

**RELACIÓN DE MENÚS
PARA PERSONAL DE
SEGURIDAD E
INTERNOS DEL E.P
TRUJILLO VARONES**

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA PERSONAL DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES , TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

89

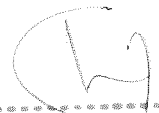
DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019

MENUES CON APORTE CALORICO MAYOR A 2.750 KILOCALORIAS POR DIA

1	SÁBADO 08/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
2	DOMINGO 09/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
3	LUNES 10/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
4	MARTES 11/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
5	MIÉRCOLES 12/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
6	JUEVES 13/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
7	VIERNES 14/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
8	SÁBADO 15/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
9	DOMINGO 16/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
10	LUNES 17/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
11	MARTES 18/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
12	MIÉRCOLES 19/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
13	JUEVES 20/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
14	VIERNES 21/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
15	SÁBADO 22/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
EX-GERENTE DEL COMERCIO


Lic. Silvia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

88

**RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA PERSONAL DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES , TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO**

DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019

MENUES CON APORTE CALORICO MAYOR A 2.750 KILOCALORIAS POR DIA

16	DOMINGO 23/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
17	LUNES 24/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
18	MARTES 25/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
19	MIÉRCOLES 26/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
20	JUEVES 27/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
21	VIERNES 28/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
22	SÁBADO 29/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
23	DOMINGO 30/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
24	LUNES 31/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
25	MARTES 01/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
26	MIÉRCOLES 02/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
27	JUEVES 03/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
28	VIERNES 04/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
29	SÁBADO 05/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
30	DOMINGO 06/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
31	LUNES 07/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION

CONTRATISTA

(Firma)
Lauriano García López
REPRESENTANTE DE CONSUMIDORES

NUTRICIONISTA

(Firma)
Lic. Sintia P. Hilario Velezmoro
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES · TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 01-15-20

08/12/2018 · 22/12/2018 · 05/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS									
DESAYUNO :									
KIWICHA	25,00	94,25	3,38	1,78	16,13	13,50	15,98	64,50	93,98
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ESPINACA	15,00	3,36	0,29	0,09	0,95	1,14	0,81	3,78	5,73
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
SUBTOTAL		657,66	18,98	16,73	112,28	75,90	150,53	449,12	675,55
						V.C. DESAYUNO			675,55
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO									
+ ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CERDO	160,00	285,12	23,04	24,16	0,00	92,16	217,44	0,00	309,60
CEBOLLA	26,00	11,47	0,36	0,05	2,94	1,46	0,47	11,75	13,68
CAMOTE	100,00	116,00	1,20	0,20	27,60	4,80	1,80	110,40	117,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	30,00	2,87	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
MAIZ MORADO	25,00	89,25	1,83	0,85	19,05	7,30	7,65	76,20	91,15
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		1209,81	40,431	31,74	197,98	161,72	285,68	791,92	1.239,3
						V.C. ALMUERZO			1239,32
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS +									
INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,03	313,65
MOLLEJA	100,00	157,00	20,50	7,00	1,60	82,00	63,00	6,40	151,40
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
AZUCAR RUBIA	30,00	115,20	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
AJOS	8,00	2,32	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,51
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
SUBTOTAL		833,46	31,41	17,63	137,70	125,63	158,71	550,81	835,15
						V.C. CENA			835,15
						% DIST. ALMUERZO			30%
VCT (Gr.)	90,81	66,10	447,96						
VCT (Kcal.)	363,26	594,91	1791,85						
VCT (%)	13%	22%	65%						
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launano Garcia Jarrigo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4627

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 02-16-30

09/12/2018 - 23/12/2018 - 06/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	98,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
MACA	10,00	31,40	1,18	0,16	6,64	4,72	1,44	26,56	32,72
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ESPINACA	20,00	4,48	0,38	0,12	1,26	1,52	1,08	5,04	7,64
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
SUBTOTAL		604,72	19,95	14,53	102,60	79,78	130,77	410,40	620,96
						V.C. DESAYUNO			620,96
						% DIST. DESAYUNO			23%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + ZARZA + REFresco DE (LIMONADA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CABRITO	160,00	351,36	27,20	30,40	0,00	108,80	273,60	0,00	382,40
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
CULANTRO	10,00	2,86	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
LECHUGA	20,00	3,61	0,30	0,04	0,78	1,20	0,36	3,12	4,63
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,38	4,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		1253,37	59,46	36,47	182,16	237,83	328,24	728,65	1294,72
						V.C. ALMUERZO			1294,72
						% DIST. ALMUERZO			47%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS + INFUSIÓN									
CENA:									
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,03	313,65
PAPA BLANCA	60,00	55,29	1,26	0,06	13,38	5,04	0,54	53,52	59,10
TOMATE	34,00	6,40	0,27	0,07	1,46	1,09	0,61	5,85	7,55
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	13,41
BROCOLI	25,00	10,00	1,23	0,23	1,43	4,90	2,03	5,70	12,63
ACEITE VEGETAL	14,00	123,76	0,00	14,00	0,00	0,00	126,00	0,00	126,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	33,00	126,72	0,00	0,00	32,44	0,00	0,00	129,76	129,76
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		815,25	28,94	25,09	123,29	115,76	225,80	493,16	834,71
						V.C. CENA			834,71
						% DIST. ALMUERZO			30%
		VCT (Gr.)	108,34	76,09	408,05				
		VCT (Kcal.)	433,36	684,81	1632,21				
		VCT (%)	16%	25%	59%				
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Irogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 03-17-31

10/12/2018 - 24/12/2018 - 07/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO									
DESAYUNO :									
AVENA	25,00	86,75	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AZUCAR RUBIA	24,00	92,16	0,00	0,00	23,59	0,00	0,00	94,37	94,37
SUBTOTAL		669,87	23,21	17,47	107,69	92,84	157,23	430,75	680,82
						V.C. DESAYUNO			680,82
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: CEVICHE DE TOYO									
ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + REFresco DE (LIMA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
TOYO	80,00	65,07	14,96	0,32	0,00	59,84	2,88	0,00	62,72
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
ROCOTO	2,00	0,72	0,02	0,10	0,16	0,10	0,90	0,66	1,65
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SILLAO	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	15,00	1,44	0,08	0,02	0,39	0,30	0,14	1,56	2,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
LIMA	40,00	9,72	0,24	0,16	2,36	0,96	1,44	9,44	11,84
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	7,00	26,88	0,00	0,00	6,88	0,00	0,00	27,52	27,52
SUBTOTAL		1223,79	75,991	22,77	185,26	303,96	204,94	741,03	1.249,94
						V.C. ALMUERZO			1249,94
						% DIST. ALMUERZO			45%
CENA									
SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSIÓN									
ARROZ SUPERIOR	35,00	125,65	2,87	0,18	27,23	11,48	1,58	108,92	121,93
RES SIN HUESO	100,00	94,50	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
AZUCAR RUBIA	38,00	145,92	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,42	149,42
PAN FRANCES	60,00	174,60	5,04	0,12	38,28	20,16	1,03	153,12	174,36
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
ZANAHORIA	10,00	3,90	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,63	4,37
APIO	5,00	1,00	0,04	0,01	0,24	0,14	0,09	0,96	1,19
SUBTOTAL		800,63	32,78	14,13	140,31	131,11	127,18	561,25	819,54
						V.C. CENA			819,54
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	131,98	54,37	433,26					
	VCT (Kcal.)	527,91	489,35	1733,03					
	VCT (%)	19%	18%	63%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Silvia P. Milano Velezmore
 NUTRICIONISTA
 C.N.P. 4527

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 04-18

11/12/2018 - 25/12/2018

ALIMENTO	PESO (g)	Kcal.	PROT (g)	GRASAS (g)	CARB. (g)	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
						PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO									
DESAYUNO :									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
COCOA	10,00	40,40	1,90	1,71	4,78	7,60	16,39	19,120	42,11
QUESO	30,00	51,90	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,030	51,45
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	36,00	138,24	0,00	0,00	35,39	0,00	0,00	141,552	141,55
SUBTOTAL		671,19	23,10	15,11	112,28	92,40	135,95	448,93	677,28
						V.C. DESAYUNO			677,28
						% DIST. DESAYUNO			26%
ENTRADA: ENSALADA									
ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA +REFresco (LIMONADA) + ENSALADA + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
RES CON HUESO	150,00	133,88	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
FREJOL PANAMITO	80,00	268,80	17,20	1,36	48,56	68,80	12,24	194,24	275,28
ACEITE VEGETAL	7,00	61,88	0,00	7,00	0,00	0,00	63,00	0,00	63,00
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
LECHUGA	50,00	9,03	0,75	0,10	1,95	3,00	0,90	7,80	11,70
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,64	5,16	6,66
PEPINILLOS	35,00	3,35	0,18	0,04	0,91	0,70	0,32	3,64	4,66
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AJI AMARILLO	2,00	0,60	0,02	0,01	0,18	0,07	0,13	0,70	0,90
PALILLO MOLIDO	2,00	1,08	0,01	0,07	0,11	0,03	0,65	0,46	1,14
NARANJA DE MESA	150,00	124,88	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	12,00	1,84	0,06	0,02	1,16	0,24	0,22	4,66	5,11
AZUCAR RUBIA	26,00	99,84	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
SAL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1266,29	65,103	12,20	217,84	260,41	109,81	869,34	1239,56
						V.C. ALMUERZO			1239,56
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PEPINILLOS	50,00	4,79	0,25	0,05	1,30	1,00	0,45	5,20	6,65
TOMATE	38,00	7,15	0,30	0,08	1,63	1,22	0,68	6,54	8,44
CEBOLLA	38,00	16,76	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	130,00	119,80	2,73	0,13	28,99	10,92	1,17	115,96	128,05
ACEITE VEGETAL	9,00	79,56	0,00	9,00	0,00	0,00	81,00	0,00	81,00
HIERBA LUISA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	28,00	107,52	0,00	0,00	27,52	0,00	0,00	110,10	110,10
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		811,97	29,406	19,986	133,96	117,62	179,87	535,82	833,32
						V.C. CENA			833,32
						% DIST. ALMUERZO			30%
VCT (Gr.)	117,61	47,29	463,52						
VCT (Kcal.)	470,44	425,63	1854,10						
VCT (%)	17%	15%	67%						
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Sinto P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 05-19

12/12/2018 - 26/12/2018

ALIMENTO	PESO (g)	Kcal.	PROT (g)	GRASAS (g)	CARB. (g)	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
						PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ATUN	50,00	140,50	12,10	10,25	0,00	48,40	92,25	0,00	140,65
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
LIMON	1,00	0,15	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		674,68	26,15	12,74	116,46	104,58	114,68	465,83	685,09
						V.C. DESAYUNO			685,09
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA MIXTA									
ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE (PIÑA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
CHOCLO DESGRANADO	15,00	22,50	0,57	0,15	4,40	2,28	1,35	17,58	21,21
AJI AMARILLO	1,00	0,30	0,01	0,01	0,09	0,04	0,06	0,35	0,45
ZAPALLO	30,00	7,80	0,21	0,06	1,92	0,84	0,54	7,68	9,06
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
ARVEJAS FRESCAS	20,00	16,96	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIÑA	40,00	9,78	0,16	0,08	3,92	0,64	0,72	15,68	17,04
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
NARANJA DE MESA	150,00	51,30	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
AZUCAR RUBIA	21,00	80,64	0,00	0,00	20,64	0,00	0,00	82,57	82,57
SUBTOTAL		1132,70	48,16	24,06	193,81	192,64	216,57	775,26	1184,47
						V.C. ALMUERZO			1184,47
						% DIST. ALMUERZO			43%
CENA									
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + ENSALADA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PESCADO	100,00	116,10	21,60	3,90	0,30	86,40	35,10	1,20	122,70
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
LENTEJAS SECAS	80,00	271,20	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
LECHUGA	40,00	7,22	0,60	0,08	1,56	2,40	0,72	6,24	9,36
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
TORONJIL	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		872,66	47,98	13,31	142,06	191,92	119,79	568,24	879,95
						V.C. CENA			879,95
						% DIST. ALMUERZO			32%
	VCT (Gr.)	122,29	50,12	452,33					
	VCT (Kcal.)	489,14	451,04	1809,32					
	VCT (%)	18%	16%	66%					
	V.C.T. MENU								2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launiano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONTRATISTA

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 04-20

13/12/2018 - 17/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCÉS	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ACEITUNA	30,00	78,43	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,76	96,39
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
SUBTOTAL		668,33	16,10	16,93	118,22	64,40	152,37	472,88	689,66
						V.C. DESAYUNO			689,66
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA MIXTA									
ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MONDONGO DE RES	100,00	104,00	16,90	3,50	0,00	67,60	31,50	0,00	99,10
ZANAHORIA	30,00	11,69	0,18	0,15	2,76	0,72	1,35	11,04	13,11
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
TOMATE	55,00	10,35	0,44	0,11	2,37	1,76	0,99	9,46	12,21
CEBOLLA	60,00	26,46	0,84	0,12	6,78	3,36	1,08	27,12	31,66
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
NARANJA DE MESA	150,00	51,30	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
TORONJIL	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1203,98	35,98	25,14	216,09	143,91	226,27	864,35	1234,53
						V.C. ALMUERZO			1234,53
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
CARNE DE PAVITA	100,00	241,20	20,10	20,20	0,00	80,40	181,80	0,00	262,20
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIMIENTO MORRON	18,00	5,23	0,27	0,09	1,39	1,08	0,81	5,54	7,43
AJI AMARILLO	3,00	0,90	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PEPINILLOS	30,00	2,87	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	114,92	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
AZUCAR RUBIA	26,00	99,84	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		802,83	28,46	33,90	101,75	113,83	305,06	407,01	825,89
						V.C. CENA			825,89
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	80,53	75,97	436,06					
	VCT (Kcal.)	322,14	683,69	1744,24					
	VCT (%)	12%	25%	63%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSUMIDOR

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 07-21

14/12/2018 - 28/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO									
SOYA	25,00	100,25	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,70	106,43
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
POLLO SIN HUESO	100,00	161,50	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		672,69	32,81	21,11	90,92	131,24	189,95	363,68	684,87
						V.C. DESAYUNO			684,87
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA									
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA+ FRUTA + REFresco DE (NARANJA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	185,76	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
CEBOLLA	45,00	19,85	0,63	0,09	5,09	2,52	0,81	20,34	23,67
TOMATE	45,00	8,46	0,36	0,09	1,94	1,44	0,81	7,74	9,99
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
LENTEJAS SECAS	80,00	271,20	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
NARANJA AGRIA	40,00	13,20	0,20	0,08	3,28	0,80	0,72	13,12	14,64
AZUCAR RUBIA	18,00	69,12	0,00	0,00	17,69	0,00	0,00	70,78	70,78
LIMA	150,00	81,00	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
SUBTOTAL		1277,04	67,14	18,67	203,43	268,57	167,99	813,73	1.250,29
						V.C. ALMUERZO			1250,29
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS+ ENSALDA + INFUSIÓN									
CENA									
CARNE DE GALLINA	100,00	108,00	20,60	3,60	0,00	82,40	32,40	0,00	114,80
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
PEPINILLOS	35,00	3,35	0,18	0,04	0,91	0,70	0,32	3,64	4,66
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
ACEITE VEGETAL	13,00	114,92	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		798,50	31,27	17,45	133,17	125,07	157,01	532,67	814,74
						V.C. CENA			814,74
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	131,22	57,22	427,52					
	VCT (Kcal.)	524,88	514,94	1710,08					
	VCT (%)	19%	19%	62%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA


Leonano Garcia Idrogo
FISCAL DEL CASORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 08-22

15/12/2018 - 29/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS									
DESAYUNO :									
KIWICHA	25,00	94,25	3,38	1,78	16,13	13,50	15,98	64,50	93,98
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	76,46
ESPINACA	15,00	3,36	0,29	0,09	0,95	1,14	0,81	3,78	5,73
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
SUBTOTAL		657,66	18,98	16,73	112,28	75,90	150,53	449,12	675,55
						V.C. DESAYUNO			675,55
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CERDO	160,00	285,12	23,04	24,16	0,00	92,16	217,44	0,00	309,60
CEBOLLA	26,00	11,47	0,36	0,05	2,94	1,46	0,47	11,75	13,68
CAMOTE	100,00	116,00	1,20	0,20	27,60	4,80	1,80	110,40	117,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	30,00	2,87	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
MAIZ MORADO	25,00	89,25	1,83	0,85	19,05	7,30	7,65	76,20	91,15
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		1209,81	40,431	31,74	197,98	161,72	285,68	791,92	1.239,3
						V.C. ALMUERZO			1239,32
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO 'CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
MOLLEJA	100,00	157,00	20,50	7,00	1,60	82,00	63,00	6,40	151,40
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
AZUCAR RUBIA	30,00	115,20	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
AJOS	3,00	2,32	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
SUBTOTAL		833,46	31,41	17,63	137,70	125,63	158,71	550,81	835,15
						V.C. CENA			835,15
						% DIST. ALMUERZO			30%
VCT (Gr.)	90,81	66,10	447,96						
VCT (Kcal.)	363,26	594,91	1791,85						
VCT (%)	13%	22%	65%						
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL COMERCIO

