo
15	04/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA NIÑOS DE 06 MESES A 03 AÑOS DEL E.P JAEN

MENUES CON APORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
16	05/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
17	06/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
18	07/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
19	08/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
20	09/09/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
21	10/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
22	11/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
23	12/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
24	13/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
25	14/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
26	15/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
27	16/07/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
28	17/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisada
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

29	18/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
30	19/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
31	20/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janot Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN**

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Margarina							
Avena, hojuelas cruda	20.00	2.66	0.80	14.40	10.64	7.20	57.60	75.44
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Mantequilla	7.00	0.14	5.74	0.00	0.56	51.66	0.00	52.22
SUB TOTAL		10.58	12.30	44.55	42.32	110.7	178.21	
					VCT DESAYUNO			331
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Un pan frances							
Pan de labranza o francés	30.0	2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	84
SUB TOTAL		2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	
					VCT MEDIA MAÑANA			84
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
Almuerzo:	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo	60.0	4.92	0.30	46.68	19.68	2.70	186.72	209.10
Frijol canario crudo	60.0	10.77	1.03	5.97	43.10	9.30	23.88	76.28
Aceite vegetal	3.0	0.00	3.00	0.00	0.00	27.00	0.00	27.00
Ajos	2.50	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Plátano de seda	140	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		33.21	7.41	55.90	132.84	66.7278	223.59	
					VCT ALMUERZO			423
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Semola con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.38	25.94	85.98
Sémola de Trigo	25.0	1.66	0.23	16.66	6.63	2.10	66.64	75.37
SUB TOTAL		5.82	5.05	23.15	23.29	45.4793	92.58	
					VCT MEDIA TARDE			161
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Mazamorra + 01 pan + Margarina							
Chuño blanco	25.00	0.13	0.00	15.54	0.50	0.00	62.16	62.66
Maíz Morado	20.00	1.17	0.54	12.19	4.67	4.90	48.77	58.34
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Mantequilla	7.00	0.14	5.74	0.00	0.56	51.66	0.00	52.22
SUB TOTAL		1.43	6.28	32.65	5.73	56.556	130.59	
					VCT CENA			193
					% DIST. CENA			20
		53.49	31.13	174.55				
		214.0	280.2	698.2				
		15%	23%	61%				
TOTAL VCT MENU					1192.3		100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261986

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA C.N.F. N° 2501

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN**

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinua con leche + 01 Pan + Hígado frito							
Quinua	20.00	7.82	6.06	0.36	31.28	54.54	1.44	87.26
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hígado de Pollo	20.00	3.92	0.92	0.00	15.68	8.28	0.00	23.96
SUB TOTAL		19.52	12.74	30.51	78.08	114.66	122.05	
					VCT DESAYUNO			315
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Maizena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.3755	25.94	86
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.42	0.51	0.3825	73.70	75
SUB TOTAL		4.29	4.86	24.91	17.17	43.758	99.64	
					VCT MEDIA MAÑANA			161
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
Almuerzo:	Arroz + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta							
Pescado Toyo	120.0	15.71	0.34	0.84	62.83	3.02	3.36	69.22
Papa blanca	30.00	0.57	0.03	5.62	2.29	0.25	22.48	25.02
Arroz Pilado o pulido crudo	80.00	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Zapallo macre	10.00	0.05	0.01	0.43	0.19	0.12	1.72	2.02
Ajos	1.50	0.07	0.01	0.36	0.27	0.09	1.46	1.81
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Vainitas	4.00	0.01	0.00	0.42	0.05	0.02	1.70	1.77
Pera nacional	140.0	0.46	0.23	6.03	1.86	2.09	24.12	28.07
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		23.46	1.53	78.08	93.82	13.7799	312.31	
					VCT ALMUERZO			420
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Jugo de naranja							
Naranja	140.00	0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	13.38
SUB TOTAL		0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	
					VCT MEDIA TARDE			13
					% DIST. MEDIA TARDE			9
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion							
Aceite vegetal	12.00	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	80.00	1.53	0.07	5.62	6.12	0.66	22.48	29.25
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Huevo de gallina. crudo	50.00	4.52	2.81	0.60	18.09	25.33	2.41	45.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		6.17	14.99	17.89	24.69	134.881	71.57	
					VCT CENA			231
					% DIST. CENA			20
		53.62	34.18	154.42				
		214.5	307.6	617.7				
		15%	27%	60%				
					TOTAL VCT MENU		1139.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN**

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24 - 31

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.21	3.86	0.83	24.84	34.78	3.31	62.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		17.32	10.62	48.00	69.26	95.616	191.99	
					VCT DESAYUNO			357
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 Pan de yema							
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	
					VCT MEDIA MAÑANA			98
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
Almuerzo:	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion							
Carne de res pulpa	70.0	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Ajos	0.50	0.02	0.00	0.12	0.09	0.03	0.49	0.60
Frijol canario crudo	60.00	13.01	1.25	35.76	52.03	11.23	143.04	206.30
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.15	0.04	0.07	0.58	0.69
Arvejas frescas (4)	2.00	0.14	0.01	0.38	0.57	0.11	1.50	2.18
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		19.77	2.18	98.81	79.07	19.6245	395.22	
					VCT ALMUERZO			494
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Yogurt							
Yogurt	125.0	5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	57.75
SUB TOTAL		5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada							
Apio	1.00	0.01	0.00	0.05	0.03	0.02	0.19	0.24
Poro	1.00	0.02	0.01	0.06	0.09	0.06	0.24	0.38
Yuca amarilla	20.00	0.55	3.96	0.71	2.22	35.64	2.85	40.71
Fideos	20.00	1.86	0.04	13.02	7.44	0.36	52.08	59.88
Carne de Pollo Entero s/n	100.00	16.27	2.84	0.00	65.10	25.60	0.00	90.69
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
SUB TOTAL		18.72	6.85	13.88	74.90	61.6896	55.53	
					VCT CENA			192
					% DIST. CENA			20
		63.81	21.00	188.73				
		255.2	189.0	754.9				
		15%	20%	65%				
					TOTAL VCT MENU		1199.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN**

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna							
Quinoa	20.00	7.04	5.45	2.38	28.15	49.09	9.52	86.76
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Aceituna	25.00	8.40	5.00	0.99	33.60	45.00	3.96	82.56
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		23.22	16.21	32.54	92.87	145.926	130.16	
					VCT DESAYUNO			369
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de papaya							
Papaya	140.0	0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	42
SUB TOTAL		0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	
					VCT MEDIA MAÑANA			42
					% DIST. MEDIA MAÑANA			5
ALMUERZO:	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crud	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Hígado de res	80.0	3.80	2.30	0.50	15.20	20.70	2.00	37.90
Aceite vegetal	1.50	0.00	1.50	0.00	0.00	13.50	0.00	13.50
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
Papa blanca	80.0	3.80	0.05	11.15	15.20	0.45	44.60	60.25
Zapallo macre	10.00	0.07	0.02	0.64	0.28	0.18	2.56	3.02
Hierbaluisa	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		14.28	4.28	74.81	57.12	38.5101	299.26	
					VCT ALMUERZO			395
					% DIST. ALMUERZO			43
REFRIGERIO	Maizena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.12	4.76	6.41	16.46	42.8652	25.64	85
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.21	0.50	0.378	72.83	74
SUB TOTAL		4.24	4.80	24.62	16.97	43.2432	98.46	
					VCT MEDIA TARDE			159
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Pure de papa con zanahoria + pollo al horno + infusion							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.13	0.03	0.06	0.52	0.62
Carne de Pollo Entero s/n	100.0	16.89	2.95	15.43	67.57	26.57	61.72	155.86
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		18.58	3.04	33.40	74.32	27.3519	133.60	
					VCT CENA			235
					% DIST. CENA			20
		60.80	28.46	175.13				
		243.2	256.1	700.5				
		15%	21%	64%				
					TOTAL VCT MENU		1199.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2968

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN**

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Margarina							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
leche evaporada	70.00	3.92	4.54	6.10	15.68	40.82	24.42	80.92
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sa	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
SUB TOTAL		8.56	10.67	44.35	34.25	95.994	177.40	
					VCT DESAYUNO			308
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de piña							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Piña	200.0	0.68	0.34	16.66	2.72	3.06	66.64	72
SUB TOTAL		0.68	0.34	18.63	2.72	3.06	74.50	
					VCT MEDIA MAÑANA			80
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
ALMUERZO:	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Camote amarillo (5)	60.0	0.72	0.12	16.56	2.88	1.08	66.24	70.20
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Tomate	10.00	0.07	0.02	0.39	0.29	0.16	1.55	2.00
Zanahoria	10.00	0.05	0.04	0.73	0.19	0.36	2.91	3.45
Arvejas frescas (4)	10.00	0.38	0.03	1.02	1.53	0.29	4.06	5.89
Cominos	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzana	140.00	0.42	0.14	20.44	1.68	1.26	81.76	84.70
Manzanilla	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Canela entera	0.08	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	0.15	0.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
SUB TOTAL		25.65	8.82	103.30	102.60	79.3952	413.22	
					VCT ALMUERZO			595
					% DIST. ALMUERZO			45
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Manzana	160.0	0.41	0.14	19.86	1.63	1.224	79.42	82
SUB TOTAL		0.41	0.14	21.82	1.63	1.224	87.29	
					VCT MEDIA TARDE			90
					% DIST. MEDIA TARDE			8
CENA:	Sopa de fideos con pollo + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	100.0	14.42	2.52	0.00	57.68	22.68	0.00	80.36
Fidfeos	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Apio	5	0.04	0.01	0.24	0.14	0.09	0.96	1.19
Poro	5	0.14	0.04	0.38	0.54	0.36	1.52	2.42
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
SUB TOTAL		14.59	2.57	1.11	58.36	23.13	4.45	
					VCT CENA			86
					% DIST. CENA			20
		49.89	22.53	189.21				
		199.6	202.8	756.9				
		15%	20%	65%				
					TOTAL VCT MENU		1159.2	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Peraza Quasada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN**

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 01 pan + mermelada							
Soya	20.00	0.38	0.10	1.62	1.52	0.90	6.48	8.90
Mermelada De frutas	20.00	0.08	4.20	14.62	0.32	37.80	58.48	96.60
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		3.34	4.39	40.70	13.36	39.51	162.80	
					VCT DESAYUNO			216
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo mango							
Mango	140.00	0.56	0.28	22.3	2.24	2.52	89.04	93.80
SUB TOTAL		0.56	0.28	22.26	2.24	2.52	89.04	
					VCT MEDIA MAÑANA			94
					% DIST. MEDIA MAÑANA			10
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion							
Pescado Toyo	80.0	3.26	0.32	0.80	13.04	2.88	3.20	19.12
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Perejil	1.00	0.03	0.00	0.04	0.11	0.04	0.15	0.29
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Frijol canario crudo	60.00	13.14	1.26	36.12	52.56	11.34	144.48	208.38
Cebolla de cabeza (2)	2.00	0.02	0.00	0.15	0.08	0.02	0.61	0.70
Sal	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		16.49	2.67	103.71	65.96	24.0576	414.83	
					VCT ALMUERZO			505
					% DIST. ALMUERZO			44
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Manzana	150.00	0.29	0.10	14.02	1.15	0.86	56.06	58.08
SUB TOTAL		0.29	0.10	14.02	1.15	0.864	56.06	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			6
CENA:	Arroz con leche + 01 pan + margarina							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Arroz Pilado o pulido crudo	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Margarina vegetal con sa	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		8.20	11.54	36.91	32.81	103.815	147.64	
					VCT CENA			284
					% DIST. CENA			20
		28.88	18.97	217.59				
		115.5	170.8	870.4				
		13%	21%	66%				
					TOTAL VCT MENU		1156.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN**