Lic. Silvia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 09-23

16/12/2018 - 30/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
MACA	10,00	31,40	1,18	0,16	6,64	4,72	1,44	26,56	32,72
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ESPINACA	20,00	4,48	0,38	0,12	1,26	1,52	1,08	5,04	7,64
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
SUBTOTAL		604,72	19,95	14,53	102,60	79,78	130,77	410,40	620,95
						V.C. DESAYUNO			620,95
						% DIST. DESAYUNO			23%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + ZARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CABRITO	160,00	351,36	27,20	30,40	0,00	108,80	273,60	0,00	382,40
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
CULANTRO	10,00	2,86	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
LECHUGA	20,00	3,61	0,30	0,04	0,78	1,20	0,36	3,12	4,68
LIMA	160,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		1253,37	59,46	36,47	182,16	237,83	328,24	728,66	1294,72
						V.C. ALMUERZO			1294,72
						% DIST. ALMUERZO			47%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS + INFUSIÓN									
CENA:									
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	60,00	55,29	1,26	0,06	13,38	5,04	0,54	63,52	69,10
TOMATE	34,00	6,40	0,27	0,07	1,46	1,09	0,61	5,85	7,55
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
BROCOLI	25,00	10,00	1,23	0,23	1,43	4,90	2,03	5,70	12,63
ACEITE VEGETAL	14,00	123,76	0,00	14,00	0,00	0,00	126,00	0,00	126,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	33,00	126,72	0,00	0,00	32,44	0,00	0,00	129,76	129,76
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		815,25	28,94	25,09	123,29	115,76	225,80	493,16	834,71
						V.C. CENA			834,71
						% DIST. ALMUERZO			30%
		VCT (Gr.)	108,34	76,09	408,05				
		VCT (Kcal.)	433,36	684,81	1632,21				
		VCT (%)	16%	25%	59%				
		V.C.T. MENU							2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idiogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 10-2-1

17/12/2018 - 31/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO									
AVENA	25,00	86,75	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,66	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AZUCAR RUBIA	24,00	92,16	0,00	0,00	23,59	0,00	0,00	94,37	94,37
SUBTOTAL		659,87	23,21	17,47	107,69	92,84	157,23	430,75	680,82
						V.C. DESAYUNO			680,82
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: CÉVICHE DE TOYO									
ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE (LIMA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
TOYO	80,00	65,07	14,96	0,32	0,00	59,84	2,88	0,00	62,72
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
PREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
ROCOTO	2,00	0,72	0,02	0,10	0,16	0,10	0,90	0,66	1,65
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SILLAO	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	15,00	1,44	0,08	0,02	0,39	0,30	0,14	1,56	2,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
LIMA	40,00	9,72	0,24	0,16	2,36	0,96	1,44	9,44	11,84
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	7,00	26,88	0,00	0,00	6,88	0,00	0,00	27,52	27,52
SUBTOTAL		1223,79	75,991	22,77	185,26	303,96	204,94	741,03	1.249,9
						V.C. ALMUERZO			1249,94
						% DIST. ALMUERZO			45%
SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSIÓN									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	35,00	125,65	2,87	0,18	27,23	11,48	1,58	108,92	121,98
RES SIN HUESO	100,00	94,50	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
AZUCAR RUBIA	38,00	145,92	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,42	149,42
PAN FRANCES	60,00	174,60	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	163,12	174,36
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
ZANAHORIA	10,00	3,90	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
APIO	5,00	1,00	0,04	0,01	0,24	0,14	0,09	0,96	1,19
SUBTOTAL		800,63	32,78	14,13	140,31	131,11	127,18	561,25	819,54
						V.C. CENA			819,54
						% DIST. ALMUERZO			30%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


 Lauriano Garcia Arango
 REPRESENTANTE DEL COMITÉ


 Lic. Sintia P. Altamirano Velezmore
 NUTRICIONISTA
 C.N.P. 4527

FORMATO - C

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 11-25

18/12/2018 - 01/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO									
DESAYUNO :									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
COCOA	10,00	40,40	1,90	1,71	4,78	7,60	15,39	19,120	42,11
QUESO	30,00	61,90	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,080	51,45
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	36,00	138,24	0,00	0,00	35,39	0,00	0,00	141,552	141,55
SUBTOTAL		671,19	23,10	15,11	112,23	92,40	135,95	448,93	677,28
						V.C. DESAYUNO			677,28
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA									
ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA +REFRESCO (LIMONADA) + ENSALADA + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,76
RES CON HUESO	150,00	183,88	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
FREJOL PANAMITO	80,00	268,80	17,20	1,36	48,56	68,80	12,24	194,24	275,28
ACEITE VEGETAL	7,00	61,88	0,00	7,00	0,00	0,00	63,00	0,00	63,00
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
LECHUGA	60,00	9,03	0,75	0,10	1,95	3,00	0,90	7,80	11,70
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PEPINILLOS	35,00	3,35	0,18	0,04	0,91	0,70	0,32	3,64	4,66
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,46	0,14	2,43	3,02
AJI AMARILLO	2,00	0,60	0,02	0,01	0,18	0,07	0,13	0,70	0,90
PALILLO MOLIDO	2,00	1,08	0,01	0,07	0,11	0,03	0,65	0,46	1,14
NARANJA DE MESA	150,00	124,88	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	76,30
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	12,00	1,84	0,06	0,02	1,16	0,24	0,22	4,66	5,11
AZUCAR RUBIA	26,00	99,84	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
SAL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1266,29	65,103	12,20	217,34	260,41	109,81	869,34	1239,56
						V.C. ALMUERZO			1239,56
						% DIST. ALMUERZO			46%
ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PEPINILLOS	50,00	4,79	0,25	0,05	1,30	1,00	0,45	5,20	6,65
TOMATE	38,00	7,15	0,30	0,08	1,63	1,22	0,65	6,54	8,44
CEBOLLA	38,00	16,76	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	130,00	119,80	2,73	0,13	28,99	10,92	1,17	115,96	128,05
ACEITE VEGETAL	9,00	79,56	0,00	9,00	0,00	0,00	81,00	0,00	81,00
HIERBA LUISA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	28,00	107,52	0,00	0,00	27,52	0,00	0,00	110,10	110,10
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		811,97	29,406	19,986	133,96	117,62	179,87	535,82	833,32
						V.C. CENA			833,32
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	117,61	47,29	463,52					
	VCT (Kcal.)	470,44	425,63	1854,10					
	VCT (%)	17%	15%	67%					
	V.C.T. MENU								2750

CONTRATISTA

Lauriano Garcia Ibarra
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 12-26

19/12/2018 - 02/01/2019

10/12/2018	02/01/2019								
ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE									
DESAYUNO : PESCADO									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ATUN	50,00	140,50	12,10	10,25	0,00	48,40	92,25	0,00	140,65
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
LIMON	1,00	0,15	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		674,68	26,15	12,74	116,46	104,58	114,68	465,83	685,09
						V.C. DESAYUNO			685,09
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA MIXTA									
ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA +									
REFRESCO DE (PIÑA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	622,75
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,86	8,74
CHOCLO DESGRANADO	15,00	22,50	0,57	0,15	4,40	2,28	1,35	17,58	21,21
AJI AMARILLO	1,00	0,30	0,01	0,01	0,09	0,04	0,06	0,35	0,45
ZAPALLO	30,00	7,80	0,21	0,06	1,92	0,84	0,54	7,68	9,06
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
ARVEJAS FRESCAS	20,00	16,96	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIÑA	40,00	9,73	0,16	0,08	3,92	0,64	0,72	15,68	17,04
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
NARANJA DE MESA	150,00	51,30	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
AZUCAR RUBIA	21,00	80,64	0,00	0,00	20,64	0,00	0,00	82,57	82,57
SUBTOTAL		1132,70	48,16	24,06	193,81	192,64	216,57	775,26	1184,47
						V.C. ALMUERZO			1184,47
						% DIST. ALMUERZO			43%
CENA									
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + ENSALADA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PESCADO	100,00	116,10	21,60	3,90	0,30	86,40	35,10	1,20	122,70
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
LENTEJAS SECAS	80,00	271,20	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
LECHUGA	40,00	7,22	0,60	0,08	1,56	2,40	0,72	6,24	9,36
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
TORONJIL	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		872,66	47,98	13,31	142,06	191,92	119,79	568,24	879,95
						V.C. CENA			879,95
						% DIST. ALMUERZO			32%
VCT (Gr.)		122,29	50,12	452,33					
VCT (Kcal.)		489,14	451,04	1809,32					
VCT (%)		18%	16%	66%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launiano Garcia Hurogo
REPRESENTANTE DEL CONTRATO

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 13-27

20/12/2018 - 03/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	18,05	66,30	92,95
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ACEITUNA	30,00	78,43	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,76	96,39
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
SUBTOTAL		668,33	16,10	16,93	118,22	64,40	152,37	472,88	689,65
						V.C. DESAYUNO			689,65
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA MIXTA									
ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MONDONGO DE RES	100,00	104,00	16,90	3,50	0,00	67,60	31,50	0,00	99,10
ZANAHORIA	30,00	11,69	0,18	0,15	2,76	0,72	1,35	11,04	13,11
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
TOMATE	55,00	10,35	0,44	0,11	2,37	1,76	0,99	9,46	12,21
CEBOLLA	60,00	26,46	0,84	0,12	6,78	3,36	1,08	27,12	31,56
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
NARANJA DE MESA	150,00	51,30	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
TORONJIL	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1203,98	35,98	25,14	216,09	143,91	226,27	864,35	1234,53
						V.C. ALMUERZO			1234,53
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
CARNE DE PAVITA	100,00	241,20	20,10	20,20	0,00	80,40	181,80	0,00	262,20
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIMIENTO MORRON	18,00	5,23	0,27	0,09	1,39	1,08	0,81	5,54	7,43
AJI AMARILLO	3,00	0,90	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PEPINILLOS	30,00	2,87	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,83	9,04	10,52
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	114,92	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
AZUCAR RUBIA	26,00	99,84	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		802,83	28,46	33,90	101,75	113,83	305,06	407,01	825,89
						V.C. CENA			825,89
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	80,53	75,97	436,06					
	VCT (Kcal.)	322,14	683,69	1744,24					
	VCT (%)	12%	25%	63%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launiano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Similia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

74

FORMATO - C
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

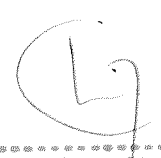
MENU N° 14-23

21/12/2018 - 04/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO									
SOYA	25,00	100,25	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,70	106,43
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,66	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
POLLO SIN HUESO	100,00	161,50	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		672,69	32,81	21,11	90,92	131,24	189,95	363,68	684,87
						V.C. DESAYUNO			684,87
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA									
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA+ FRUTA + REFRESCO DE (NARANJA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	185,76	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
CEBOLLA	45,00	19,85	0,63	0,09	5,09	2,52	0,81	20,34	23,67
TOMATE	45,00	8,46	0,36	0,09	1,94	1,44	0,81	7,74	9,99
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
LENTEJAS SECAS	80,00	271,20	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
NARANJA AGRIA	40,00	13,20	0,20	0,08	3,28	0,80	0,72	13,12	14,64
AZUCAR RUBIA	18,00	69,12	0,00	0,00	17,69	0,00	0,00	70,78	70,78
LIMA	150,00	81,00	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
SUBTOTAL		1277,04	67,14	18,67	203,43	268,57	167,99	813,73	1.250,29
						V.C. ALMUERZO			1.250,29
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS+ ENSALDA + INFUSIÓN									
CENA									
CARNE DE GALLINA	100,00	108,00	20,60	3,60	0,00	82,40	32,40	0,00	114,80
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
PEPINILLOS	35,00	3,35	0,18	0,04	0,91	0,70	0,32	3,64	4,66
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
ACEITE VEGETAL	13,00	114,92	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		798,50	31,27	17,45	133,17	125,07	157,01	532,67	814,74
						V.C. CENA			814,74
						% DIST. ALMUERZO			30%
VCT (Gr.)	131,22	57,22	427,52						
VCT (Kcal.)	524,88	514,94	1710,08						
VCT (%)	19%	19%	62%						
						V.C.T. MENU			2760

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Sintia E. Milano Velezmore
 NUTRICIONISTA
 C.N.P. 4527

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES,
TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

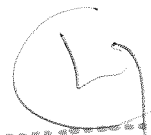
DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019

MENUES CON APOORTE CALORICO MAYOR A 2,500 KILOCALORIAS POR DIA

1	SÁBADO 08/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
2	DOMINGO 09/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIZO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIZO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
3	LUNES 10/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
4	MARTES 11/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
5	MIÉRCOLES 12/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
6	JUEVES 13/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
7	VIERNES 14/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
8	SÁBADO 15/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
9	DOMINGO 16/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIZO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIZO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
10	LUNES 17/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
11	MARTES 18/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
12	MIÉRCOLES 19/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
13	JUEVES 20/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
14	VIERNES 21/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
15	SÁBADO 22/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSEJO


Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

**RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES,
TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019

MENUES CON APOORTE CALORICO MAYOR A 2,500 KILOCALORIAS POR DIA

16	DOMINGO 23/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIISO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
17	LUNES 24/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
18	MARTES 25/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
19	MIÉRCOLES 26/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUIISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
20	JUEVES 27/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
21	VIERNES 28/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
22	SÁBADO 29/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
23	DOMINGO 30/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIISO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
24	LUNES 31/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
25	MARTES 01/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
26	MIÉRCOLES 02/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUIISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
27	JUEVES 03/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
28	VIERNES 04/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
29	SÁBADO 05/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
30	DOMINGO 06/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIISO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
31	LUNES 07/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO

CONTRATISTA


Lauriano García Ibarro
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Silvia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527



FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 01-15-29

08/12/2018 - 22/12/2018 - 05/01/2019

	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA + 03 PANES CON QUESO								
DESAYUNO :								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
QUESO	30,00	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,08	51,45
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
SUBTOTAL		15,85	4,72	104,51	63,40	42,48	418,02	523,90
					V.C. DESAYUNO			523,90
					% DIST. DESAYUNO			21%
ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO (PICADILLO) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + IREF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,60
OLLUCO	140,00	1,54	0,14	20,02	6,16	1,26	80,08	87,50
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CEBOLLA	25,00	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		49,293	31,03	251,18	197,17	279,24	1004,72	1481,14
					V.C. ALMUERZO			1.481,14
					% DIST. ALMUERZO			59%
MAIZENA CON LECHE + 02 PANES								
CENA								
MAIZENA	40,00	0,24	0,08	34,68	0,96	0,72	138,72	140,40
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
CANELA ENTERA	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SÚBTOTAL		10,18	5,87	100,25	40,72	52,83	401,00	494,55
					V.C. CENA			494,55
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	75,32	41,62	455,94					
VCT (Kcal.)	301,29	374,55	1823,74					
VCT (%)	12%	15%	73%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launano Garcia Hrogo
REPRESENTANTE DEL COMERCIO

Lic. Sinitia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 02-16-30

09/12/2018 - 23/12/2018 - 06/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
AZUCAR RUBIA	38,00	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,416	149,42
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,64
MANJAR BLANCO	30,00	2,37	2,76	16,11	9,48	24,84	64,440	98,76
SUBTOTAL		13,26	3,94	128,88	53,02	35,46	515,54	604,02
					V.C. DESAYUNO			604,02
					% DIST. DESAYUNO			24%
TALLARINES ROJOS + GUISO DE RES + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	150,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
RES CON HUESO	150,00	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	38,00	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
AJI AMARILLO	3,00	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	1,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
AZUCAR RUBIA	36,00	0,00	0,00	35,39	0,00	0,00	141,55	141,55
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		53,33	28,48	229,59	213,32	256,35	918,36	1388,03
					V.C. ALMUERZO			1388,03
					% DIST. ALMUERZO			55%
ARROZ GRANEADO + GUISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACEITE VEGETAL	2,00	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	3,00	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		25,69	12,67	73,75	102,76	114,03	295,00	511,79
					V.C. CENA			511,79
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	92,28	45,09	432,22					
VCT (Kcal.)	369,10	405,84	1728,89					
VCT (%)	15%	16%	69%					
					V.C.T. MENU			2504

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES · TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 03-17-31

10/12/2018 - 24/12/2018 - 07/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA								
KIWICHA	25,00	3,38	1,78	16,13	13,50	15,98	64,50	93,98
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
JAMONADA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,55	16,48	105,75	82,18	148,28	423,00	653,46
				V.C. DESAYUNO				653,46
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
BOFE DE RES	100,00	13,40	2,20	0,00	53,60	19,80	0,00	73,40
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	20,00	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
ZANAHORIA	10,00	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
TOMATE	10,00	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CHOCLO DESGRANADO	18,00	0,68	0,18	5,27	2,74	1,62	21,10	25,45
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		34,12	29,13	234,80	136,47	262,19	939,20	1337,85
				V.C. ALMUERZO				1337,85
				% DIST. ALMUERZO				54%
CENA AGUADITO DE POLLO								
ARROZ SUPERIOR	50,00	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PAPA BLANCA	70,00	1,47	0,07	15,61	5,88	0,63	62,44	68,95
ARVEJAS FRESCAS	15,00	1,07	0,09	2,82	4,26	0,81	11,28	16,35
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	10,00	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
SUBTOTAL		24,96	14,71	69,00	99,82	132,39	276,00	508,21
				V.C. CENA				508,21
				% DIST. ALMUERZO				20%
	VCT (Gr.)	79,62	60,32	409,55				
	VCT (Kcal.)	318,47	542,85	1638,20				
	VCT (%)	13%	22%	66%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Silvia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 04-18

11/12/2018 - 25/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA								
DESAYUNO :								
SOYA	25,00	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,70	106,43
MARGARINA	20,00	0,12	16,20	0,06	0,48	145,80	0,24	146,52
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		14,73	21,11	90,98	58,92	189,95	363,92	612,79
				V.C. DESAYUNO				612,79
				% DIST. DESAYUNO				25%
ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PAVITA	160,00	32,16	32,32	0,00	128,64	290,88	0,00	419,52
LENTEJAS GRANDES	80,00	18,56	0,88	48,80	74,24	7,92	195,20	277,36
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
COL SILVESTRE	35,00	0,88	0,21	4,24	3,50	1,89	16,94	22,33
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
ACEITE VEGETAL	6,00	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
LIMON	3,00	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28
SUBTOTAL		64,97	40,56	213,98	259,88	365,08	855,93	1480,89
				V.C. ALMUERZO				1480,89
				% DIST. ALMUERZO				59%
SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO								
CENA								
TRIGO	40,00	3,44	0,60	29,48	13,76	5,40	117,92	137,08
RES CON HUESO	100,00	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
ZAPALLO	15,00	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
APIO	20,00	0,14	0,04	0,96	0,56	0,36	3,84	4,76
PORO	15,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
CULANTRO	2,00	0,07	0,03	0,14	0,26	0,23	0,56	1,06
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PAPA BLANCA	100,00	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
SUBTOTAL		27,68	7,62	56,82	110,70	68,54	227,28	406,53
				V.C. CENA				406,53
				% DIST. ALMUERZO				16%
VCT (Gr.)		107,38	69,29	361,78				
VCT (Kcal.)		429,50	623,57	1447,13				
VCT (%)		17%	25%	58%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Sinitia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 05-19