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
Leche evaporada	70.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.75	4.20	0.90	27.00	37.80	3.60	68.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		11.35	4.59	42.10	45.40	41.31	168.38	
					VCT DESAYUNO			255
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Pure de plátano							
Plátano de seda	150.0	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111
SUB TOTAL		1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	
					VCT MEDIA MAÑANA			111
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
ALMUERZO:	Arroz graneado + pure de papa con pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Papa blanca	60.0	1.03	0.05	10.97	4.13	0.44	43.89	48.46
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Carne de Pollo Entero s/n	120	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Sal	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.43	5.47	83.77	17.71	49.2156	335.08	
					VCT ALMUERZO			402
					% DIST. ALMUERZO			39
REFRIGERIO	Anis + 01 pan + queso							
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Hierbas	6.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Queso fresco de vaca	20.0	2.53	2.80	0.35	10.11	25.2	1.41	37
SUB TOTAL		2.53	2.80	5.27	10.11	25.2	21.07	
					VCT MEDIA TARDE			56
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan							
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Papa blanca	40.0	0.69	0.03	7.31	2.76	0.30	29.26	32.31
Arroz Pilado o pulido crudo	20.0	3.26	0.10	15.56	13.04	0.90	62.24	76.18
Espinaca blanca (2)	5.00	0.10	0.03	0.32	0.38	0.27	1.26	1.91
Apio	2.00	0.01	0.00	0.10	0.06	0.04	0.38	0.48
Poro	2.00	0.05	0.02	0.15	0.22	0.14	0.61	0.97
Hígado de Pollo	50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Azúcar rubia	12.00	0.00	0.00	11.80	0.00	0.00	47.18	47.18
SUB TOTAL		4.25	5.20	35.96	16.98	46.818	143.85	
					VCT CENA			208
					% DIST. CENA			20
		24.35	18.42	192.30				
		97.4	165.8	769.2				
		10%	20%	70%				
					TOTAL VCT MENU		1032.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

.....
M^c. Janet Perea Quisara
NUTRICIONISTA CNP N° 2801

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO DE SAN IGNACIO

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
1	21/08/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
2	22/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
3	23/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
4	24/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Hgado + Papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
5	25/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
6	26/08/2018	ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
	Lunes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
7	27/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
8	28/08/2018	ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
9	29/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
10	30/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
11	31/08/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
12	01/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
13	02/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
	Lunes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
14	03/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
LMA. JAVIER SANDOVAL BUITRAGO
DNI 07261988

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO DE SAN IGNACIO

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

N° DE MEN	FECHA	DETALLE DEL MENU	
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
15	04/09/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
16	05/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
17	06/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
18	07/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Higado + Papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
19	08/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancocado
20	09/09/2018	ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancocado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
	Lunes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
21	10/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
22	11/08/2018	ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
23	12/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
24	13/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
25	14/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
26	15/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancocado
27	16/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
	Lunes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
28	17/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
29	18/09/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
	Miercoles	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
30	19/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
31	20/09/2018	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
Lic. Javier Pareda Chiriboga
Matrícula CDP N° 2018

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		29.67	22.71	88.70	118.66	204.35	354.78	
					V.C DESAYUNO			677.79
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		53.25	44.91	227.13	213.01	404.19	908.52	
					V.C ALMUERZO			1525.71
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 panes con tortilla							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Huevo de gallina. Crudo	30.0	3.44	2.14	0.46	13.77	19.28	1.84	34.88
Harina de trigo	10.0	0.89	0.17	6.36	3.57	1.53	25.43	30.53
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		10.51	15.32	62.73	42.02	137.89	250.90	
					V.C CENA			430.81
					% DIST. CENA			16
					93.42	82.94	378.55	
					373.7	746.4	1514.2	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2634.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 02 - 16 - 30

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		34.68	49.27	161.61	138.71	443.45	646.43	
					V.C ALMUERZO			1228.59
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	15.0	0.35	0.06	1.13	1.38	0.54	4.50	6.42
Tomate	10.0	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	150.0	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.19	14.49	111.43	120.76	130.37	445.74	
					V.C CENA			696.87
					% DIST. CENA			27
					79.56	89.33	361.70	
					318.2	804.0	1446.8	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU		2569.0	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2500

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 03 - 17

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.60	13.52	91.34	82.40	121.68	365.34	
					V.C DESAYUNO			569.42
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado a la chorrillana (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta +							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Arvejas secas	80.00	4.54	0.38	12.03	18.18	3.46	48.13	69.76
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		64.37	30.54	209.08	257.48	274.87	836.31	
					V.C ALMUERZO			1368.66
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	18.00	0.00	18.00	0.00	0.00	162.00	0.00	162.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	38.50	56.42	47.12	346.52	225.67	
					V.C CENA			619.31
					% DIST. CENA			24
					96.75	82.56	356.83	
					387.0	743.1	1427.3	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			2557.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 97261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Saltado de Hígado + Papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		41.57	37.23	238.54	166.26	335.11	954.15	
					V.C ALMUERZO			1455.52
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de res pulpa	70.00	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Cebolla de cabeza	10.0	0.18	0.03	0.60	0.74	0.29	2.40	3.42
Papa blanca	150.00	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Arvejas frescas	20.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		25.62	16.75	123.73	102.50	150.77	494.92	
					V.C CENA			748.18
					% DIST. CENA			27
					84.93	71.25	446.12	
					339.7	641.2	1784.5	
					13%	28%	59%	
V.C.T MENU							2765.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2906

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	117.90	115.74	207.27	471.60	
					V.C DESAYUNO			794.61
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Cilandro	10.00	0.26	0.10	0.56	1.06	0.94	2.24	4.23
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.37	44.73	233.20	253.49	402.53	932.81	
					V.C ALMUERZO			1588.83
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Chuño	40.0	0.20	0.00	1.96	0.80	0.00	7.84	8.64
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	45.0	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
SUB TOTAL		9.56	5.97	80.55	38.24	53.73	322.18	
					V.C CENA			414.15
					% DIST. CENA			15
					101.87	73.73	431.65	
					407.5	663.5	1726.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2797.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2566