12/12/2018 - 26/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
CHUFLE + 03 PANES CON MERMELADA								
CHUFLE	25,00	2,25	1,13	18,45	9,00	10,13	73,80	92,93
MERMELADA	20,00	0,08	0,04	11,72	0,32	0,36	46,88	47,56
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	29,00	0,00	0,00	28,51	0,00	0,00	114,03	114,03
SUBTOTAL		9,89	1,35	116,10	39,56	12,11	464,39	516,05
				V.C. DESAYUNO				516,05
				% DIST. DESAYUNO				21%
ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CORAZON DE POLLO	100,00	20,50	7,00	1,60	82,00	63,00	6,40	151,40
ARVEJAS SECAS	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
CEBOLLA	28,00	0,39	0,06	3,16	1,57	0,50	12,66	14,73
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	25,00	0,20	0,05	1,08	0,80	0,45	4,20	5,55
ACHIOTE MOLIDO	1,50	0,10	0,07	1,17	0,40	0,62	4,69	5,71
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
LIMON	3,00	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28
SUBTOTAL		52,58	36,03	234,48	210,32	324,27	937,92	1472,51
				V.C. ALMUERZO				1472,51
				% DIST. ALMUERZO				59%
ARROZ CON LECHE + 02 PANES								
ARROZ SUPERIOR	40,00	3,28	0,20	31,12	13,12	1,80	124,48	139,40
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
AZUCAR RUBIA	32,00	0,00	0,00	31,46	0,00	0,00	125,82	125,82
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LECHE EVAPORADA	50,00	3,50	4,05	5,45	14,00	36,45	21,80	72,25
SUBTOTAL		11,82	4,37	106,31	47,28	39,33	425,22	511,83
				V.C. CENA				511,83
				% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)	74,29	41,75	456,88					
VCT (Kcal.)	297,16	375,71	1827,53					
VCT (%)	12%	15%	73%					
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Autógrafo
Lic. Sinitia P. Milano Velezmoro
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 06-20

13/12/2018 - 27/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA								
AVENA	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
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
MORTADELA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,50	15,70	107,63	81,98	141,30	430,50	653,78
					V.C. DESAYUNO			653,78
					% DIST. DESAYUNO			26%
ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MONDONGO DE RES	100,00	16,90	3,50	0,00	67,60	31,50	0,00	99,10
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	20,00	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
CEBOLLA	12,00	0,17	0,02	1,36	0,67	0,22	5,42	6,31
CHOCLO DESGRANADO	20,00	0,76	0,20	5,86	3,04	1,80	23,44	28,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	190,00	3,99	0,19	42,37	15,96	1,71	169,48	187,15
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
AZUCAR RUBIA	42,00	0,00	0,00	41,29	0,00	0,00	165,14	165,14
ACEITE VEGETAL	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		37,48	25,47	240,60	149,92	229,22	962,42	1341,56
					V.C. ALMUERZO			1341,56
					% DIST. ALMUERZO			54%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO CORAZON DE POLLO CON PAPAS + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
CORAZON DE POLLO	60,00	12,30	4,20	0,96	49,20	37,80	3,84	90,84
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	4,00	0,00	0,00	3,93	0,00	0,00	15,73	15,73
ACEITE VEGETAL	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
SUBTOTAL		20,92	7,78	87,67	83,67	70,00	350,69	504,37
					V.C. CENA			504,37
					% DIST. ALMUERZO			20%
	VCT (Gr.)	78,89	48,95	435,90				
	VCT (Kcal.)	315,57	440,52	1743,61				
	VCT (%)	13%	18%	70%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Torero
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Sinitia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES · TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 07-21

14/12/2018 - 28/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA								
DESAYUNO :								
ACEITUNA	30,00	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,760	96,39
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,300	93,30
SUBTOTAL		16,55	19,94	97,81	66,20	179,42	391,24	636,86
				V.C. DESAYUNO				636,86
				% DIST. DESAYUNO				25%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
ARVERJITA.PARTIDA	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		66,74	20,05	228,71	266,97	180,45	914,85	1362,27
				V.C. ALMUERZO				1362,27
				% DIST. ALMUERZO				54%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
BOFE DE RES	60,00	8,04	1,32	0,00	32,16	11,88	0,00	44,04
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
CEBOLLA	8,00	0,11	0,02	0,90	0,45	0,14	3,62	4,21
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
AZUCAR RUBIA	12,00	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		16,83	5,93	94,96	67,34	53,33	379,82	500,48
				V.C. CENA				500,48
				% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)	100,13	45,91	421,48					
VCT (Kcal.)	400,50	413,19	1685,91					
VCT (%)	16%	17%	67%					
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

64

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 08-22

15/12/2018 - 29/12/2018

	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : QUINUA + 03 PANES CON QUESO								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
QUESO	30,00	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,08	51,45
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
SUBTOTAL		15,85	4,72	104,51	63,40	42,48	418,02	523,90
					V.C. DESAYUNO			523,90
					% DIST. DESAYUNO			21%
ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO (PICADILLO) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + IREF. (SOBRE)								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	173,40	197,00
OLLUCO	140,00	1,54	0,14	20,02	6,16	1,26	80,08	87,50
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CEBOLLA	25,00	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		49,293	31,03	251,18	197,17	279,24	1004,72	1481,14
					V.C. ALMUERZO			1481,14
					% DIST. ALMUERZO			59%
CENA MAIZENA CON LECHE + 02 PANES								
MAIZENA	40,00	0,24	0,08	34,68	0,96	0,72	138,72	140,40
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
CANELA ENTERA	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		10,18	5,87	100,25	40,72	52,83	401,00	494,55
					V.C. CENA			494,55
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	75,32	41,62	455,94					
VCT (Kcal.)	301,29	374,55	1823,74					
VCT (%)	12%	15%	73%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Arango
REPRESENTANTE DEL CONSEJO


Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 09-23

16/12/2018 - 30/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
AZUCAR RUBIA	38,00	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,416	149,42
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
MANJAR BLANCO	30,00	2,37	2,76	16,11	9,48	24,84	64,440	98,76
SUBTOTAL		13,26	3,94	128,88	53,02	35,46	515,54	604,02
					V.C. DESAYUNO			604,02
					% DIST. DESAYUNO			24%
TALLARINES ROJOS + GUISO DE RES + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	150,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
RES CON HUESO	150,00	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	38,00	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
AJI AMARILLO	3,00	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	1,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
AZUCAR RUBIA	36,00	0,00	0,00	35,39	0,00	0,00	141,55	141,55
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		53,33	28,48	229,59	213,32	256,35	918,36	1388,03
					V.C. ALMUERZO			1388,03
					% DIST. ALMUERZO			55%
CENA ARROZ GRANEADO + GUISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACEITE VEGETAL	2,00	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	3,00	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		25,69	12,67	73,75	102,76	114,03	295,00	511,79
					V.C. CENA			511,79
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	92,28	45,09	432,22					
VCT (Kcal.)	369,10	405,84	1728,89					
VCT (%)	15%	16%	69%					
					V.C.T. MENU			2504

CONTRATISTA

Lauriano Garcia Torero
REPRESENTANTE DEL COMERCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Silvia P. Milano Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 10-24

17/12/2018 - 31/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA								
KIWICHA	25,00	3,38	1,78	16,13	13,50	15,98	64,50	93,98
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
JAMONADA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,55	16,48	105,75	82,18	148,28	423,00	653,46
				V.C. DESAYUNO				653,46
				% DIST. DESAYUNO				26%
ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
BOFE DE RES	100,00	13,40	2,20	0,00	53,60	19,80	0,00	73,40
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	20,00	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
ZANAHORIA	10,00	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
TOMATE	10,00	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CHOCLO DESGRANADO	18,00	0,68	0,18	5,27	2,74	1,62	21,10	25,45
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		34,12	29,13	234,80	136,47	262,19	939,20	1337,85
				V.C. ALMUERZO				1337,85
				% DIST. ALMUERZO				54%
CENA AGUADITO DE POLLO								
ARROZ SUPERIOR	50,00	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PAPA BLANCA	70,00	1,47	0,07	15,61	5,88	0,63	62,44	68,95
ARVEJAS FRESCAS	15,00	1,07	0,09	2,82	4,26	0,81	11,28	16,35
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	10,00	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
SUBTOTAL		24,96	14,71	69,00	99,82	132,39	276,00	508,21
				V.C. CENA				508,21
				% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)		79,62	60,32	409,55				
VCT (Kcal.)		318,47	542,85	1638,20				
VCT (%)		13%	22%	66%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA


Lauriano Garcia Hrogo
NUTRICIONISTA

NUTRICIONISTA


Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES · TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 11-25

18/12/2018 - 01/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA								
SOYA	25,00	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,70	106,43
MARGARINA	20,00	0,12	16,20	0,06	0,48	145,80	0,24	146,52
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		14,73	21,11	90,98	58,92	189,95	363,92	612,79
				V.C. DESAYUNO				612,79
				% DIST. DESAYUNO				25%
ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PAVITA	160,00	32,16	32,32	0,00	128,64	290,88	0,00	419,52
LENTEJAS GRANDES	80,00	18,56	0,88	48,80	74,24	7,92	195,20	277,36
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
COL SILVESTRE	35,00	0,88	0,21	4,24	3,50	1,89	16,94	22,33
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
ACEITE VEGETAL	6,00	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
LIMON	3,00	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28
SUBTOTAL		64,97	40,56	213,98	259,88	365,08	855,93	1480,89
				V.C. ALMUERZO				1480,89
				% DIST. ALMUERZO				59%
CENA SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO								
TRIGO	40,00	3,44	0,60	29,48	13,76	5,40	117,92	137,03
RES CON HUESO	100,00	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
ZAPALLO	15,00	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
APIO	20,00	0,14	0,04	0,96	0,56	0,36	3,84	4,76
PORO	15,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,23
CULANTRO	2,00	0,07	0,03	0,14	0,26	0,23	0,56	1,06
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PAPA BLANCA	100,00	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
SUBTOTAL		27,68	7,62	56,82	110,70	68,54	227,23	406,53
				V.C. CENA				406,53
				% DIST. ALMUERZO				16%
VCT (Gr.)		107,38	69,29	361,78				
VCT (Kcal.)		429,50	623,57	1447,13				
VCT (%)		17%	25%	58%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Sintia P. Hilario Velezmore
Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

60

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 12-26

19/12/2018 - 02/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA								
CHUFLA	25,00	2,25	1,13	18,45	9,00	10,13	73,80	92,93
MERMELADA	20,00	0,08	0,04	11,72	0,32	0,36	46,88	47,56
PAN FRANCES	90,00	7,66	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	29,00	0,00	0,00	28,51	0,00	0,00	114,03	114,03
SUBTOTAL		9,89	1,35	116,10	39,56	12,11	464,39	516,05
				V.C. DESAYUNO				516,05
				% DIST. DESAYUNO				21%
ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF.								
ALMUERZO : (SOBRE)								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CORAZON DE POLLO	100,00	20,50	7,00	1,60	82,00	63,00	6,40	151,40
ARVEJAS SECAS	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
CEBOLLA	28,00	0,39	0,06	3,16	1,57	0,50	12,66	14,73
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	25,00	0,20	0,05	1,08	0,80	0,45	4,30	5,55
ACHIOTE MOLIDO	1,50	0,10	0,07	1,17	0,40	0,62	4,69	5,71
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,62	19,14
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
LIMON	3,00	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28
SUBTOTAL		52,58	36,03	234,48	210,32	324,27	937,92	1472,51
				V.C. ALMUERZO				1472,51
				% DIST. ALMUERZO				59%
CENA ARROZ CON LECHE + 02 PANES								
ARROZ SUPERIOR	40,00	3,28	0,20	31,12	13,12	1,80	124,48	139,40
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
AZUCAR RUBIA	32,00	0,00	0,00	31,46	0,00	0,00	125,82	125,82
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LECHE EVAPORADA	50,00	3,50	4,05	5,45	14,00	36,45	21,80	72,25
SUBTOTAL		11,82	4,37	106,31	47,28	39,33	425,22	511,83
				V.C. CENA				511,83
				% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)	74,29	41,75	456,88					
VCT (Kcal.)	297,16	375,71	1827,53					
VCT (%)	12%	15%	73%					
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 13-27

20/12/2018 - 03/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : Avena con Leche + 03 Panes con Mortadela								
AVENA	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
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
MORTADELA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,50	15,70	107,63	81,98	141,30	430,50	653,78
				V.C. DESAYUNO				653,78
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MONDONGO DE RES	100,00	16,90	3,50	0,00	67,60	31,50	0,00	99,10
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	20,00	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
CEBOLLA	12,00	0,17	0,02	1,36	0,67	0,22	5,42	6,31
CHOCLO DESGRANADO	20,00	0,76	0,20	5,86	3,04	1,80	23,44	28,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,62	19,14
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	190,00	3,99	0,19	42,37	15,96	1,71	169,48	187,15
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
AZUCAR RUBIA	42,00	0,00	0,00	41,29	0,00	0,00	165,14	165,14
ACEITE VEGETAL	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,99
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		37,48	25,47	240,60	149,92	229,22	962,42	1341,56
				V.C. ALMUERZO				1341,56
				% DIST. ALMUERZO				54%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO CORAZON DE POLLO CON PAPAS + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
CORAZON DE POLLO	60,00	12,30	4,20	0,96	49,20	37,80	3,84	90,84
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	4,00	0,00	0,00	3,93	0,00	0,00	15,73	15,73
ACEITE VEGETAL	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
SUBTOTAL		20,92	7,78	87,67	83,67	70,00	350,69	504,37
				V.C. CENA				504,37
				% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)	78,89	48,95	435,90					
VCT (Kcal.)	315,57	440,52	1743,61					
VCT (%)	13%	18%	70%					
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Synthia P. Velazquez
C.E. Cynthia P. Velazquez
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 14-28

21/12/2018 - 04/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA								
ACEITUNA	30,00	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,760	96,39
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,300	98,30
SUBTOTAL		16,55	19,94	97,81	66,20	179,42	391,24	636,86
					V.C. DESAYUNO			636,86
					% DIST. DESAYUNO			25%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
ARVERJITA PARTIDA	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		66,74	20,05	228,71	266,97	180,45	914,85	1362,27
					V.C. ALMUERZO			1362,27
					% DIST. ALMUERZO			54%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
BOFE DE RES	60,00	8,04	1,32	0,00	32,16	11,88	0,00	44,04
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,99
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
CEBOLLA	8,00	0,11	0,02	0,90	0,45	0,14	3,32	4,21
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,33	1,78
AZUCAR RUBIA	12,00	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		16,83	5,93	94,96	67,34	53,33	379,82	500,48
					V.C. CENA			500,48
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	100,13	45,91	421,48					
VCT (Kcal.)	400,50	413,19	1685,91					
VCT (%)	16%	17%	67%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Silvia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL
ADICIONAL PARA PERSONAL INPE DEL ESTABLECIMIENTO
PENITENCIARIO DE TRUJILLO VARONES , MUJERES Y PACASMAYO
NAVIDAD**

25 DE DICIEMBRE DEL 2018

	PESO BRUTO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
ALIMENTO	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	KCAL
LECHE CON CHOCOLATE + PAVITA AL HORNO + PANETON								
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
COCOA	1,00	0,19	0,17	0,48	0,76	1,54	1,91	4,21
PANETON	80,00	5,44	2,00	55,36	21,76	18,00	221,44	261,20
CARNE DE PAVITA	100,00	20,10	20,20	0,00	80,40	181,80	0,00	262,20
AZUCAR RUBIA	10,00	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
SUBTOTAL		34,48	32,496	79,29	137,92	292,46	317,17	748
					VCT: ADICIONAL			748

CONTRATISTA

Launiano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL ADICIONAL
PARA PERSONAL INPE DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE
TRUJILLO VARONES , MUJERES Y PACASMAYO**

AÑO NUEVO

01 DE ENERO DEL 2019

	PESO BRUTO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
ALIMENTO	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	KCAL
LECHE CON CHOCOLATE + POLLO AL HORNO + PANETON								
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	100,63
COCOA	1,00	0,19	0,17	0,48	0,76	1,54	1,91	4,21
PANETON	80,00	5,44	2,00	55,36	21,76	18,00	221,44	261,20
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
AZUCAR RUBIA	10,00	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
SUBTOTAL		32,58	22,496	79,29	130,32	202,46	317,17	650
					VCT: ADICIONAL			650

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA



 Lauriano Garcia Ilerogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO



 Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
 NUTRICIONISTA
 C.N.P. 4527


**DOSIFICACIÓN, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL ADICIONAL
PARA LOS INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE TRUJILLO
VARONES, TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

NAVIDAD

25 DE DICIEMBRE DEL 2018

	PESO BRUTO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
ALIMENTO	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	KCAL
LECHE CON CHOCOLATE + PANETON + POLLO MECHADO								
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
COCOA	1,00	0,19	0,17	0,48	0,76	1,54	1,91	4,21
PANETON	80,00	5,44	2,00	55,36	21,76	18,00	221,44	261,20
POLLO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
AZUCAR RUBIA	5,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		32,58	22,496	74,38	130,32	202,46	297,51	630
					VCT: ADICIONAL			630

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launiano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Sintia P. Hilario Velezmore
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4527

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL ADICIONAL PARA
LOS INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE TRUJILLO
VARONES, TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