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	106.95	83.66	94.95	427.78	
					V.C DESAYUNO			606.39
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.31	44.94	245.15	121.24	404.42	980.61	
					V.C ALMUERZO			1506.27
					% DIST. ALMUERZO			60
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
fideo	40.0	0.00	0.00	4.80	0.00	0.00	19.20	19.20
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	25.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	50.0	0.00	0.00	49.15	0.00	0.00	196.60	196.60
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.28	0.49	95.82	17.10	4.43	383.29	
					V.C CENA			404.82
					% DIST. CENA			16
					55.50	55.98	447.92	
					222.0	503.8	1791.7	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2517.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261968

Lic. Janet Perea Quesad.
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 07 -21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Margarina							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Margarina vegetal con sal	25.00	0.15	20.50	0.00	0.60	184.50	0.00	185.10
SUB TOTAL		29.22	43.11	65.07	116.86	387.95	260.26	
					V.C DESAYUNO			765.07
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de res + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	250.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.94	44.12	234.25	171.75	397.10	936.99	
					V.C ALMUERZO			1505.84
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	5.88	152.06	36.26	52.94	608.22	
					V.C CENA			697.41
					% DIST. CENA			20
					81.22	93.11	451.37	
					324.9	838.0	1805.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2968.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO STANEDA
DNI 07281528

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 29C

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 8 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + mermelada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada De frutas	25.00	0.10	0.05	18.28	0.40	0.45	73.10	73.95
SUB TOTAL		11.47	5.49	106.24	45.86	49.37	424.96	
					V.C DESAYUNO			520.19
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco							
Fideos tallarín	180.00	17.10	0.18	125.28	68.40	1.62	501.12	571.14
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		55.53	44.22	208.95	222.13	397.98	835.80	
					V.C ALMUERZO			1455.90
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Camote	100.0	15.13	0.17	0.85	60.52	1.53	3.40	65.45
Aceite vegetal	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	207.00	0.00	207.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		21.30	26.18	51.84	85.20	235.61	207.37	
					V.C CENA			528.19
					% DIST. CENA			20
					88.30	75.88	367.03	
					353.2	683.0	1468.1	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2504.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 ONI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNF N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 09 - 23

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		34.68	54.27	161.61	138.71	488.45	646.43	
					V.C ALMUERZO			1273.59
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz a la cubana + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	200.0	2.40	0.48	33.60	9.60	4.32	134.40	148.32
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.88	15.97	129.28	71.52	143.73	517.10	
					V.C CENA			732.35
					% DIST. CENA			28
					67.25	95.81	379.54	
					269.0	862.3	1518.2	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			2649.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261953

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 29C.

FORMATO N° A
DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENÚ 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.88	13.56	93.60	83.52	122.04	374.38	
					V.C DESAYUNO			579.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta +							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		74.29	40.80	236.09	297.16	367.17	944.34	
					V.C ALMUERZO			1608.67
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	35.50	56.42	47.12	319.52	225.67	
					V.C CENA			592.31
					% DIST. CENA			21
					106.95	89.86	386.10	
					427.8	808.7	1544.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU		2780.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988


Lic. Jandí Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		38.77	33.73	238.54	155.06	303.61	954.15	
					V.C ALMUERZO			1412.82
					% DIST. ALMUERZO			52
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.09	26.58	90.69	128.38	239.20	362.77	
					V.C CENA			730.35
					% DIST. CENA			27
				88.60	77.57	413.09		
				354.4	698.1	1652.3		
				13%	28%	59%		
V.C.T MENU							2704.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 UNI 07/201983

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 290

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	112.99	115.74	207.27	451.94	
					V.C DESAYUNO			774.95
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		54.24	44.42	214.10	216.94	399.78	856.40	
					V.C ALMUERZO			1473.12
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
pasas	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	766.00	8.05
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		12.71	6.18	101.79	50.84	55.62	407.14	
					V.C CENA			513.60
					% DIST. CENA			19
					95.88	73.63	428.87	
					383.5	662.7	1715.5	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2761.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesac.
 NUTRICIONISTA CNP N° 29

FORMATO N° A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + huevo sancochado							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		20.54	13.31	99.91	82.14	119.79	399.62	
					V.C DESAYUNO			601.55
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.32	32.84	242.06	169.29	295.58	968.25	
					V.C ALMUERZO			1433.12
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de fideos con res con hueso							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Porro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.38	27.21	98.46	117.54	244.91	393.85	
					V.C CENA			756.30
					% DIST. CENA			27
				92.24	73.36	440.43		
				369.0	660.3	1761.7		
				12%	28%	60%		
					V.C.T MENU		2791.0	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO PÉREZ CASTAÑEDA
DNI 07.201803

Lic. Janet Perea Quesad.
NUTRICIONISTA CNP N° 2°

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Platano							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		12.87	15.74	134.57	51.46	141.62	538.28	
					V.C DESAYUNO			731.36
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.56	42.64	222.32	122.23	383.78	889.29	
					V.C ALMUERZO			1395.30
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	15.88	161.89	36.26	142.94	647.54	
					V.C CENA			826.73
					% DIST. CENA			28
					52.49	74.26	518.78	
					209.9	668.3	2075.1	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2953.4	100%

REPRESENTANTE DEL ESTABLECIMIENTO

JOSE ALBERTO POI
DNI 0720

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2960

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA PARA PERSONAL INPE DEL E.P SAN IGNACIO

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21.08/22.08/23.08	DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Infusion
2	24.08/25.08/26.08	DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
3	27.08/28.08/29.08	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
		ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
4	30.08/31.08/01.09	DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
		ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Higado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
5	02.09/03.09/04.09	DESAYUNO	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo
		ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion
6	05.09/06.09/07.09	DESAYUNO	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes + palta
		ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arros graneado + Gallina mechada + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
7	08.09/09.09/10.09	DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
		ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejitas guisadas + Ensalada + Infusion
8	11.08/12.08/13.08	DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
9	14.09/15.09/16.09	DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
10	17.09/18.09/19.09	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pavita al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion
11	20/09/2018	DESAYUNO	Quinua + Fruta + 03 panes + palta
		ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Sarza + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de higado + papa + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 291

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		21.40	9.92	107.07	85.60	89.28	428.26	
					V.C DESAYUNO			603.14
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	20.00	1.46	0.68	15.24	5.84	6.12	60.96	72.92
SUB TOTAL		68.38	19.21	233.24	273.53	172.91	932.97	
					V.C ALMUERZO			1379.41
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	135.31	132.02	175.99	541.23	
					V.C CENA			849.23
					% DIST. CENA			30
					122.79	48.69	475.62	
					491.1	438.2	1902.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			2831.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 285

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO: Avena + Fruta + 03 panes + queso								
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		25.50	17.17	110.80	101.98	154.53	443.20	
					V.C DESAYUNO			699.71
					% DIST. DESAYUNO			23
Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco								
ALMUERZO	30.00	2.34	0.33	23.52	9.36	2.97	94.08	106.41
Sémola de Trigo	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Apio	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Porro	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Zanahoria	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Papa blanca	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Carne de Pollo Entero s/menudencia	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Zapallo macre	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Aceite vegetal	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Ajos	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Mondongo de res	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Zanahoria	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Arvejas frescas	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Cebolla de cabeza	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Aji amarillo	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Papa blanca	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Naranja	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Azúcar rubia	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
Limón		63.99	19.30	251.50	255.94	173.68	1006.01	
SUB TOTAL								1435.64
					V.C ALMUERZO			
					% DIST. ALMUERZO			47
Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion								
CENA	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Aceite vegetal	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Ajos	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Corazón de res	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Papa blanca	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Tomate	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Lechuga redonda	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Pepinillo o Pepino de mesa	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Limón	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Cebolla de cabeza	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anis	10.0	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Azúcar rubia		16.40	6.18	197.05	65.62	55.58	788.19	
SUB TOTAL								909.39
					V.C CENA			
					% DIST. CENA			30
				105.89	42.64	559.35		
				423.5	383.8	2237.4		
				14%	22%	64%		
V.C.T MENU							3044.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 290

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	12.0	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	18.78	131.34	131.01	169.04	525.34	
					V.C CENA			825.39
					% DIST. CENA			30
					113.70	69.52	421.13	
					454.8	625.7	1684.5	
					11%	28%	61%	
					V.C.T MENU			2764.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 ONI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza								
DESAYUNO:								
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	101.93	107.90	171.32	407.72	
V.C DESAYUNO								686.94
% DIST. DESAYUNO								24
Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco								
ALMUERZO								
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		54.71	32.69	209.01	218.84	294.23	836.03	
V.C ALMUERZO								1349.09
% DIST. ALMUERZO								47
Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion								
CENA								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
V.C CENA								825.59
% DIST. CENA								29
				115.64	80.08	419.59		
				462.6	720.7	1678.3		
				14%	22%	64%		
V.C.T MENU							2861.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quispe
 NUTRICIONISTA CNP N° 296

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO: Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo								
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Maíz Mote de	60.00	1.56	0.78	12.66	6.24	7.02	50.64	63.90
Cebolla china	5.00	0.12	0.02	0.38	0.46	0.18	1.50	2.14
Mondongo de res	50.00	8.45	1.75	0.50	33.80	15.75	2.00	51.55
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		21.68	21.46	113.69	86.72	193.14	454.74	
					V.C DESAYUNO			734.60
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO: Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta								
Vainitas	40.00	0.20	0.04	7.08	0.80	0.36	28.32	29.48
Zanahoria	30.00	0.18	0.15	2.76	0.72	1.35	11.04	13.11
Papa blanca	60.00	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Remolacha raíz	30.00	0.51	0.03	2.85	2.04	0.27	11.40	13.71
Limón	10.00	0.05	0.02	0.97	0.20	0.18	3.88	4.26
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		72.50	11.65	250.03	289.99	104.81	1000.12	
					V.C ALMUERZO			1394.93
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA: Sopa sancocado con res (presa) + Fruta + Infusion								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	120.00	20.45	1.54	0.00	81.79	13.82	0.00	95.62
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Lima	150.00	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.24	7.89	117.37	120.95	70.97	469.46	
					V.C CENA			661.39
					% DIST. CENA			24
					124.42	40.99	481.08	
					497.7	368.9	1924.3	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU			2790.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07281988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 296

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGANACIO

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
Avena con cocoa + Fruta + 03 panes con palta								
DESAYUNO:	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Avena, hojuelas cruda	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Cocoa	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Pan francés	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Azúcar rubia	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Plátano de seda	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
Palta		18.16	16.28	105.96	72.62	146.48	423.84	
SUB TOTAL					V.C DESAYUNO			642.94
					% DIST. DESAYUNO			21
Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Gallina mechada + Pure de								
papa + Fruta + Refresco								
ALMUERZO	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Fideos	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Apio	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Poro	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Zanahoria	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Carne de res, molida	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Papa blanca	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Aceite vegetal	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Ajos	160.00	30.72	4.64	0.00	122.88	41.76	0.00	164.64
Carne de gallina (presas)	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Papa blanca	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Cebolla china	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Tomate	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Naranja	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Azúcar rubia	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
Maíz Morado		66.20	43.17	238.40	264.79	388.49	953.62	
SUB TOTAL					V.C ALMUERZO			1606.90
					% DIST. ALMUERZO			53
Arroz graneado + Picante de res + Infusion								
CENA	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Ajos	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Carne de res, pulpa	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Papa blanca	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Tomate	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Cebolla de cabeza	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Aceite vegetal	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anis		27.86	22.07	117.22	111.44	198.59	468.86	
SUB TOTAL					V.C CENA			778.90
					% DIST. CENA			26
				112.21	81.51	461.58		
				448.9	733.6	1846.3		
				15%	28%	57%		
V.C.T MENU							3028.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