AÑO NUEVO

01 DE ENERO DEL 2019

	PESO BRUTO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
ALIMENTO	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	KCAL
LECHE CON CHOCOLATE + PANETON + POLLO MECHADO								
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
COCOA	1,00	0,19	0,17	0,48	0,76	1,54	1,91	4,21
PANETON	80,00	5,44	2,00	55,36	21,76	18,00	221,44	261,20
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
AZUCAR RUBIA	5,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		32,58	22,496	74,38	130,32	202,46	297,51	630
					VCT: ADICIONAL			630

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA



 Lauriano Garcia Idrogo
 REPRESENTANTE DEL COMERCIO



 Lic. Silvia P. Hilario Velezmore
 NUTRICIONISTA
 C.N.P. 4527

**RELACIÓN DE MENÚS
PARA PERSONAL DE
SEGURIDAD,
INTERNAS Y NIÑOS
(AS) DE LOS E.P
TRUJILLO MUJERES
Y PACASMAYO.**

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA PERSONAL DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES , TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

52

DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019

MENUES CON APORTE CALORICO MAYOR A 2,750 KILOCALORIAS POR DIA

1	SÁBADO 08/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
2	DOMINGO 09/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
3	LUNES 10/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
4	MARTES 11/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSIÓN.
5	MIÉRCOLES 12/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
6	JUEVES 13/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
7	VIERNES 14/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
8	SÁBADO 15/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
9	DOMINGO 16/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
10	LUNES 17/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
11	MARTES 18/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSIÓN.
12	MIÉRCOLES 19/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
13	JUEVES 20/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
14	VIERNES 21/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
15	SÁBADO 22/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Piñero
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjuth Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA PERSONAL DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES , TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019

MENUES CON APORTE CALORICO MAYOR A 2,750 KILOCALORIAS POR DIA

16	DOMINGO 23/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
17	LUNES 24/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
18	MARTES 25/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
19	MIÉRCOLES 26/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
20	JUEVES 27/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
21	VIERNES 28/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
22	SÁBADO 29/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
23	DOMINGO 30/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
24	LUNES 31/12/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
25	MARTES 01/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
26	MIÉRCOLES 02/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
27	JUEVES 03/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
28	VIERNES 04/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
29	SÁBADO 05/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
30	DOMINGO 06/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
31	LUNES 07/01/2019	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION

CONTRATISTA

Launano Galva (drogo)
CNP : 4483

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 01-15-29

08/12/2018 - 22/12/2018 - 05/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS									
DESAYUNO :									
KIWICHA	25,00	94,25	3,38	1,78	16,13	13,50	15,98	64,50	93,98
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	76,46
ESPINACA	15,00	3,36	0,29	0,09	0,95	1,14	0,81	3,78	5,73
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
SUBTOTAL		657,66	18,98	16,73	112,28	75,90	150,53	449,12	675,55
						V.C. DESAYUNO			675,55
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CERDO	160,00	285,12	23,04	24,16	0,00	92,16	217,44	0,00	309,60
CEBOLLA	26,00	11,47	0,36	0,05	2,94	1,46	0,47	11,75	13,68
CAMOTE	100,00	116,00	1,20	0,20	27,60	4,80	1,80	110,40	117,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	30,00	2,87	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
MAIZ MORADO	25,00	89,25	1,83	0,85	19,05	7,30	7,65	76,20	91,15
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		1209,81	40,431	31,74	197,98	161,72	285,68	791,92	1.239,3
						V.C. ALMUERZO			1239,32
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
MOLLEJA	100,00	157,00	20,50	7,00	1,60	82,00	63,00	6,40	151,40
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
AZUCAR RUBIA	30,00	115,20	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
AJOS	3,00	2,32	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
SUBTOTAL		833,46	31,41	17,63	137,70	125,63	158,71	550,81	835,15
						V.C. CENA			835,15
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	90,81	66,10	447,96					
	VCT (Kcal.)	363,26	594,91	1791,85					
	VCT (%)	13%	22%	65%					
	V.C.T. MENU								2750

CONTRATISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 02-16-30

09/12/2018 - 23/12/2018 - 06/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
MACA	10,00	31,40	1,18	0,16	6,64	4,72	1,44	26,56	32,72
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ESPINACA	20,00	4,48	0,38	0,12	1,26	1,52	1,08	5,04	7,64
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
SUBTOTAL		604,72	19,95	14,53	102,60	79,78	130,77	410,40	620,95
						V.C. DESAYUNO			620,95
						% DIST. DESAYUNO			23%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + ZARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CABRITO	160,00	351,36	27,20	30,40	0,00	108,80	273,60	0,00	382,40
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
CULANTRO	10,00	2,86	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
LECHUGA	20,00	3,61	0,30	0,04	0,78	1,20	0,36	3,12	4,68
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		1253,37	59,46	36,47	182,16	237,83	328,24	728,65	1294,72
						V.C. ALMUERZO			1294,72
						% DIST. ALMUERZO			47%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS + INFUSIÓN									
CENA:									
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	60,00	55,29	1,26	0,06	13,38	5,04	0,54	53,52	59,10
TOMATE	34,00	6,40	0,27	0,07	1,46	1,09	0,61	5,85	7,55
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
BROCOLI	25,00	10,00	1,23	0,23	1,43	4,90	2,03	5,70	12,63
ACEITE VEGETAL	14,00	123,76	0,00	14,00	0,00	0,00	126,00	0,00	126,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	33,00	126,72	0,00	0,00	32,44	0,00	0,00	129,76	129,76
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		815,25	28,94	25,09	123,29	115,76	225,80	493,16	834,71
						V.C. CENA			834,71
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	108,34	76,09	408,05					
	VCT (Kcal.)	433,36	684,81	1632,21					
	VCT (%)	16%	25%	59%					
	V.C.T. MENU								2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSEJO

Lic. Marjith Alvarado Vargaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 03-17-31

10/12/2018 · 24/12/2018 · 07/01/2019

10/12/2018 - 24/12/2018 - 07/01/2019									
ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO									
DESAYUNO :									
AVENA	25,00	86,75	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	80,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AZUCAR RUBIA	24,00	92,16	0,00	0,00	23,59	0,00	0,00	94,37	94,37
SUBTOTAL		659,87	23,21	17,47	107,69	92,84	157,23	430,75	680,82
						V.C. DESAYUNO			680,82
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: CEVICHE DE TOYO									
ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + REFresco DE (LIMA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
TOYO	80,00	65,07	14,96	0,32	0,00	59,84	2,88	0,00	62,72
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
ROCOTO	2,00	0,72	0,02	0,10	0,16	0,10	0,90	0,66	1,65
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SILLAO	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	15,00	1,44	0,08	0,02	0,39	0,30	0,14	1,66	2,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
LIMA	40,00	9,72	0,24	0,16	2,36	0,96	1,44	9,44	11,84
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	7,00	26,88	0,00	0,00	6,88	0,00	0,00	27,52	27,52
SUBTOTAL		1223,79	75,991	22,77	185,26	303,96	204,94	741,03	1.249,94
						V.C. ALMUERZO			1249,94
						% DIST. ALMUERZO			45%
SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSIÓN									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	35,00	125,65	2,87	0,18	27,23	11,48	1,58	108,92	121,98
RES SIN HUESO	100,00	94,50	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
AZUCAR RUBIA	38,00	145,92	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,42	149,42
PAN FRANCES	60,00	174,60	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
ZANAHORIA	10,00	3,90	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
APIO	5,00	1,00	0,04	0,01	0,24	0,14	0,09	0,96	1,19
SUBTOTAL		800,63	32,78	14,13	140,31	131,11	127,18	561,25	819,54
						V.C. CENA			819,54
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	131,98	54,37	433,26					
	VCT (Kcal.)	527,91	489,35	1733,03					
	VCT (%)	19%	18%	63%					
	V.C.T. MENU								2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 04-18

11/12/2018 - 25/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO									
DESAYUNO :									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
COCOA	10,00	40,40	1,90	1,71	4,78	7,60	15,39	19,120	42,11
QUESO	30,00	51,90	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,080	51,45
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	36,00	138,24	0,00	0,00	35,39	0,00	0,00	141,552	141,55
SUBTOTAL		671,19	23,10	15,11	112,23	92,40	135,95	448,93	677,28
						V.C. DESAYUNO			677,28
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA									
ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA +REFresco (LIMONADA)									
ALMUERZO :									
+ ENSALADA + FRUTA									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
RES CON HUESO	150,00	133,88	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
FREJOL PANAMITO	80,00	268,80	17,20	1,36	48,56	68,80	12,24	194,24	275,28
ACEITE VEGETAL	7,00	61,88	0,00	7,00	0,00	0,00	63,00	0,00	63,00
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
LECHUGA	50,00	9,03	0,75	0,10	1,95	3,00	0,90	7,80	11,70
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PEPINILLOS	35,00	3,35	0,18	0,04	0,91	0,70	0,32	3,64	4,66
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AJI AMARILLO	2,00	0,60	0,02	0,01	0,18	0,07	0,13	0,70	0,90
PALILLO MOLIDO	2,00	1,08	0,01	0,07	0,11	0,03	0,65	0,46	1,14
NARANJA DE MESA	150,00	124,88	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	12,00	1,84	0,06	0,02	1,16	0,24	0,22	4,66	5,11
AZUCAR RUBIA	26,00	99,84	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
SAL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1266,29	65,103	12,20	217,34	260,41	109,81	869,34	1239,56
						V.C. ALMUERZO			1239,56
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PEPINILLOS	50,00	4,79	0,25	0,05	1,30	1,00	0,45	5,20	6,65
TOMATE	38,00	7,15	0,30	0,08	1,63	1,22	0,68	6,54	8,44
CEBOLLA	38,00	16,76	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	130,00	119,80	2,73	0,13	28,99	10,92	1,17	115,96	128,05
ACEITE VEGETAL	9,00	79,56	0,00	9,00	0,00	0,00	81,00	0,00	81,00
HIERBA LUISA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	28,00	107,52	0,00	0,00	27,52	0,00	0,00	110,10	110,10
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		811,97	29,406	19,986	133,96	117,62	179,87	535,82	833,32
						V.C. CENA			833,32
						% DIST. ALMUERZO			30%
VCT (Gr.)	117,61	47,29	463,62						
VCT (Kcal.)	470,44	425,63	1854,10						
VCT (%)	17%	15%	67%						
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL COMITE

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 05-19

12/12/2018 - 26/12/2018

ALIMENTO	PESO (g)	Kcal.	PROT (g)	GRASAS (g)	CARB. (g)	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
						PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ATUN	50,00	140,50	12,10	10,25	0,00	48,40	92,25	0,00	140,65
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
LIMON	1,00	0,15	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		674,68	26,15	12,74	116,46	104,58	114,68	465,83	685,09
						V.C. DESAYUNO			685,09
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA MIXTA									
ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE (PIÑA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
CHOCLO DESGRANADO	15,00	22,50	0,57	0,15	4,40	2,28	1,35	17,68	21,21
AJI AMARILLO	1,00	0,30	0,01	0,01	0,09	0,04	0,06	0,35	0,45
ZAPALLO	30,00	7,80	0,21	0,06	1,92	0,84	0,54	7,68	9,06
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
ARVEJAS FRESCAS	20,00	16,96	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIÑA	40,00	9,73	0,16	0,08	3,92	0,64	0,72	15,68	17,04
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
NARANJA DE MESA	150,00	51,30	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
AZUCAR RUBIA	21,00	80,64	0,00	0,00	20,64	0,00	0,00	82,57	82,57
SUBTOTAL		1132,70	48,16	24,06	193,81	192,64	216,57	775,26	1184,47
						V.C. ALMUERZO			1184,47
						% DIST. ALMUERZO			43%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + ENSALADA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PESCADO	100,00	116,10	21,60	3,90	0,30	86,40	35,10	1,20	122,70
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
LENTEJAS SECAS	80,00	271,20	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
LECHUGA	40,00	7,22	0,60	0,08	1,56	2,40	0,72	6,24	9,36
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
TORONJIL	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		872,66	47,98	13,31	142,06	191,92	119,79	568,24	879,95
						V.C. CENA			879,95
						% DIST. ALMUERZO			32%
		VCT (Gr.)	122,29	50,12	452,33				
		VCT (Kcal.)	489,14	451,04	1809,32				
		VCT (%)	18%	16%	66%				
		V.C.T. MENU							2750

CONTRATISTA


Luciano Garcia Idrogo
COORDINADOR DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 06-20

13/12/2018 - 17/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,66	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ACEITUNA	30,00	78,43	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,76	96,39
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
SUBTOTAL		668,33	16,10	16,93	118,22	64,40	152,37	472,88	689,65
						V.C. DESAYUNO			689,65
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA MIXTA									
ARROZ GRANEADO + MONDONGOITO A LA ITALIANA + ENSALADA + INFUSION									
+ FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MONDONGO DE RES	100,00	104,00	16,90	3,50	0,00	67,60	31,60	0,00	99,10
ZANAHORIA	30,00	11,69	0,18	0,15	2,76	0,72	1,35	11,04	13,11
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
TOMATE	55,00	10,35	0,44	0,11	2,37	1,76	0,99	9,46	12,21
CEBOLLA	60,00	26,46	0,84	0,12	6,78	3,36	1,08	27,12	31,66
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
NARANJA DE MESA	150,00	51,30	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
TORONJIL	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1203,98	35,98	25,14	216,09	143,91	226,27	864,35	1234,53
						V.C. ALMUERZO			1234,53
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA +									
INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
CARNE DE PAVITA	100,00	241,20	20,10	20,20	0,00	80,40	181,80	0,00	262,20
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIMIENTO MORRON	18,00	5,23	0,27	0,09	1,39	1,08	0,81	5,54	7,43
AJI AMARILLO	3,00	0,90	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PEPINILLOS	30,00	2,87	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	114,92	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
AZUCAR RUBIA	26,00	99,84	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		802,83	28,46	33,90	101,75	113,83	305,06	407,01	825,89
						V.C. CENA			825,89
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	80,53	75,97	436,06					
	VCT (Kcal.)	322,14	683,69	1744,24					
	VCT (%)	12%	25%	63%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 07-21

14/12/2018 - 28/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO									
DESAYUNO :									
SOYA	25,00	100,25	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,70	106,43
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
POLLO SIN HUESO	100,00	161,50	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		672,69	32,81	21,11	90,92	131,24	189,95	363,68	684,87
						V.C. DESAYUNO			684,87
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA									
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA+ FRUTA + REFRESCO DE (NARANJA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	185,76	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
CEBOLLA	45,00	19,85	0,63	0,09	5,09	2,52	0,81	20,34	23,67
TOMATE	45,00	8,46	0,36	0,09	1,94	1,44	0,81	7,74	9,99
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
LENTEJAS SECAS	80,00	271,20	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
NARANJA AGRIA	40,00	13,20	0,20	0,08	3,28	0,80	0,72	13,12	14,64
AZUCAR RUBIA	18,00	69,12	0,00	0,00	17,69	0,00	0,00	70,78	70,78
LIMA	150,00	81,00	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
SUBTOTAL		1277,04	67,14	18,67	203,43	268,57	167,99	813,73	1.250,29
						V.C. ALMUERZO			1250,29
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS+ ENSALDA + INFUSIÓN									
CENA									
CARNE DE GALLINA	100,00	108,00	20,60	3,60	0,00	82,40	32,40	0,00	114,80
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
PEPINILLOS	35,00	3,35	0,18	0,04	0,91	0,70	0,32	3,64	4,66
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
ACEITE VEGETAL	13,00	114,92	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		798,50	31,27	17,45	133,17	125,07	157,01	532,67	814,74
						V.C. CENA			814,74
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	131,22	57,22	427,52					
	VCT (Kcal.)	524,88	514,94	1710,08					
	VCT (%)	19%	19%	62%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 08-22

15/12/2018 - 29/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS									
DESAYUNO :									
KIWICHA	25,00	94,25	3,38	1,78	16,13	13,50	15,98	64,50	93,98
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,64
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ESPINACA	15,00	3,36	0,29	0,09	0,95	1,14	0,81	3,78	5,73
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
SUBTOTAL		657,66	18,98	16,73	112,28	75,90	150,53	449,12	675,55
						V.C. DESAYUNO			675,55
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CERDO	160,00	285,12	23,04	24,16	0,00	92,16	217,44	0,00	309,60
CEBOLLA	26,00	11,47	0,36	0,05	2,94	1,46	0,47	11,75	13,68
CAMOTE	100,00	116,00	1,20	0,20	27,60	4,80	1,80	110,40	117,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	30,00	2,87	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
MAIZ MORADO	25,00	89,25	1,83	0,85	19,05	7,30	7,65	76,20	91,15
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		1209,81	40,431	31,74	197,98	161,72	285,68	791,92	1239,32
						V.C. ALMUERZO			1239,32
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS +									
CENA									
INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
MOLLEJA	100,00	157,00	20,50	7,00	1,60	82,00	63,00	6,40	151,40
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
AZUCAR RUBIA	30,00	115,20	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
AJOS	3,00	2,32	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
SUBTOTAL		833,46	31,41	17,63	137,70	125,63	158,71	550,81	835,15
						V.C. CENA			835,15
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	90,81	66,10	447,96					
	VCT (Kcal.)	363,26	594,91	1791,85					
	VCT (%)	13%	22%	65%					
	V.C.T. MENU								2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 00-23