MENU° 07

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CMP N° 2968

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		23.73	8.74	115.13	94.92	78.66	460.50	
					V.C DESAYUNO			634.08
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	15.73	0.00	0.00	62.91	62.91
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	10.82	122.46	68.85	97.36	489.86	
					V.C CENA			656.07
					% DIST. CENA			22
					101.21	69.68	500.10	
					404.9	627.1	2000.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			3032.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janot Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGANACIO

MENU° 09

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Manzana	150.00	0.45	0.15	21.90	1.80	1.35	87.60	90.75
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		29.05	22.63	120.05	116.18	203.67	480.18	
					V.C DESAYUNO			800.03
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Huacatay	10.00	0.50	0.08	0.80	2.00	0.72	3.20	5.92
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	10.00	0.70	0.81	1.09	2.80	7.29	4.36	14.45
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Aji amarillo	5.00	0.07	0.02	0.46	0.29	0.18	1.86	2.32
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Mango	150.00	0.48	0.24	19.08	1.92	2.16	76.32	80.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		59.48	26.57	265.48	237.92	239.10	1061.93	
					V.C ALMUERZO			1538.96
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	150.0	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
SUB TOTAL		31.69	24.28	126.17	126.76	218.52	504.68	
					V.C CENA			849.96
					% DIST. CENA			27
120.22				73.48	511.70			
480.9				661.3	2046.8			
13%				28%	59%			
V.C.T MENU							3188.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janot Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pavita al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pavo pulpa	160.0	32.16	32.32	0.00	128.64	290.88	0.00	419.52
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.54	61.07	233.89	254.17	549.67	935.57	
					V.C ALMUERZO			1739.41
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			25
					113.69	108.09	503.95	
					454.7	972.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3443.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quasada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2968

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 11

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa + Fruta + 03 panes + Palta							
Quinoa	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	26.00	0.00	0.00	25.56	0.00	0.00	102.23	102.23
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		22.58	22.00	86.87	90.30	197.96	347.47	
					V.C DESAYUNO			635.73
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Zarsa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	26.37	4.61	0.00	105.47	41.47	0.00	146.94
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arvejas frescas	20.00	1.64	0.10	15.56	6.56	0.90	62.24	69.70
Zanahoria	20.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Espinaca negra	10.00	0.22	0.07	0.39	0.90	0.65	1.57	3.11
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	39.31	244.98	255.94	353.81	979.94	
					V.C ALMUERZO			1589.69
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltado de higado + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	26.00	0.00	26.00	0.00	0.00	234.00	0.00	234.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Papa blanca	180.0	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Cebolla de cabeza	60.0	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.34	31.61	149.48	133.36	284.49	597.92	
					V.C CENA			1015.77
					% DIST. CENA			31
					119.90	92.92	481.33	
					479.6	836.3	1925.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3241.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perla Quesac
 NUTRICIONISTA CNP N° 23:

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA NIÑOS DE 06 MESES A 03 AÑOS DEL E.P SAN IGNACIO
MENUES CON APORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/08/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/08/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/08/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/08/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/08/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
8	28/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/08/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/08/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Fruta + yogurt
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	31/08/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Jancy Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP Nº 251

12	01/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
13	02/09/2018	CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
		DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
14	03/09/2018	MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
		DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
15	04/09/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo
		DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 260

**CONSORCIO
INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO**

RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA NIÑOS DE 06 MESES A 03 AÑOS DEL E.P SAN IGNACIO

MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
16	05/09/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
17	06/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
18	07/09/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
19	08/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
20	09/09/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
21	10/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
22	11/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
23	12/09/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
24	13/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
25	14/09/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
26	15/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
27	16/07/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
28	17/09/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 250

29	18/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
30	19/09/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
31	20/09/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Pajon Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2866

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO**

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Margarina							
Avena, hojuelas cruda	20.00	2.66	0.80	14.40	10.64	7.20	57.60	75.44
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Mantequilla	7.00	0.14	5.74	0.00	0.56	51.66	0.00	52.22
SUB TOTAL		10.58	12.30	44.55	42.32	110.7	178.21	
					VCT DESAYUNO			331
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Un pan frances							
Pan de labranza o francés	30.0	2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	84
SUB TOTAL		2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	
					VCT MEDIA MAÑANA			84
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
Almuerzo:	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo	60.0	4.92	0.30	46.68	19.68	2.70	186.72	209.10
Frijol canario crudo	60.0	10.77	1.03	5.97	43.10	9.30	23.88	76.28
Aceite vegetal	3.0	0.00	3.00	0.00	0.00	27.00	0.00	27.00
Ajos	2.50	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Plátano de seda	140	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		33.21	7.41	55.90	132.84	66.7278	223.59	
					VCT ALMUERZO			423
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Semola con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.38	25.94	85.98
Sémola de Trigo	25.0	1.66	0.23	16.66	6.63	2.10	66.64	75.37
SUB TOTAL		5.82	5.05	23.15	23.29	45.4793	92.58	
					VCT MEDIA TARDE			161
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Mazamorra + 01 pan + Margarina							
Chuño blanco	25.00	0.13	0.00	15.54	0.50	0.00	62.16	62.66
Maíz Morado	20.00	1.17	0.54	12.19	4.67	4.90	48.77	58.34
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Mantequilla	7.00	0.14	5.74	0.00	0.56	51.66	0.00	52.22
SUB TOTAL		1.43	6.28	32.65	5.73	56.556	130.59	
					VCT CENA			193
					% DIST. CENA			20
		53.49	31.13	174.55				
		214.0	280.2	698.2				
		15%	23%	61%				
					TOTAL VCT MENU		1192.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

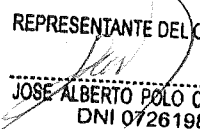
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