16/12/2018 - 30/12/2018

30/12/2016 30/12/2016									
ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
MACA	10,00	31,40	1,18	0,16	6,64	4,72	1,44	26,56	32,72
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ESPINACA	20,00	4,48	0,38	0,12	1,26	1,52	1,08	5,04	7,64
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
SUBTOTAL		604,72	19,95	14,53	102,60	79,78	130,77	410,40	620,95
						V.C. DESAYUNO			620,95
						% DIST. DESAYUNO			23%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + ZARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CABRITO	160,00	351,36	27,20	30,40	0,00	108,80	273,60	0,00	382,40
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
CULANTRO	10,00	2,86	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
LECHUGA	20,00	3,61	0,30	0,04	0,78	1,20	0,36	3,12	4,68
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		1253,37	59,46	36,47	182,16	237,83	328,24	728,65	1294,72
						V.C. ALMUERZO			1294,72
						% DIST. ALMUERZO			47%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS + INFUSIÓN									
CENA:									
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	60,00	55,29	1,26	0,06	13,38	5,04	0,54	53,52	59,10
TOMATE	34,00	6,40	0,27	0,07	1,46	1,09	0,61	5,85	7,55
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
BROCOLI	25,00	10,00	1,23	0,23	1,43	4,90	2,03	5,70	12,63
ACEITE VEGETAL	14,00	123,76	0,00	14,00	0,00	0,00	126,00	0,00	126,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	33,00	126,72	0,00	0,00	32,44	0,00	0,00	129,76	129,76
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		815,25	28,94	25,09	123,29	115,76	225,80	493,16	834,71
						V.C. CENA			834,71
						% DIST. ALMUERZO			30%
VCT (Gr.)		108,34	76,09	408,05					
VCT (Kcal.)		433,36	684,81	1632,21					
VCT (%)		16%	25%	59%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 10-24

17/12/2018 - 31/12/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO									
DESAYUNO :									
AVENA	25,00	86,75	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	76,46
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AZUCAR RUBIA	24,00	92,16	0,00	0,00	23,59	0,00	0,00	94,37	94,37
SUBTOTAL		659,87	23,21	17,47	107,69	92,84	157,23	430,75	680,82
						V.C. DESAYUNO			680,82
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: CEVICHE DE TOYO									
ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE (LIMA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
TOYO	80,00	65,07	14,96	0,32	0,00	59,84	2,88	0,00	62,72
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,62
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
ROCOTO	2,00	0,72	0,02	0,10	0,16	0,10	0,90	0,66	1,65
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SILLAO	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	15,00	1,44	0,08	0,02	0,39	0,30	0,14	1,56	2,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
LIMA	40,00	9,72	0,24	0,16	2,36	0,96	1,44	9,44	11,84
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	7,00	26,88	0,00	0,00	6,88	0,00	0,00	27,52	27,52
SUBTOTAL		1223,79	75,991	22,77	185,26	303,96	204,94	741,03	1.249,9
						V.C. ALMUERZO			1249,94
						% DIST. ALMUERZO			45%
SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSIÓN									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	35,00	125,65	2,87	0,18	27,23	11,48	1,58	108,92	121,98
RES SIN HUESO	100,00	94,50	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
AZUCAR RUBIA	38,00	145,92	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,42	149,42
PAN FRANCES	60,00	174,60	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
ZANAHORIA	10,00	3,90	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
APIO	5,00	1,00	0,04	0,01	0,24	0,14	0,09	0,96	1,19
SUBTOTAL		800,63	32,78	14,13	140,31	131,11	127,18	561,25	819,54
						V.C. CENA			819,54
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	131,98	54,37	433,26					
	VCT (Kcal.)	527,91	489,35	1733,03					
	VCT (%)	19%	18%	63%					
	V.C.T. MENU								2750

CONTRATISTA



 Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA



 Lic. Marjith Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 11-25

18/12/2018 - 01/01/2019

18/12/2019 - 01/01/2019									
ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO									
DESAYUNO :									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
COCOA	10,00	40,40	1,90	1,71	4,78	7,60	15,39	19,120	42,11
QUESO	30,00	51,90	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,080	51,45
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	36,00	138,24	0,00	0,00	35,39	0,00	0,00	141,552	141,55
SUBTOTAL		671,19	23,10	15,11	112,23	92,40	135,95	448,93	677,28
						V.C. DESAYUNO			677,28
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA									
ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA +REFresco (LIMONADA) + ENSALADA + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
RES CON HUESO	150,00	133,88	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
FREJOL PANAMITO	80,00	268,80	17,20	1,36	48,56	68,80	12,24	194,24	275,28
ACEITE VEGETAL	7,00	61,88	0,00	7,00	0,00	0,00	63,00	0,00	63,00
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
LECHUGA	50,00	9,03	0,75	0,10	1,95	3,00	0,90	7,80	11,70
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PEPINILLOS	35,00	3,35	0,18	0,04	0,91	0,70	0,32	3,64	4,66
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AJI AMARILLO	2,00	0,60	0,02	0,01	0,18	0,07	0,13	0,70	0,90
PALILLO MOLIDO	2,00	1,08	0,01	0,07	0,11	0,03	0,65	0,46	1,14
NARANJA DE MESA	150,00	124,88	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	12,00	1,84	0,06	0,02	1,16	0,24	0,22	4,66	5,11
AZUCAR RUBIA	26,00	99,84	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
SAL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1266,29	65,103	12,20	217,34	260,41	109,81	869,34	1239,66
						V.C. ALMUERZO			1239,66
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PEPINILLOS	50,00	4,79	0,25	0,05	1,30	1,00	0,45	5,20	6,65
TOMATE	38,00	7,15	0,30	0,08	1,63	1,22	0,68	6,54	8,44
CEBOLLA	38,00	16,76	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	130,00	119,80	2,73	0,13	28,99	10,92	1,17	115,96	128,05
ACEITE VEGETAL	9,00	79,66	0,00	9,00	0,00	0,00	81,00	0,00	81,00
HIERBA LUISA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	28,00	107,52	0,00	0,00	27,52	0,00	0,00	110,10	110,10
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		811,97	29,406	19,986	133,96	117,62	179,87	535,82	833,32
						V.C. CENA			833,32
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	117,61	47,29	463,52					
	VCT (Kcal.)	470,44	425,63	1854,10					
	VCT (%)	17%	15%	67%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

Launiano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 12-26

19/12/2018 - 02/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	76,44
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ATUN	50,00	140,50	12,10	10,25	0,00	48,40	92,25	0,00	140,65
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
LIMON	1,00	0,15	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		674,68	26,15	12,74	116,46	104,58	114,68	465,83	685,09
						V.C. DESAYUNO			685,09
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA MIXTA									
ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE (PIÑA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
CHOCLO DESGRANADO	15,00	22,50	0,57	0,15	4,40	2,28	1,35	17,58	21,21
AJI AMARILLO	1,00	0,30	0,01	0,01	0,09	0,04	0,06	0,35	0,45
ZAPALLO	30,00	7,80	0,21	0,06	1,92	0,84	0,54	7,68	9,06
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
ARVEJAS FRESCAS	20,00	16,96	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIÑA	40,00	9,73	0,16	0,08	3,92	0,64	0,72	15,68	17,04
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
NARANJA DE MESA	150,00	51,30	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
AZUCAR RUBIA	21,00	80,64	0,00	0,00	20,64	0,00	0,00	82,57	82,57
SUBTOTAL		1132,70	48,16	24,06	193,81	192,64	216,57	775,26	1184,47
						V.C. ALMUERZO			1184,47
						% DIST. ALMUERZO			43%
CENA									
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + ENSALADA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PESCADO	100,00	116,10	21,60	3,90	0,30	86,40	35,10	1,20	122,70
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
LENTEJAS SECAS	80,00	271,20	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
LECHUGA	40,00	7,22	0,60	0,08	1,66	2,40	0,72	6,24	9,36
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
TORONJIL	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		872,66	47,98	13,31	142,06	191,92	119,79	568,24	879,95
						V.C. CENA			879,95
						% DIST. ALMUERZO			32%
	VCT (Gr.)	122,29	50,12	452,33					
	VCT (Kcal.)	489,14	451,04	1809,32					
	VCT (%)	18%	16%	66%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 13-27

20/12/2018 - 03/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ACEITUNA	30,00	78,43	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,76	96,39
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
SUBTOTAL		668,33	16,10	16,93	118,22	64,40	152,37	472,88	689,65
						V.C. DESAYUNO			689,65
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA MIXTA									
ARROZ GRANEADO + MONDONGO A LA ITALIANA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MONDONGO DE RES	100,00	104,00	16,90	3,50	0,00	67,60	31,50	0,00	99,10
ZANAHORIA	30,00	11,69	0,18	0,15	2,76	0,72	1,35	11,04	13,11
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	167,60
TOMATE	65,00	10,35	0,44	0,11	2,37	1,76	0,99	9,46	12,21
CEBOLLA	60,00	26,46	0,84	0,12	6,78	3,36	1,08	27,12	31,56
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
NARANJA DE MESA	150,00	51,30	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
TORONJIL	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1203,98	35,98	25,14	216,09	143,91	226,27	864,35	1234,53
						V.C. ALMUERZO			1234,53
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
CARNE DE PAVITA	100,00	241,20	20,10	20,20	0,00	80,40	181,80	0,00	262,20
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIMIENTO MORRON	18,00	5,23	0,27	0,09	1,39	1,08	0,81	5,54	7,43
AJI AMARILLO	3,00	0,90	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PEPINILLOS	30,00	2,87	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	114,92	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
AZUCAR RUBIA	26,00	99,84	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		802,83	28,46	33,90	101,75	113,83	305,06	407,01	825,89
						V.C. CENA			825,89
						% DIST. ALMUERZO			30%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launano Garcia Irogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL
INPE DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 14-28

21/12/2018 - 04/01/2019

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO									
DESAYUNO :									
SOYA	25,00	100,25	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,70	106,43
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
POLLO SIN HUESO	100,00	161,50	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		672,69	32,81	21,11	90,92	131,24	189,95	363,68	684,87
						V.C. DESAYUNO			684,87
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA									
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA+ FRUTA + REFRESCO DE (NARANJA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	185,76	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
CEBOLLA	45,00	19,85	0,63	0,09	5,09	2,52	0,81	20,34	23,67
TOMATE	45,00	8,46	0,36	0,09	1,94	1,44	0,81	7,74	9,99
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
LENTEJAS SECAS	80,00	271,20	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
NARANJA AGRIA	40,00	13,20	0,20	0,08	3,28	0,80	0,72	13,12	14,64
AZUCAR RUBIA	18,00	69,12	0,00	0,00	17,69	0,00	0,00	70,78	70,78
LIMA	150,00	81,00	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
SUBTOTAL		1277,04	67,14	18,67	203,43	268,57	167,99	813,73	1.250,29
						V.C. ALMUERZO			1250,29
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS+ ENSALDA + INFUSIÓN									
CENA									
CARNE DE GALLINA	100,00	108,00	20,60	3,60	0,00	82,40	32,40	0,00	114,80
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
PEPINILLOS	35,00	3,35	0,18	0,04	0,91	0,70	0,32	3,64	4,66
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
ACEITE VEGETAL	13,00	114,92	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		798,50	31,27	17,45	133,17	125,07	157,01	532,67	814,74
						V.C. CENA			814,74
						% DIST. ALMUERZO			30%
VCT (Gr.)		131,22	57,22	427,52					
VCT (Kcal.)		524,88	514,94	1710,08					
VCT (%)		19%	19%	62%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launano Garcia Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSUMIDOR

Lic. Marjith Alvarado Vergeray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

**RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES,
TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019

MENUES CON APOORTE CALORICO MAYOR A 2,500 KILOCALORIAS POR DIA

1	SÁBADO 08/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
2	DOMINGO 09/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIZO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIZO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
3	LUNES 10/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
4	MARTES 11/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
5	MIÉRCOLES 12/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
6	JUEVES 13/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
7	VIERNES 14/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
8	SÁBADO 15/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
9	DOMINGO 16/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIZO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIZO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
10	LUNES 17/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
11	MARTES 18/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
12	MIÉRCOLES 19/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
13	JUEVES 20/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
14	VIERNES 21/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
15	SÁBADO 22/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

**RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES,
TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019

MENUES CON APORTE CALORICO MAYOR A 2,500 KILOCALORIAS POR DIA

16	DOMINGO 23/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIZO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIZO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
17	LUNES 24/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
18	MARTES 25/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
19	MIÉRCOLES 26/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFULA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
20	JUEVES 27/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
21	VIERNES 28/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
22	SÁBADO 29/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
23	DOMINGO 30/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIZO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIZO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
24	LUNES 31/12/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
25	MARTES 01/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
26	MIÉRCOLES 02/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFULA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
27	JUEVES 03/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
28	VIERNES 04/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
29	SÁBADO 05/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
30	DOMINGO 06/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIZO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIZO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
31	LUNES 07/01/2019	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO

CONTRATISTA


Leoniano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vargaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 01-15-29

08/12/2018 - 22/12/2018 - 05/01/2019

	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA + 03 PANES CON QUESO								
DESAYUNO :								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
QUESO	30,00	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,08	51,45
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
SUBTOTAL		15,85	4,72	104,51	63,40	42,48	418,02	523,90
					V.C. DESAYUNO			523,90
					% DIST. DESAYUNO			21%
ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO (PICADILLO) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + IREF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
OLLUCO	140,00	1,54	0,14	20,02	6,16	1,26	80,08	87,50
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CEBOLLA	25,00	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		49,293	31,03	251,18	197,17	279,24	1004,72	1481,14
					V.C. ALMUERZO			1.481,14
					% DIST. ALMUERZO			69%
MAIZENA CON LECHE + 02 PANES								
CENA								
MAIZENA	40,00	0,24	0,08	34,68	0,96	0,72	138,72	140,40
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
CANELA ENTERA	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		10,18	5,87	100,25	40,72	52,83	401,00	494,55
					V.C. CENA			494,55
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	75,32	41,62	455,94					
VCT (Kcal.)	301,29	374,55	1823,74					
VCT (%)	12%	15%	73%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

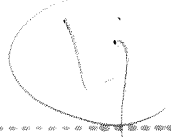
MENU N° 02-16-30

09/12/2018 - 23/12/2018 - 06/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
AZUCAR RUBIA	38,00	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,416	149,42
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
MANJAR BLANCO	30,00	2,37	2,76	16,11	9,48	24,84	64,440	98,76
SUBTOTAL		13,26	3,94	128,88	53,02	35,46	515,54	604,02
					V.C. DESAYUNO			604,02
					% DIST. DESAYUNO			24%
TALLARINES ROJOS + GUISO DE RES + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	150,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
RES CON HUESO	150,00	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	38,00	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
AJI AMARILLO	3,00	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	1,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
AZUCAR RUBIA	36,00	0,00	0,00	35,39	0,00	0,00	141,55	141,55
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		53,33	28,48	229,59	213,32	256,35	918,36	1388,03
					V.C. ALMUERZO			1.388,03
					% DIST. ALMUERZO			55%
ARROZ GRANEADO + GUISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACEITE VEGETAL	2,00	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	3,00	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		25,69	12,67	73,75	102,76	114,03	295,00	511,79
					V.C. CENA			511,79
					% DIST. ALMUERZO			20%
	VCT (Gr.)	92,28	45,09	432,22				
	VCT (Kcal.)	369,10	405,84	1728,89				
	VCT (%)	15%	16%	69%				
					V.C.T. MENU			2504

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Launaro Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 03-17-31

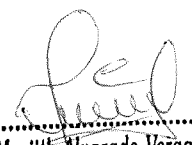
10/12/2018 - 24/12/2018 - 07/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA								
DESAYUNO :								
KIWICHA	25,00	3,38	1,78	16,13	13,50	15,98	64,50	93,98
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
JAMONADA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,55	16,48	105,75	82,18	148,28	423,00	653,46
				V.C. DESAYUNO				653,46
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
BOFE DE RES	100,00	13,40	2,20	0,00	53,60	19,80	0,00	73,40
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	20,00	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
ZANAHORIA	10,00	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
TOMATE	10,00	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CHOCLO DESGRANADO	18,00	0,68	0,18	5,27	2,74	1,62	21,10	25,45
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		34,12	29,13	234,80	136,47	262,19	939,20	1337,85
					V.C. ALMUERZO			1337,85
					% DIST. ALMUERZO			54%
AGUADITO DE POLLO								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	50,00	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PAPA BLANCA	70,00	1,47	0,07	15,61	5,88	0,63	62,44	68,95
ARVEJAS FRESCAS	15,00	1,07	0,09	2,82	4,26	0,81	11,28	16,35
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	10,00	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
SUBTOTAL		24,96	14,71	69,00	99,82	132,39	276,00	508,21
					V.C. CENA			508,21
					% DIST. ALMUERZO			20%
	VCT (Gr.)	79,62	60,32	409,55				
	VCT (Kcal.)	318,47	542,85	1638,20				
	VCT (%)	13%	22%	66%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Idrogo
RESP: 101 DE BEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES · TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 04-18

11/12/2018 · 25/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA								
DESAYUNO :								
SOYA	25,00	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,70	106,43
MARGARINA	20,00	0,12	16,20	0,06	0,48	145,80	0,24	146,52
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		14,73	21,11	90,98	58,92	189,95	363,92	612,79
					V.C. DESAYUNO			612,79
					% DIST. DESAYUNO			25%
ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PAVITA	160,00	32,16	32,32	0,00	128,64	290,88	0,00	419,52
LENTEJAS GRANDES	80,00	18,56	0,88	48,80	74,24	7,92	195,20	277,36
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
COL SILVESTRE	35,00	0,88	0,21	4,24	3,50	1,89	16,94	22,33
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
ACEITE VEGETAL	6,00	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
LIMON	3,00	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28
SUBTOTAL		64,97	40,56	213,98	259,88	365,08	855,93	1480,89
					V.C. ALMUERZO			1480,89
					% DIST. ALMUERZO			59%
SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO								
CENA								
TRIGO	40,00	3,44	0,60	29,48	13,76	5,40	117,92	137,08
RES CON HUESO	100,00	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
ZAPALLO	15,00	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
APIO	20,00	0,14	0,04	0,96	0,56	0,36	3,84	4,76
PORO	15,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
CULANTRO	2,00	0,07	0,03	0,14	0,26	0,23	0,56	1,06
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PAPA BLANCA	100,00	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
SUBTOTAL		27,68	7,62	56,82	110,70	68,54	227,28	406,53
					V.C. CENA			406,53
					% DIST. ALMUERZO			16%
	VCT (Gr.)	107,38	69,29	361,78				
	VCT (Kcal.)	429,50	623,57	1447,13				
	VCT (%)	17%	25%	58%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 05-19

12/12/2018 - 26/12/2018

ALIMENTO		PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
		(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA									
DESAYUNO :									
CHUFLA	25,00	2,25	1,13	18,45	9,00	10,13	73,80	92,93	
MERMELADA	20,00	0,08	0,04	11,72	0,32	0,36	46,88	47,56	
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54	
AZUCAR RUBIA	29,00	0,00	0,00	28,51	0,00	0,00	114,03	114,03	
SUBTOTAL			9,89	1,35	116,10	39,56	12,11	464,39	516,05
					V.C. DESAYUNO				516,05
					% DIST. DESAYUNO				21%
ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75	
CORAZON DE POLLO	100,00	20,50	7,00	1,60	82,00	63,00	6,40	151,40	
ARVEJAS SECAS	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00	
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54	
CEBOLLA	28,00	0,39	0,06	3,16	1,57	0,50	12,66	14,73	
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26	
TOMATE	25,00	0,20	0,05	1,08	0,80	0,45	4,30	5,55	
ACHIOTE MOLIDO	1,50	0,10	0,07	1,17	0,40	0,62	4,69	5,71	
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14	
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00	
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64	
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90	
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62	
LIMON	3,00	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28	
SUBTOTAL			52,58	36,03	234,48	210,32	324,27	937,92	1472,51
					V.C. ALMUERZO				1472,51
					% DIST. ALMUERZO				59%
ARROZ CON LECHE + 02 PANES									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	40,00	3,28	0,20	31,12	13,12	1,80	124,48	139,40	
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36	
AZUCAR RUBIA	32,00	0,00	0,00	31,46	0,00	0,00	125,82	125,82	
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
LECHE EVAPORADA	50,00	3,50	4,05	5,45	14,00	36,45	21,80	72,25	
SUBTOTAL			11,82	4,37	106,31	47,28	39,33	425,22	511,83
					V.C. CENA				511,83
					% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)		74,29	41,75	456,88					
VCT (Kcal.)		297,16	375,71	1827,53					
VCT (%)		12%	15%	73%					
					V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSEJO


Lta. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES · TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 06-20

13/12/2018 - 27/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA								
AVENA	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
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
MORTADELA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,50	15,70	107,63	81,98	141,30	430,50	653,78
				V.C. DESAYUNO				653,78
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MONDONGO DE RES	100,00	16,90	3,50	0,00	67,60	31,50	0,00	99,10
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	20,00	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
CEBOLLA	12,00	0,17	0,02	1,36	0,67	0,22	5,42	6,31
CHOCLO DESGRANADO	20,00	0,76	0,20	5,86	3,04	1,80	23,44	28,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	190,00	3,99	0,19	42,37	15,96	1,71	169,48	187,15
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
AZUCAR RUBIA	42,00	0,00	0,00	41,29	0,00	0,00	165,14	165,14
ACEITE VEGETAL	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		37,48	25,47	240,60	149,92	229,22	962,42	1341,56
				V.C. ALMUERZO				1341,56
				% DIST. ALMUERZO				54%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO CORAZON DE POLLO CON PAPAS + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
CORAZON DE POLLO	60,00	12,30	4,20	0,96	49,20	37,80	3,84	90,84
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	4,00	0,00	0,00	3,93	0,00	0,00	15,73	15,73
ACEITE VEGETAL	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
SUBTOTAL		20,92	7,78	87,67	83,67	70,00	350,69	504,37
				V.C. CENA				504,37
				% DIST. ALMUERZO				20%
	VCT (Gr.)	78,89	48,95	435,90				
	VCT (Kcal.)	315,57	440,52	1743,61				
	VCT (%)	13%	18%	70%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergara
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

MENU N° 07-21

14/12/2018 - 28/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA								
DESAYUNO :								
ACEITUNA	30,00	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,760	96,39
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,300	98,30
SUBTOTAL		16,55	19,94	97,81	66,20	179,42	391,24	636,86
				V.C. DESAYUNO				636,86
				% DIST. DESAYUNO				25%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
ARVERJITA PARTIDA	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		66,74	20,05	228,71	266,97	180,45	914,85	1362,27
					V.C. ALMUERZO			1362,27
					% DIST. ALMUERZO			54%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
BOFE DE RES	60,00	8,04	1,32	0,00	32,16	11,88	0,00	44,04
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
CEBOLLA	8,00	0,11	0,02	0,90	0,45	0,14	3,62	4,21
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
AZUCAR RUBIA	12,00	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		16,83	5,93	94,96	67,34	53,33	379,82	500,48
					V.C. CENA			500,48
					% DIST. ALMUERZO			20%
	VCT (Gr.)	100,13	45,91	421,48				
	VCT (Kcal.)	400,50	413,19	1685,91				
	VCT (%)	16%	17%	67%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL COMITADO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

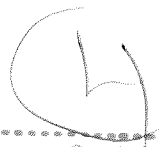
FORMATO - A**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO****MENU N° 08-22**

15/12/2018 - 29/12/2018

	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA + 03 PANES CON QUESO								
DESAYUNO :								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
QUESO	30,00	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,08	51,45
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
SUBTOTAL		15,85	4,72	104,51	63,40	42,48	418,02	523,90
					V.C. DESAYUNO			523,90
					% DIST. DESAYUNO			21%
ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO (PICADILLO) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + IREF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
OLLUCO	140,00	1,54	0,14	20,02	6,16	1,26	80,08	87,50
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CEBOLLA	25,00	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		49,293	31,03	251,18	197,17	279,24	1004,72	1481,14
					V.C. ALMUERZO			1.481,14
					% DIST. ALMUERZO			59%
MAIZENA CON LECHE + 02 PANES								
CENA								
MAIZENA	40,00	0,24	0,08	34,68	0,96	0,72	138,72	140,40
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
CANELA ENTERA	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		10,18	5,87	100,25	40,72	52,83	401,00	494,55
					V.C. CENA			494,55
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	75,32	41,62	455,94					
VCT (Kcal.)	301,29	374,55	1823,74					
VCT (%)	12%	15%	73%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


 Luciano Garcia Idrogo
 REPRESENTANTE DEL COMERCIO


 Lic. Marjith Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 09-23

16/12/2018 - 30/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO								
DESAYUNO :								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
AZUCAR RUBIA	38,00	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,416	149,42
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
MANJAR BLANCO	30,00	2,37	2,76	16,11	9,48	24,84	64,440	98,76
SUBTOTAL		13,26	3,94	128,88	53,02	35,46	515,54	604,02
					V.C. DESAYUNO			604,02
					% DIST. DESAYUNO			24%
TALLARINES ROJOS + GUISO DE RES + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	150,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
RES CON HUESO	150,00	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	38,00	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
AJI AMARILLO	3,00	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	1,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
AZUCAR RUBIA	36,00	0,00	0,00	35,39	0,00	0,00	141,55	141,55
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		53,33	28,48	229,59	213,32	256,35	918,36	1388,03
					V.C. ALMUERZO			1388,03
					% DIST. ALMUERZO			55%
ARROZ GRANEADO + GUISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACEITE VEGETAL	2,00	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	3,00	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		25,69	12,67	73,75	102,76	114,03	295,00	511,79
					V.C. CENA			511,79
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	92,28	45,09	432,22					
VCT (Kcal.)	369,10	405,84	1728,89					
VCT (%)	15%	16%	69%					
					V.C.T. MENU			2504

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 10-24

17/12/2018 - 31/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA								
DESAYUNO :								
KIWICHA	25,00	3,38	1,78	16,13	13,50	15,98	64,50	93,98
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
JAMONADA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,55	16,48	105,75	82,18	148,28	423,00	653,46
				V.C. DESAYUNO				653,46
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
BOFE DE RES	100,00	13,40	2,20	0,00	53,60	19,80	0,00	73,40
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	20,00	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
ZANAHORIA	10,00	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
TOMATE	10,00	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CHOCLO DESGRANADO	18,00	0,68	0,18	5,27	2,74	1,62	21,10	25,45
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		34,12	29,13	234,80	136,47	262,19	939,20	1337,85
				V.C. ALMUERZO				1337,85
				% DIST. ALMUERZO				54%
AGUADITO DE POLLO								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	50,00	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PAPA BLANCA	70,00	1,47	0,07	15,61	5,88	0,63	62,44	68,95
ARVEJAS FRESCAS	15,00	1,07	0,09	2,82	4,26	0,81	11,28	16,35
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	10,00	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
SUBTOTAL		24,96	14,71	69,00	99,82	132,39	276,00	508,21
				V.C. CENA				508,21
				% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)		79,62	60,32	409,55				
VCT (Kcal.)		318,47	542,85	1638,20				
VCT (%)		13%	22%	66%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launano Garcia Ibarra
REPRESENTANTE DEL COMITÉ

Lic. Marjith Alvarado Vergara
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 11-25

18/12/2018 - 01/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA								
DESAYUNO :								
SOYA	25,00	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,70	106,43
MARGARINA	20,00	0,12	16,20	0,06	0,48	145,80	0,24	146,52
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		14,73	21,11	90,98	58,92	189,95	363,92	612,79
					V.C. DESAYUNO			612,79
					% DIST. DESAYUNO			25%
ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PAVITA	160,00	32,16	32,32	0,00	128,64	290,88	0,00	419,52
LENTEJAS GRANDES	80,00	18,56	0,88	48,80	74,24	7,92	195,20	277,36
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
COL SILVESTRE	35,00	0,88	0,21	4,24	3,50	1,89	16,94	22,33
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
ACEITE VEGETAL	6,00	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
LIMON	3,00	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28
SUBTOTAL		64,97	40,56	213,98	259,88	365,08	855,93	1480,89
					V.C. ALMUERZO			1480,89
					% DIST. ALMUERZO			59%
SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO								
CENA								
TRIGO	40,00	3,44	0,60	29,48	13,76	5,40	117,92	137,08
RES CON HUESO	100,00	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
ZAPALLO	15,00	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
APIO	20,00	0,14	0,04	0,96	0,56	0,36	3,84	4,76
PORO	15,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
CULANTRO	2,00	0,07	0,03	0,14	0,26	0,23	0,56	1,06
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PAPA BLANCA	100,00	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
SUBTOTAL		27,68	7,62	56,82	110,70	68,54	227,28	406,53
					V.C. CENA			406,53
					% DIST. ALMUERZO			16%
	VCT (Gr.)	107,38	69,29	361,78				
	VCT (Kcal.)	429,50	623,57	1447,13				
	VCT (%)	17%	25%	58%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launiano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 12-26

19/12/2018 - 02/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA								
DESAYUNO :								
CHUFLA	25,00	2,25	1,13	18,45	9,00	10,13	73,80	92,93
MERMELADA	20,00	0,08	0,04	11,72	0,32	0,36	46,88	47,56
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	29,00	0,00	0,00	28,51	0,00	0,00	114,03	114,03
SUBTOTAL		9,89	1,35	116,10	39,56	12,11	464,39	516,05
				V.C. DESAYUNO				516,05
				% DIST. DESAYUNO				21%
ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF.								
(SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CORAZON DE POLLO	100,00	20,50	7,00	1,60	82,00	63,00	6,40	151,40
ARVEJAS SECAS	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
CEBOLLA	28,00	0,39	0,06	3,16	1,57	0,50	12,66	14,73
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	25,00	0,20	0,05	1,08	0,80	0,45	4,30	5,55
ACHIOTE MOLIDO	1,50	0,10	0,07	1,17	0,40	0,62	4,69	5,71
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
LIMON	3,00	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28
SUBTOTAL		52,58	36,03	234,48	210,32	324,27	937,92	1472,51
				V.C. ALMUERZO				1472,51
				% DIST. ALMUERZO				59%
ARROZ CON LECHE + 02 PANES								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	40,00	3,28	0,20	31,12	13,12	1,80	124,48	139,40
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
AZUCAR RUBIA	32,00	0,00	0,00	31,46	0,00	0,00	125,82	125,82
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LECHE EVAPORADA	50,00	3,50	4,05	5,45	14,00	36,45	21,80	72,25
SUBTOTAL		11,82	4,37	106,31	47,28	39,33	425,22	511,83
				V.C. CENA				511,83
				% DIST. ALMUERZO				20%
	VCT (Gr.)	74,29	41,75	456,88				
	VCT (Kcal.)	297,16	375,71	1827,53				
	VCT (%)	12%	15%	73%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Llc. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 13-27

20/12/2018 - 03/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA								
DESAYUNO :								
AVENA	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
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
MORTADELA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,50	15,70	107,63	81,98	141,30	430,50	653,78
				V.C. DESAYUNO				653,78
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MONDONGO DE RES	100,00	16,90	3,50	0,00	67,60	31,50	0,00	99,10
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	20,00	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
CEBOLLA	12,00	0,17	0,02	1,36	0,67	0,22	5,42	6,31
CHOCLO DESGRANADO	20,00	0,76	0,20	5,86	3,04	1,80	23,44	28,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	190,00	3,99	0,19	42,37	15,96	1,71	169,48	187,15
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
AZUCAR RUBIA	42,00	0,00	0,00	41,29	0,00	0,00	165,14	165,14
ACEITE VEGETAL	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		37,48	25,47	240,60	149,92	229,22	962,42	1341,56
				V.C. ALMUERZO				1341,56
				% DIST. ALMUERZO				54%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO CORAZON DE POLLO CON PAPAS + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
CORAZON DE POLLO	60,00	12,30	4,20	0,96	49,20	37,80	3,84	90,84
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	4,00	0,00	0,00	3,93	0,00	0,00	15,73	15,73
ACEITE VEGETAL	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
SUBTOTAL		20,92	7,78	87,67	83,67	70,00	350,69	504,37
				V.C. CENA				504,37
				% DIST. ALMUERZO				20%
	VCT (Gr.)	78,89	48,95	435,90				
	VCT (Kcal.)	315,57	440,52	1743,61				
	VCT (%)	13%	18%	70%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergara
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE TRUJILLO VARONES - TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 14-20

21/12/2018 - 04/01/2019

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA								
ACEITUNA	30,00	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,760	96,39
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,300	98,30
SUBTOTAL		16,55	19,94	97,81	66,20	179,42	391,24	636,86
				V.C. DESAYUNO				636,86
				% DIST. DESAYUNO				25%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
ARVERJITA PARTIDA	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		66,74	20,05	228,71	266,97	180,45	914,85	1362,27
				V.C. ALMUERZO				1362,27
				% DIST. ALMUERZO				54%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
BOFE DE RES	60,00	8,04	1,32	0,00	32,16	11,88	0,00	44,04
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
CEBOLLA	8,00	0,11	0,02	0,90	0,45	0,14	3,62	4,21
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
AZUCAR RUBIA	12,00	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		16,83	5,93	94,96	67,34	53,33	379,82	500,48
				V.C. CENA				500,48
				% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)	100,13	45,91	421,48					
VCT (Kcal.)	400,50	413,19	1685,91					
VCT (%)	16%	17%	67%					
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

**RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA NIÑOS DEL E.P. TRUJILLO VARONES , TRUJILLO MUJERES Y
PACASMAYO
DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019**

MENUES CON APORTE MINIMO DE 750 KILOCALORIAS POR DIA

Nº	FECHA	DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
1	SABADO	SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO	LECHE	ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	08/12/2018					
2	DOMINGO	LECHE + 01 PAN CON POLLO	PLATANO DE LA ISLA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAIZENA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION
	09/12/2018					
3	LUNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHA + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	10/12/2018					
4	MARTES	LECHE CON QUINUA + 01 PAN CON ATUN	MANGO CON LECHE	ARROZ GRANEADO + HIGADO FRITO + PURE DE ESPINACA + ENSALADA + INFUSION	COMPOTA DE MANZANA	SOPA DE SEMOLA + POLLO + INFUSION
	11/12/2018					
5	MIÉRCOLES	LECHE + 01 PAN CON HUEVO DURO	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	PIÑA EN ALMIBAR	AGUADITO CON MENUDENCIA DE POLLO + INFUSION
	12/12/2018					
6	JUEVES	KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	SOPA A LA MINUTA CON POLLO + INFUSION
	13/12/2018					
7	VIERNES	LECHE CON AVENA + 01 PAN CON MANJAR BLANCO	PAPAYA PICADA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE AVENA + POLLO + INFUSION
	14/12/2018					
8	SÁBADO	SOYA + 01 PAN CON JAMONADA	LECHE	ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO + MENESTRA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	15/12/2018					
9	DOMINGO	LECHE + 01 PAN CON PALTA	PLATANO DE SEDA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA GUISADA CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	SOPA DE SEMOLA + CARNE DE RES + INFUSION
	16/12/2018					
10	LUNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	17/12/2018					
11	MARTES	LECHE + 01 PAN CON PESCADO FRITO	COMPOTA DE MANZANA	ARROZ GRANEADO + CERDO A LA PARRILLA + CAMOTE + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	SOPA DE TRIGO + POLLO + INFUSION
	18/12/2018					
12	MIÉRCOLES	QUINUA CON LECHE + 01 PAN HOT DOG	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + PURE DE ZAPALLO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	ARROZ GRANEADO + LOCRE DE POLLO + INFUSION
	19/12/2018					
13	JUEVES	KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	ARROZ GRANEADO + PESCADO A LA PLANCHA CON YUCA + INFUSION
	20/12/2018					
14	VIERNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON MERMELADA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE FIDEO + POLLO + INFUSION
	21/12/2018					
15	SÁBADO	SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO	LECHE	ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	22/12/2018					

CONTRATISTA

Lauriano García Ibarra
REPRESENTANTE DEL CONVOCADO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado-Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

**RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA NIÑOS DEL E.P. TRUJILLO VARONES , TRUJILLO MUJERES Y
PACASMAYO
DEL 08 DE DICIEMBRE DE 2018 AL 07 DE ENERO DE 2019**