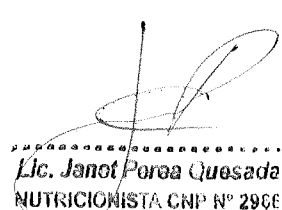
Lic. Janet Perea Quispe
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO**

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quínuu con leche + 01 Pan + Hígado frito							
Quínuu	20.00	7.82	6.06	0.36	31.28	54.54	1.44	87.26
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hígado de Pollo	20.00	3.92	0.92	0.00	15.68	8.28	0.00	23.96
SUB TOTAL		19.52	12.74	30.51	78.08	114.66	122.05	
					VCT DESAYUNO			315
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Maizena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.3755	25.94	86
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.42	0.51	0.3825	73.70	75
SUB TOTAL		4.29	4.86	24.91	17.17	43.758	99.64	
					VCT MEDIA MAÑANA			161
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
Almuerzo:	Arroz + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta							
Pescado Toyo	120.0	15.71	0.34	0.84	62.83	3.02	3.36	69.22
Papa blanca	30.00	0.57	0.03	5.62	2.29	0.25	22.48	25.02
Arroz Pilado o pulido crudo	80.00	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Zapallo macre	10.00	0.05	0.01	0.43	0.19	0.12	1.72	2.02
Ajos	1.50	0.07	0.01	0.36	0.27	0.09	1.46	1.81
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Vainitas	4.00	0.01	0.00	0.42	0.05	0.02	1.70	1.77
Pera nacional	140.0	0.46	0.23	6.03	1.86	2.09	24.12	28.07
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		23.46	1.53	78.08	93.82	13.7799	312.31	
					VCT ALMUERZO			420
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Jugo de naranja							
Naranja	140.00	0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	13.38
SUB TOTAL		0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	
					VCT MEDIA TARDE			13
					% DIST. MEDIA TARDE			9
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion							
Aceite vegetal	12.00	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	80.00	1.53	0.07	5.62	6.12	0.66	22.48	29.25
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Huevo de gallina. crudo	50.00	4.52	2.81	0.60	18.09	25.33	2.41	45.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		6.17	14.99	17.89	24.69	134.881	71.57	
					VCT CENA			231
					% DIST. CENA			20
		53.62	34.18	154.42				
		214.5	307.6	617.7				
		15%	27%	60%				
					TOTAL VCT MENU		1139.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988


Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO**

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24 - 31

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.21	3.86	0.83	24.84	34.78	3.31	62.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		17.32	10.62	48.00	69.26	95.616	191.99	
					VCT DESAYUNO			357
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 Pan de yema							
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	
					VCT MEDIA MAÑANA			98
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
Almuerzo:	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion							
Carne de res pulpa	70.0	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Ajos	0.50	0.02	0.00	0.12	0.09	0.03	0.49	0.60
Frijol canario crudo	60.00	13.01	1.25	35.76	52.03	11.23	143.04	206.30
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.15	0.04	0.07	0.58	0.69
Arvejas frescas (4)	2.00	0.14	0.01	0.38	0.57	0.11	1.50	2.18
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		19.77	2.18	98.81	79.07	19.6245	395.22	
					VCT ALMUERZO			494
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Yogurt							
Yogurt	125.0	5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	57.75
SUB TOTAL		5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada							
Apio	1.00	0.01	0.00	0.05	0.03	0.02	0.19	0.24
Poró	1.00	0.02	0.01	0.06	0.09	0.06	0.24	0.38
Yuca amarilla	20.00	0.55	3.96	0.71	2.22	35.64	2.85	40.71
Fideos	20.00	1.86	0.04	13.02	7.44	0.36	52.08	59.88
Carne de Pollo Entero s/n	100.00	16.27	2.84	0.00	65.10	25.60	0.00	90.69
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
SUB TOTAL		18.72	6.85	13.88	74.90	61.6896	55.53	
					VCT CENA			192
					% DIST. CENA			20
		63.81	21.00	188.73				
		255.2	189.0	754.9				
		15%	20%	65%				
					TOTAL VCT MENU		1199.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261986

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO**

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna							
Quinoa	20.00	7.04	5.45	2.38	28.15	49.09	9.52	86.76
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Aceituna	25.00	8.40	5.00	0.99	33.60	45.00	3.96	82.56
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		23.22	16.21	32.54	92.87	145.926	130.16	
					VCT DESAYUNO			369
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de papaya							
Papaya	140.0	0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	42
SUB TOTAL		0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	
					VCT MEDIA MAÑANA			42
					% DIST. MEDIA MAÑANA			5
ALMUERZO:	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Hígado de res	80.0	3.80	2.30	0.50	15.20	20.70	2.00	37.90
Aceite vegetal	1.50	0.00	1.50	0.00	0.00	13.50	0.00	13.50
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
Papa blanca	80.0	3.80	0.05	11.15	15.20	0.45	44.60	60.25
Zapallo macre	10.00	0.07	0.02	0.64	0.28	0.18	2.56	3.02
Hierbaluisa	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		14.28	4.28	74.81	57.12	38.5101	299.26	
					VCT ALMUERZO			395
					% DIST. ALMUERZO			43
REFRIGERIO	Maizena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.12	4.76	6.41	16.46	42.8652	25.64	85
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.21	0.50	0.378	72.83	74
SUB TOTAL		4.24	4.80	24.62	16.97	43.2432	98.46	
					VCT MEDIA TARDE			159
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Pure de papa con zanahoria + pollo al horno + infusion							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.13	0.03	0.06	0.52	0.62
Carne de Pollo Entero s/n	100.0	16.89	2.95	15.43	67.57	26.57	61.72	155.86
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		18.58	3.04	33.40	74.32	27.3519	133.60	
					VCT CENA			235
					% DIST. CENA			20
		60.80	28.46	175.13				
		243.2	256.1	700.5				
		15%	21%	64%				
TOTAL VCT MENU						1199.8	100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lle. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO**

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Margarina							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
leche evaporada	70.00	3.92	4.54	6.10	15.68	40.82	24.42	80.92
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sa	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
SUB TOTAL		8.56	10.67	44.35	34.25	95.994	177.40	
					VCT DESAYUNO			308
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de piña							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Piña	200.0	0.68	0.34	16.66	2.72	3.06	66.64	72
SUB TOTAL		0.68	0.34	18.63	2.72	3.06	74.50	
					VCT MEDIA MAÑANA			80
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
ALMUERZO:	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crud	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Camote amarillo (5)	60.0	0.72	0.12	16.56	2.88	1.08	66.24	70.20
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Tomate	10.00	0.07	0.02	0.39	0.29	0.16	1.55	2.00
Zanahoria	10.00	0.05	0.04	0.73	0.19	0.36	2.91	3.45
Arvejas frescas (4)	10.00	0.38	0.03	1.02	1.53	0.29	4.06	5.89
Cominos	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzana	140.00	0.42	0.14	20.44	1.68	1.26	81.76	84.70
Manzanilla	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Canela entera	0.08	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	0.15	0.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
SUB TOTAL		25.65	8.82	103.30	102.60	79.3952	413.22	
					VCT ALMUERZO			595
					% DIST. ALMUERZO			45
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Manzana	160.0	0.41	0.14	19.86	1.63	1.224	79.42	82
SUB TOTAL		0.41	0.14	21.82	1.63	1.224	87.29	
					VCT MEDIA TARDE			90
					% DIST. MEDIA TARDE			8
CENA:	Sopa de fideos con pollo + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/n	100.0	14.42	2.52	0.00	57.68	22.68	0.00	80.36
Fidfeos	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Apio	5	0.04	0.01	0.24	0.14	0.09	0.96	1.19
Poro	5	0.14	0.04	0.38	0.54	0.36	1.52	2.42
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
SUB TOTAL		14.59	2.57	1.11	58.36	23.13	4.45	
					VCT CENA			86
					% DIST. CENA			20
		49.89	22.53	189.21				
		199.6	202.8	756.9				
		15%	20%	65%				
					TOTAL VCT MENU		1159.2	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2906

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO**

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 01 pan + mermelada							
Soya	20.00	0.38	0.10	1.62	1.52	0.90	6.48	8.90
Mermelada De frutas	20.00	0.08	4.20	14.62	0.32	37.80	58.48	96.60
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		3.34	4.39	40.70	13.36	39.51	162.80	
					VCT DESAYUNO			216
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo mango							
Mango	140.00	0.56	0.28	22.3	2.24	2.52	89.04	93.80
SUB TOTAL		0.56	0.28	22.26	2.24	2.52	89.04	
					VCT MEDIA MAÑANA			94
					% DIST. MEDIA MAÑANA			10
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion							
Pescado Toyo	80.0	3.26	0.32	0.80	13.04	2.88	3.20	19.12
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Aceíte vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Perejil	1.00	0.03	0.00	0.04	0.11	0.04	0.15	0.29
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Frijol canario crudo	60.00	13.14	1.26	36.12	52.56	11.34	144.48	208.38
Cebolla de cabeza (2)	2.00	0.02	0.00	0.15	0.08	0.02	0.61	0.70
Sal	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		16.49	2.67	103.71	65.96	24.0576	414.83	
					VCT ALMUERZO			505
					% DIST. ALMUERZO			44
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Manzana	150.00	0.29	0.10	14.02	1.15	0.86	56.06	58.08
SUB TOTAL		0.29	0.10	14.02	1.15	0.864	56.06	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			6
CENA:	Arroz con leche + 01 pan + margarina							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Arroz Pilado o pulido crudo	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Margarina vegetal con sa	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		8.20	11.54	36.91	32.81	103.815	147.64	
					VCT CENA			284
					% DIST. CENA			20
		28.88	18.97	217.59				
		115.5	170.8	870.4				
		13%	21%	66%				
					TOTAL VCT MENU		1156.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janot Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO
PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO**

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
Leche evaporada	70.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.75	4.20	0.90	27.00	37.80	3.60	68.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		11.35	4.59	42.10	45.40	41.31	168.38	
					VCT DESAYUNO			255
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Pure de platano							
Plátano de seda	150.0	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111
SUB TOTAL		1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	
					VCT MEDIA MAÑANA			111
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
ALMUERZO:	Arroz graneado + pure de papa con pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Papa blanca	60.0	1.03	0.05	10.97	4.13	0.44	43.89	48.46
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Carne de Pollo Entero s/n	120	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Sal	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.43	5.47	83.77	17.71	49.2156	335.08	
					VCT ALMUERZO			402
					% DIST. ALMUERZO			39
REFRIGERIO	Anis + 01 pan + queso							
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Hierbas	6.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Queso fresco de vaca	20.0	2.53	2.80	0.35	10.11	25.2	1.41	37
SUB TOTAL		2.53	2.80	5.27	10.11	25.2	21.07	
					VCT MEDIA TARDE			56
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Aguadito de higado de pollo + 01 pan							
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Papa blanca	40.0	0.69	0.03	7.31	2.76	0.30	29.26	32.31
Arroz Pilado o pulido crudo	20.0	3.26	0.10	15.56	13.04	0.90	62.24	76.18
Espinaca blanca (2)	5.00	0.10	0.03	0.32	0.38	0.27	1.26	1.91
Apio	2.00	0.01	0.00	0.10	0.06	0.04	0.38	0.48
Poro	2.00	0.05	0.02	0.15	0.22	0.14	0.61	0.97
Hígado de Pollo	50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Azúcar rubia	12.00	0.00	0.00	11.80	0.00	0.00	47.18	47.18
SUB TOTAL		4.25	5.20	35.96	16.98	46.818	143.85	
					VCT CENA			208
					% DIST. CENA			20
		24.35	18.42	192.30				
		97.4	165.8	769.2				
		10%	20%	70%				
					TOTAL VCT MENU		1032.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janot Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966