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 750 KILOCALORIAS POR DIA

Nº	FECHA	DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
16	DOMINGO	LECHE + 01 PAN CON POLLO	PLATANO DE LA ISLA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAIZENA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION
	23/12/2018					
17	LUNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHA + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	24/12/2018					
18	MARTES	LECHE CON QUINUA + 01 PAN CON ATUN	MANGO CON LECHE	ARROZ GRANEADO + HIGADO FRITO + PURE DE ESPINACA + ENSALADA + INFUSION	COMPOTA DE MANZANA	SOPA DE SEMOLA + POLLO + INFUSION
	25/12/2018					
19	MIÉRCOLES	LECHE + 01 PAN CON HUEVO DURO	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	PIÑA EN ALMIBAR	AGUADITO CON MENUDENCIA DE POLLO + INFUSION
	26/12/2018					
20	JUEVES	KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	SOPA A LA MINUTA CON POLLO + INFUSION
	27/12/2018					
21	VIERNES	LECHE CON AVENA + 01 PAN CON MANJAR BLANCO	PAPAYA PICADA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE AVENA + POLLO + INFUSION
	28/12/2018					
22	SÁBADO	SOYA + 01 PAN CON JAMONADA	LECHE	ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO + MENESTRA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	29/12/2018					
23	DOMINGO	LECHE + 01 PAN CON PALTA	PLATANO DE SEDA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA GUISADA CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	SOPA DE SEMOLA + CARNE DE RES + INFUSION
	30/12/2018					
24	LUNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	31/12/2018					
25	MARTES	LECHE + 01 PAN CON PESCADO FRITO	COMPOTA DE MANZANA	ARROZ GRANEADO + CERDO A LA PARRILLA + CAMOTE + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	SOPA DE TRIGO + POLLO + INFUSION
	01/01/2019					
26	MIÉRCOLES	QUINUA CON LECHE + 01 PAN HOT DOG	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + PURE DE ZAPALLO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	ARROZ GRANEADO + LOCRO DE POLLO + INFUSION
	02/01/2019					
27	JUEVES	KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	ARROZ GRANEADO + PESCADO A LA PLANCHAS CON YUCA + INFUSION
	03/01/2019					
28	VIERNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON MERMELEDA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE FIDEO + POLLO + INFUSION
	04/01/2019					
29	SÁBADO	SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO	LECHE	ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	05/01/2019					
30	DOMINGO	LECHE + 01 PAN CON POLLO	PLATANO DE LA ISLA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAIZENA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION
	06/01/2019					
31	LUNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHA + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	07/01/2019					

CONTRATISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lic. Marjeth Alvarado Vergaray

NUTRICIONISTA

CNP : 4483

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 01-15-29

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO									
DESAYUNO :									
SOYA	20,00	80,20	5,64	3,78	7,14	22,56	34,02	28,56	85,14
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
HUEVOS ROSADOS	50,00	0,00	6,75	4,20	0,95	27,00	37,80	3,80	68,60
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
SUBTOTAL		225,10	14,91	8,04	41,98	59,64	72,36	167,9	299,90
VCT DES.:						300			TOTAL 20%

MEDIA MAÑANA : LECHE									
LECHE EVAPORADA	80,00	114,40	5,60	6,48	8,72	22,40	58,32	34,88	115,60
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		133,60	5,60	6,48	13,64	22,40	58,32	54,54	135,26
VCT DES.:						135			TOTAL 9%

ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
POLLO	120,00	183,60	21,84	12,24	0,00	87,36	110,16	0,00	197,52
FREJOL CANARIO	25,00	84,75	5,48	0,53	15,05	21,90	4,73	60,20	86,83
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		604,81	31,75	21,08	75,95	126,98	189,68	303,80	620,46
VCT ALM.:						620			TOTAL 41%

MEDIA TARDE : MAZAMORRA MORADA									
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
MAIZ MORADO	20,00	71,40	1,46	0,68	15,24	5,84	6,12	60,96	72,92
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	3,00	0,00	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		141,60	1,58	0,72	35,53	6,32	6,48	142,12	154,92
VCT DES.:						155			TOTAL 10%

CENA LECHE EVAPORADA + 01 PAN									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
AZUCAR REFINADA	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		296,77	11,27	10,19	40,629	45,08	91,665	162,52	299,26
VCT CEN.:						299			TOTAL 20%

TOTAL (g)	65,11	46,50	207,72
VCT (Kcal.)	260,4	418,5	830,87
TOTAL %	17%	28%	55%

TOTAL VCT MENU:	1510	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA

Lauriano Garcia Idago
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 02-16-30

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
LECHE + 01 PAN CON POLLO									
DESAYUNO :									
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
POLLO	30,00	0,00	5,46	3,06	0,00	21,84	27,54	0,00	49,38
AZUCAR REFINADA	5,00	0,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		230,30	14,98	11,22	34,96	59,92	100,98	139,82	300,72
VCT DES.:						301		TOTAL	20%

MEDIA MAÑANA : PLATANO DE LA ISLA PICADO									
PLATANO DE SEDA	150,00	84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
						VCT DES.:	139		TOTAL 9%

ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO CON PAPA + ENSALADA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
CARNE DE GALLINA	120,00	129,60	24,72	4,32	0,00	98,88	38,88	0,00	137,76
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
LIMON	1,00	0,15	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
SILLAO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
PAPA AMARILLA	40,00	39,14	0,80	0,16	9,32	3,20	1,44	37,28	41,92
AZUCAR REFINADA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		579,39	30,81	14,84	83,362	123,22	133,58	333,45	590,25
						VCT ALM.:	590		TOTAL 39%

MEDIA TARDE: MAIZENA CON LECHE									
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		181,82	5,02	5,71	27,92	20,08	51,39	111,68	183,15
						VCT DES.:	183		TOTAL 12%

ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
HUEVOS ROSADOS	50,00	59,93	6,75	4,20	0,95	27,00	37,80	3,80	68,60
ESPINACA	10,00	2,24	0,19	0,06	0,63	0,76	0,54	2,52	3,82
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		289,27	11,12	7,53	45,825	44,48	67,77	183,30	295,55
						VCT CEN.:	296		TOTAL 20%

TOTAL (g)	64,18	39,75	223,56
VCT (Kcal.)	256,7	357,8	894,2
TOTAL %	17%	24%	59%

TOTAL VCT MENU: 1509 100%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 03-17-31

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA									
DESAYUNO :									
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	0,00	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
ACEITUNA	25,00	0,00	0,20	8,03	1,83	0,80	72,23	7,30	80,33
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		181,02	10,28	14,56	45,94	41,12	131,00	183,776	355,89
						VCT DES.:	356	TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : JUGO DE PAPAYA									
PAPAYA	140,00	40,32	0,56	0,14	11,48	2,24	1,26	45,92	49,42
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		117,12	0,56	0,14	31,14	2,24	1,26	124,56	128,06
						VCT DES.:	128	TOTAL	7%
ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHA + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
POLLO	120,00	183,60	21,84	12,24	0,00	87,36	110,16	0,00	197,52
PAPA BLANCA	35,00	32,25	0,74	0,04	7,81	2,94	0,32	31,22	34,48
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
AZUCAR REFINADA	28,00	107,52	0,00	0,00	27,52	0,00	0,00	110,10	110,10
LIMON	5,00	0,77	0,03	0,01	0,49	0,10	0,09	1,94	2,13
SUBTOTAL		725,77	27,85	32,65	84,834	111,40	293,81	339,34	744,54
						VCT ALM.:	745	TOTAL	43%
MEDIA TARDE : MANZANA PICADA EN ALMIBAR									
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,60	90,75
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		149,70	0,45	0,15	41,56	1,80	1,35	166,24	169,39
						VCT DES.:	169	TOTAL	10%
CENA LECHE EVAPORADA									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		342,85	11,27	10,19	52,425	45,08	91,665	209,70	346,45
						VCT CEN.:	346	TOTAL	20%
TOTAL (g) 50,41 57,68 255,90									
VCT (Kcal.) 201,6 519,1 1.023,61									
TOTAL % 12% 30% 59%									
						TOTAL VCT MENU:	1744		100%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Launano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 04-18

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : LECHE CON QUINUA + 01 PAN CON ATÚN									
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
QUINUA	20,00	74,80	2,72	1,16	13,26	10,88	10,44	53,04	74,36
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
ATUN	20,00	0,00	4,84	4,10	0,00	19,36	36,90	0,00	56,26
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		281,40	14,98	10,99	44,95	59,92	98,91	179,78	338,61
VCT DES.:						338,61		TOTAL	20%

MEDIA MAÑANA : MANGO CON LECHE									
MANGO	140,00	69,72	0,56	0,28	22,26	2,24	2,52	89,04	93,80
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
AZUCAR REFINADA	4,00	15,36	0,00	0,00	3,93	0,00	0,00	15,73	15,73
SUBTOTAL		185,18	5,46	5,95	33,82	21,84	53,55	135,29	210,68
						VCT DES.:	210,68	TOTAL	12%

ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + HIGADO FRITO + CON PURE DE ESPINACA + ENSALADA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
HIGADO DE RES	80,00	101,60	16,00	3,68	0,00	64,00	33,12	0,00	97,12
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
PAPA BLANCA	25,00	23,04	0,53	0,03	5,58	2,10	0,23	22,30	24,63
TOMATE	20,00	3,76	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
ESPINACA	20,00	4,48	0,38	0,12	1,26	1,52	1,08	5,04	7,64
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		610,70	22,27	24,21	76,295	89,06	217,85	305,18	612,09
						VCT ALM.:	612,09	TOTAL	36%

MEDIA TARDE : COMPOTA DE MANZANA									
MANZANA	140,00	68,04	0,42	0,14	20,44	1,68	1,26	81,76	84,70
MAIZENA	22,00	77,22	0,13	0,04	19,07	0,53	0,40	76,30	77,22
AZUCAR REFINADA	12,00	0,00	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
SUBTOTAL		145,26	0,55	0,18	51,31	2,21	1,66	205,24	209,10
						VCT DES.:	209,10	TOTAL	12%

CENA SOPA DE SEMOLA + POLLO + INFUSION									
SEMOLA	26,00	94,12	2,03	0,29	20,38	8,11	2,57	81,54	92,22
PORO	10,00	4,00	0,27	0,08	0,76	1,08	0,72	3,04	4,84
PAPA AMARILLA	25,00	24,46	0,50	0,10	5,83	2,00	0,90	23,30	26,20
POLLO	80,00	122,40	14,56	8,16	0,00	58,24	73,44	0,00	131,68
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		321,78	17,36	8,63	46,629	69,43	77,634	186,52	333,58
						VCT CEN.:	333,58	TOTAL	20%

TOTAL (g)	60,62	49,96	253,00
VCT (Kcal.)	242,5	449,6	1.012,0
TOTAL %	14%	26%	59%

TOTAL VCT MENU:	1704	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Ibarro
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 05-19

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : LECHE + 01 PAN CON HUEVO DURO									
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
HUEVOS ROSADOS	50,00	0,00	6,75	4,20	0,95	27,00	37,80	3,80	68,60
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		249,50	16,27	12,36	35,91	65,08	111,24	143,62	319,94
VCT DES.:						319,94		TOTAL	20%

MEDIA MAÑANA : JUGO DE MANGO									
MANGO	150,00	74,70	0,60	0,30	23,85	2,40	2,70	95,40	100,60
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		93,90	0,60	0,30	28,77	2,40	2,70	115,06	120,16
VCT DES.:						120,16		TOTAL	8%

ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	7,00	61,88	0,00	7,00	0,00	0,00	63,00	0,00	63,00
PESCADO	80,00	92,88	17,28	3,12	0,24	69,12	28,08	0,96	98,16
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
TOMATE	20,00	3,76	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
NARANJA DE MESA	50,00	17,10	0,60	0,10	5,45	2,40	0,90	21,80	25,10
AZUCAR REFINADA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ARVERJITA PARTIDA	60,00	210,60	13,02	1,92	36,66	52,08	17,28	146,64	216,00
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		706,44	36,26	12,52	116,73	145,04	112,68	466,90	724,62
VCT ALM.:						724,62		TOTAL	46%

MEDIA TARDE : PIÑA EN ALMIBAR									
PIÑA	140,00	34,05	0,56	0,28	13,72	2,24	2,52	54,88	59,64
AZUCAR REFINADA	12,00	46,08	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
SUBTOTAL		80,13	0,56	0,28	25,52	2,24	2,52	102,06	106,82
VCT DES.:						106,82		TOTAL	7%

CENA AGUADITO CON MENUENCIA DE POLLO + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	20,00	71,80	1,64	0,10	15,56	6,56	0,90	62,24	69,70
PAPA AMARILLA	25,00	24,46	0,50	0,10	5,83	2,00	0,90	23,30	26,20
HIGADO DE POLLO	80,00	125,60	16,40	5,60	1,28	65,60	50,40	5,12	121,12
ZANAHORIA	15,00	5,84	0,09	0,08	1,38	0,36	0,68	5,52	6,56
PORO	15,00	6,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
APIO	15,00	2,99	0,11	0,03	0,72	0,42	0,27	2,88	3,57
ZAPALLO	15,00	3,90	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		317,40	19,25	6,055	46,53	76,98	54,495	186,10	317,58
VCT CEN.:						317,58		TOTAL	20%

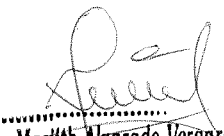
TOTAL (g)	72,94	31,52	253,44
VCT (Kcal.)	291,7	283,6	1.013,7
TOTAL %	18%	18%	64%

TOTAL VCT MENU:	1589	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lc. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

L3

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 06-20

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO									
DESAYUNO :									
KIWICHA	20,00	75,40	2,70	1,42	12,90	10,80	12,78	51,60	75,18
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
QUESO	20,00	0,00	3,26	2,06	0,68	13,04	18,54	2,72	34,30
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		282,00	13,38	9,21	45,27	53,52	82,89	181,06	317,47
VCT DES.:						317	TOTAL	20%	

MEDIA MAÑANA : FRESA CON LECHE									
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
FRESAS	140,00	57,40	0,98	1,12	12,46	3,92	10,08	49,84	63,84
AZUCAR REFINADA	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		282,00	5,88	6,79	27,95	23,52	61,11	111,82	196,45
						VCT DES.:	196	TOTAL	12%

ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
CARNE DE RES	70,00	66,15	14,91	1,12	0,00	59,64	10,08	0,00	69,72
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
LENTEJAS SECAS	60,00	203,40	13,56	0,60	36,60	54,24	5,40	146,40	206,04
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		658,07	33,72	14,08	100,37	134,88	126,72	401,46	663,06
						VCT ALM.:	663	TOTAL	41%

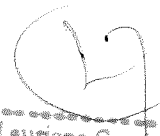
MEDIA TARDE : MANZANA EN ALMIBAR									
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,60	90,75
AZUCAR REFINADA	5,00	0,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		72,90	0,45	0,15	26,82	1,80	1,35	107,26	110,41
						VCT DES.:	110	TOTAL	7%

CENA SOPA A LA MINUTA CON POLLO + INFUSION									
FIDEO	25,00	90,00	2,35	0,05	19,55	9,40	0,45	78,20	88,05
PAPA BLANCA	40,00	36,86	0,84	0,04	8,92	3,36	0,36	35,68	39,40
POLLO	60,00	91,80	10,92	6,12	0,00	43,68	55,08	0,00	98,76
PORO	10,00	4,00	0,27	0,08	0,76	1,08	0,72	3,04	4,84
APIO	10,00	2,00	0,07	0,02	0,48	0,28	0,18	1,92	2,38
ZANAHORIA	10,00	3,90	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		305,35	14,51	6,36	50,29	58,04	57,24	201,16	316,44
						VCT CEN.:	316	TOTAL	20%

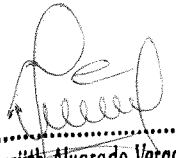
TOTAL (g)	67,94	36,59	250,69
VCT (Kcal.)	271,8	329,3	1.002,76
TOTAL %	17%	20,5%	63%

TOTAL VCT MENU:	1604	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vegeraray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 07-21

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : LECHE CON AVENA+ 01 PAN CON MANJAR BLANCO									
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
MANJAR BLANCO	7,00	22,54	0,55	0,64	3,76	2,21	5,80	15,04	23,04
AZUCAR REFINADA	6,00	23,04	0,00	0,00	5,90	0,00	0,00	23,59	23,59
SUBTOTAL		302,38	10,63	7,17	50,83	42,53	64,57	203,308	310,41
VCT DES.:						310		TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : PAPAYA PICADA									
PAPAYA	140,00	40,32	0,56	0,14	11,48	2,24	1,26	45,92	49,42
AZUCAR REFINADA	14,00	53,76	0,00	0,00	13,76	0,00	0,00	55,05	55,05
SUBTOTAL		94,08	0,56	0,14	25,24	2,24	1,26	100,97	104,47
VCT DES.:						104		TOTAL	7%
ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA + LIMONADA									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
ACEITE VEGETAL	2,00	17,68	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
PAVITA	120,00	289,44	24,12	24,24	0,00	96,48	218,16	0,00	314,64
LENTEJAS SECAS	60,00	203,40	13,56	0,60	36,60	54,24	5,40	146,40	206,04
TOMATE	5,00	0,94	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
CEBOLLA	5,00	2,21	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
SUBTOTAL		704,99	41,9	27,11	79,423	167,60	244,03	317,69	729,32
VCT ALM.:						729		TOTAL	46%
MEDIA TARDE : PLATANO DE SEDA									
PLATANO DE SEDA	140,00	79,02	2,10	0,42	29,40	8,40	3,78	117,60	129,78
SUBTOTAL		79,02	2,10	0,42	29,40	8,40	3,78	117,60	129,78
VCT DES.:						130		TOTAL	8%
CENA SOPA DE AVENA + POLLO + INFUSION									
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
POLLO	80,00	122,40	14,56	8,16	0,00	58,24	73,44	0,00	131,68
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
HIERBA LUISA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		293,60	17,22	13,96	29,145	68,88	125,64	116,58	311,10
VCT CEN.:						311		TOTAL	20%
TOTAL (g) 72,41 48,81 214,04									
VCT (Kcal.) 289,7 439,3 856,15									
TOTAL % 18% 28% 54%									
TOTAL VCT MENU:						1585		100%	

CONTRATISTA



 Lauriano García Ildrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA



 Lc. Marjith Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

FORMATO - B

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO**

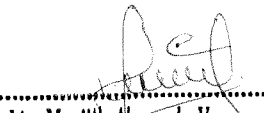
MENU N° 08-22

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : SOYA + 01 PAN CON JAMONADA									
SOYA	20,00	80,20	5,64	3,78	7,14	22,56	34,02	28,56	85,14
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
JAMONADA	20,00	0,00	3,14	5,90	0,00	12,56	53,10	0,00	65,66
AZUCAR REFINADA	12,00	46,08	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
SUBTOTAL		213,58	11,30	9,74	38,08	45,20	87,66	152,304	285,16
						VCT DES.:	285	TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : LECHE									
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
AZUCAR REFINADA	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		173,72	7,00	8,10	18,76	28,00	72,90	75,06	175,96
						VCT DES.:	176	TOTAL	12%
ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO + MENESTRA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
POLLO	80,00	122,40	14,56	8,16	0,00	58,24	73,44	0,00	131,68
FREJOL CANARIO	25,00	84,75	5,48	0,53	15,05	21,90	4,73	60,20	86,83
AZUCAR REFINADA	12,00	46,08	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		519,12	25,18	14,03	75,086	100,70	126,23	300,34	527,27
						VCT ALM.:	527	TOTAL	36%
MEDIA TARDE : MAZAMORRA MORADA									
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
MAIZ MORADO	20,00	71,40	1,46	0,68	15,24	5,84	6,12	60,96	72,92
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	8,00	0,00	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		141,60	1,58	0,72	40,44	6,32	6,48	161,78	174,58
						VCT DES.:	175	TOTAL	12%
CENA LECHE EVAPORADA + 01 PAN									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		285,25	11,27	10,19	37,68	45,08	91,665	150,72	287,47
						VCT CEN.:	287	TOTAL	20%
TOTAL (g) 56,33 42,77 210,05									
VCT (Kcal.) 225,3 384,9 840,20									
TOTAL % 16% 27% 58%									
TOTAL VCT MENU:						1450		100%	

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP: 4483

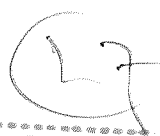
FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 09-23

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : LECHE + 01 PAN CON PALTA									
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
PALTA	25,00	0,00	0,43	3,13	1,40	1,70	28,13	5,60	35,43
AZUCAR REFINADA	5,00	0,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		230,30	9,95	11,29	36,36	39,78	101,57	145,42	286,77
						VCT DES.:	287	TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : PLATANO DE SEDA PICADO									
PLATANO DE SEDA	150,00	84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
						VCT DES.:	139	TOTAL	10%
ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + GALLINA GUISADA CON PAPA + ENSALADA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
CARNE DE GALLINA	120,00	129,60	24,72	4,32	0,00	98,88	38,88	0,00	137,76
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
LIMON	1,00	0,15	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
PAPA AMARILLA	40,00	39,14	0,80	0,16	9,32	3,20	1,44	37,28	41,92
AZUCAR REFINADA	10,00	38,40	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		521,79	30,81	14,84	68,617	123,22	133,58	274,47	531,27
						VCT ALM.:	531	TOTAL	38%
MEDIA TARDE: MAZAMORRA DE NARANJA									
MAIZENA	25,00	87,75	0,15	0,05	21,68	0,60	0,45	86,70	87,75
NARANJA DE MESA	100,00	34,20	1,20	0,20	10,90	4,80	1,80	43,60	50,20
AZUCAR REFINADA	6,00	23,04	0,00	0,00	5,90	0,00	0,00	23,59	23,59
SUBTOTAL		144,99	1,35	0,25	38,47	5,40	2,25	153,89	161,54
						VCT DES.:	162	TOTAL	12%
CENA SOPA DE SEMOLA + CARNE DE RES + INFUSION									
SEMOLA	20,00	72,40	1,56	0,22	15,68	6,24	1,98	62,72	70,94
CARNE DE RES	50,00	47,25	10,65	0,80	0,00	42,60	7,20	0,00	49,80
PAPA AMARILLA	25,00	24,46	0,50	0,10	5,83	2,00	0,90	23,30	26,20
ZAPALLO	10,00	2,60	0,07	0,02	0,64	0,28	0,18	2,56	3,02
ZANAHORIA	10,00	3,90	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
SUBTOTAL		278,93	12,84	9,19	37,81	51,36	82,71	151,24	285,31
						VCT CEN.:	285	TOTAL	20%
TOTAL (g) 57,19 36,02 212,76									
VCT (Kcal.) 228,8 324,2 851,0									
TOTAL % 16% 23% 61%									
						TOTAL VCT MENU:	1404		100%

CONTRATISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

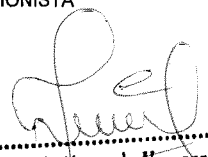
MENU N° 10-24

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA									
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	0,00	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
ACEITUNA	25,00	0,00	0,20	8,03	1,83	0,80	72,23	7,30	80,33
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		181,02	10,28	14,56	45,94	41,12	131,00	183,776	355,89
						VCT DES.:	356	TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : JUGO DE PAPAYA									
PAPAYA	140,00	40,32	0,56	0,14	11,48	2,24	1,26	45,92	49,42
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		117,12	0,56	0,14	31,14	2,24	1,26	124,56	128,06
						VCT DES.:	128	TOTAL	7%
ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
POLLO	120,00	183,60	21,84	12,24	0,00	87,36	110,16	0,00	197,52
LENTEJAS SECAS	60,00	203,40	13,56	0,60	36,60	54,24	5,40	146,40	206,04
TOMATE	20,00	3,76	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
SILLAO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
LIMON	5,00	0,77	0,03	0,01	0,49	0,10	0,09	1,94	2,13
SUBTOTAL		800,15	40,79	23,23	111,46	163,14	209,07	445,84	818,05
						VCT ALM.:	818	TOTAL	46%
MEDIA TARDE : MANZANA PICADA EN ALMIBAR									
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,60	90,75
AZUCAR REFINADA	10,00	38,40	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
SUBTOTAL		111,30	0,45	0,15	31,73	1,80	1,35	126,92	130,07
						VCT DES.:	130	TOTAL	7%
CENA LECHE EVAPORADA									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
AZUCAR REFINADA	22,00	84,48	0,00	0,00	21,63	0,00	0,00	86,50	86,50
SUBTOTAL		350,53	11,27	10,19	54,391	45,08	91,665	217,56	354,31
						VCT CEN.:	354	TOTAL	20%
TOTAL (g) 63,35 48,26 274,67									
VCT (Kcal.) 253,4 434,3 1.098,66									
TOTAL % 14% 24% 62%									
TOTAL VCT MENU:						1786		100%	

CONTRTISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergara
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

08

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 11-25

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : LECHE + 01 PAN CON PESCADO FRITO									
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
PESCADO	50,00	0,00	10,80	1,95	0,15	43,20	17,55	0,60	61,35
AZUCAR REFINADA	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		261,02	20,32	10,11	38,05	81,28	90,99	152,216	324,49
VCT DES.:						324,49		TOTAL	20%

MEDIA MAÑANA : COMPOTA DE MANZANA									
MANZANA	140,00	68,04	0,42	0,14	20,44	1,68	1,26	81,76	84,70
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		157,44	0,54	0,18	42,70	2,16	1,62	170,78	174,56
VCT DES.:						174,56		TOTAL	11%

ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + CERDO A LA PARRILLA + CON CAMOTE + ENSALADA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
CARNE DE CERDO	80,00	142,56	11,52	12,08	0,00	46,08	108,72	0,00	154,80
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CAMOTE	60,00	69,60	0,72	0,12	16,56	2,88	1,08	66,24	70,20
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		599,05	17,38	22,54	84,46	69,52	202,86	337,84	610,22
VCT ALM.:						610,22		TOTAL	38%

MEDIA TARDE : MAZAMORRA MORADA									
MAIZ MORADO	25,00	89,25	1,83	0,85	19,05	7,30	7,65	76,20	91,15
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
AZUCAR REFINADA	5,00	0,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		159,45	1,95	0,89	41,31	7,78	8,01	165,22	181,01
VCT DES.:						181,01		TOTAL	11%

CENA SOPA DE TRIGO + POLLO + INFUSION									
TRIGO	25,00	89,50	2,10	0,35	19,03	8,40	3,15	76,10	87,65
PORO	10,00	4,00	0,27	0,08	0,76	1,08	0,72	3,04	4,84
POLLO	80,00	122,40	14,56	8,16	0,00	58,24	73,44	0,00	131,68
PAPA AMARILLA	25,00	24,46	0,50	0,10	5,83	2,00	0,90	23,30	26,20
AZUCAR REFINADA	18,00	69,12	0,00	0,00	17,69	0,00	0,00	70,78	70,78
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		309,48	17,43	8,69	43,304	69,72	78,21	173,22	321,15
VCT CEN.:						321,15		TOTAL	20%

TOTAL (g)	57,62	42,41	249,82
VCT (Kcal.)	230,5	381,7	999,3
TOTAL %	14%	24%	62%

TOTAL VCT MENÚ:	1611	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 12-26

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
QUINUA CON LECHE + 01 PAN CON HOT DOG									
DESAYUNO :									
QUINUA	20,00	74,80	2,72	1,16	13,26	10,88	10,44	53,04	74,36
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
HOTDOG DE POLLO	20,00	0,00	2,20	6,86	0,00	8,80	61,74	0,00	70,54
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		273,72	12,34	13,75	42,98	49,36	123,75	171,916	345,03
VCT DES.:						345,03		TOTAL	20%

MEDIA MAÑANA : JUGO DE MANGO									
MANGO	140,00	69,72	0,56	0,28	22,26	2,24	2,52	89,04	93,80
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		146,52	0,56	0,28	41,92	2,24	2,52	167,68	172,44
						VCT DES.:	172,44	TOTAL	10%

ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + PURE DE ZAPALLO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
PESCADO	80,00	92,88	17,28	3,12	0,24	69,12	28,08	0,96	98,16
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
TOMATE	20,00	3,76	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
NARANJA DE MESA	50,00	17,10	0,60	0,10	5,45	2,40	0,90	21,80	25,10
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
PAPA AMARILLA	35,00	34,25	0,70	0,14	8,16	2,80	1,26	32,62	36,68
MARGARINA	7,00	50,40	0,04	5,67	0,02	0,17	51,03	0,08	51,28
ZAPALLO	20,00	5,20	0,14	0,04	1,28	0,56	0,36	5,12	6,04
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		623,81	24,12	29,45	69,86	96,49	265,05	279,44	640,98
						VCT ALM.:	640,98	TOTAL	38%

MEDIA TARDE : MAZAMORRA DE NARANJA									
NARANJA DE MESA	140,00	47,88	1,68	0,28	15,26	6,72	2,52	61,04	70,28
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
SUBTOTAL		175,68	1,68	0,28	47,35	6,72	2,52	189,38	198,62
						VCT DES.:	198,62	TOTAL	12%

CENA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE POLLO + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
POLLO	80,00	122,40	14,56	8,16	0,00	58,24	73,44	0,00	131,68
ZAPALLO	30,00	7,80	0,21	0,06	1,92	0,84	0,54	7,68	9,06
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		328,90	18,87	8,47	45,735	75,48	76,23	182,94	334,65
						VCT CEN.:	334,65	TOTAL	20%

TOTAL (g)	57,57	52,23	247,84
VCT (Kcal.)	230,3	470,1	991,4
TOTAL %	14%	28%	59%

TOTAL VCT MENU:	1692	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA



Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lita Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

DOESIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 13-27

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO									
DESAYUNO :									
KIWICHA	20,00	75,40	2,70	1,42	12,90	10,80	12,78	51,60	75,18
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
QUESO	20,00	0,00	3,26	2,06	0,68	13,04	18,54	2,72	34,30
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		282,00	13,38	9,21	45,27	53,52	82,89	181,06	317,47
VCT DES.:						317		TOTAL	21%
MEDIA MAÑANA : FRESA CON LECHE									
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
FRESAS	140,00	57,40	0,98	1,12	12,46	3,92	10,08	49,84	63,84
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		282,00	5,88	6,79	23,04	23,52	61,11	92,16	176,79
VCT DES.:						177		TOTAL	12%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	4,00	35,36	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
CARNE DE RES	70,00	66,15	14,91	1,12	0,00	59,64	10,08	0,00	69,72
CEBOLLA	5,00	2,21	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
TOMATE	5,00	0,94	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
LENTEJAS SECAS	60,00	203,40	13,56	0,60	36,60	54,24	5,40	146,40	206,04
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		542,66	33,5	6,04	88,975	134,00	54,36	355,90	544,26
VCT ALM.:						544		TOTAL	36%
MEDIA TARDE : MANZANA EN ALMIBAR									
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,60	90,75
AZUCAR REFINADA	10,00	0,00	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
SUBTOTAL		72,90	0,45	0,15	31,73	1,80	1,35	126,92	130,07
VCT DES.:						130		TOTAL	9%
ARROZ GRANEADO + PESCADO A LA PLANCHA CON YUCA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
YUCA	25,00	40,50	0,20	0,05	9,83	0,80	0,45	39,30	40,55
PESCADO	60,00	69,66	12,96	2,34	0,18	51,84	21,06	0,72	73,62
TOMATE	5,00	0,94	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	2,21	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACEITE VEGETAL	2,00	17,68	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		329,69	17,37	4,66	54,6	69,48	41,94	218,40	329,82
VCT CEN.:						330		TOTAL	22%
TOTAL (g) 70,58 26,85 243,61									
VCT (Kcal.) 282,3 241,7 974,44									
TOTAL % 19% 16,1% 65%									
TOTAL VCT MENU:						1498		100%	

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

L7
Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE TRUJILLO
MUJERES Y PACASMAYO

MENU N° 14-28

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
AVENA CON LECHE + 01 PAN CON MERMELADA									
DESAYUNO :									
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
MERMELADA	7,00	14,98	0,03	0,01	4,10	0,11	0,13	16,41	16,65
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		290,98	10,11	6,54	50,19	40,43	58,90	200,748	300,08
						VCT DES.:		300	TOTAL 20%
MEDIA MAÑANA : JUGO DE PAPAYA									
PAPAYA	140,00	40,32	0,56	0,14	11,48	2,24	1,26	45,92	49,42
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		117,12	0,56	0,14	31,14	2,24	1,26	124,56	128,06
						VCT DES.:		128	TOTAL 9%
ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + MENESTRA + LIMONADA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
CARNE DE RES	70,00	66,15	14,91	1,12	0,00	59,64	10,08	0,00	69,72
LENTEJAS SECAS	60,00	203,40	13,56	0,60	36,60	54,24	5,40	146,40	206,04
TOMATE	5,00	0,94	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
AZUCAR REFINADA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
CEBOLLA	5,00	2,21	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
SUBTOTAL		619,22	32,69	9,994	101,049	130,76	89,95	404,20	624,90
						VCT ALM.:		625	TOTAL 42%
MEDIA TARDE : PLATANO DE SEDA									
PLATANO DE SEDA	150,00	84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
						VCT DES.:		139	TOTAL 9%
SOPA DE FIDEO + POLLO + INFUSION									
CENA									
FIDEO	20,00	72,00	1,88	0,04	15,64	7,52	0,36	62,56	70,44
PAPA AMARILLA	28,00	27,40	0,56	0,11	6,52	2,24	1,01	26,10	29,34
POLLO	80,00	122,40	14,56	8,16	0,00	58,24	73,44	0,00	131,68
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
HIERBA LUISA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		279,40	17	8,312	36,909	68,00	74,808	147,64	290,44
						VCT CEN.:		290	TOTAL 20%
TOTAL (g)					62,61	25,44	250,79		
VCT (Kcal.)					250,4	229,0	1.003,14		
TOTAL %					17%	15%	68%		
TOTAL VCT MENU:							1483	100%	

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL
ADICIONAL PARA PERSONAL INPE DEL ESTABLECIMIENTO
PENITENCIARIO DE TRUJILLO VARONES , MUJERES Y PACASMAYO
NAVIDAD**

25 DE DICIEMBRE DEL 2018

	PESO BRUTO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
ALIMENTO	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	KCAL
LECHE CON CHOCOLATE + PAVITA AL HORNO + PANETON								
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
COCOA	1,00	0,19	0,17	0,48	0,76	1,54	1,91	4,21
PANETON	80,00	5,44	2,00	55,36	21,76	18,00	221,44	261,20
CARNE DE PAVITA	100,00	20,10	20,20	0,00	80,40	181,80	0,00	262,20
AZUCAR RUBIA	10,00	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
SUBTOTAL		34,48	32,496	79,29	137,92	292,46	317,17	748
					VCT: ADICIONAL			748

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA



.....
Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO



.....
Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL ADICIONAL
PARA PERSONAL INPE DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE
TRUJILLO VARONES , MUJERES Y PACASMAYO**

AÑO NUEVO

01 DE ENERO DEL 2019

	PESO BRUTO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
ALIMENTO	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	KCAL
LECHE CON CHOCOLATE + POLLO AL HORNO + PANETON								
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
COCOA	1,00	0,19	0,17	0,48	0,76	1,54	1,91	4,21
PANETON	80,00	5,44	2,00	55,36	21,76	18,00	221,44	261,20
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
AZUCAR RUBIA	10,00	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
SUBTOTAL		32,58	22,496	79,29	130,32	202,46	317,17	650
					VCT: ADICIONAL			650

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL ADICIONAL
PARA LOS INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE TRUJILLO
VARONES, TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

NAVIDAD

25 DE DICIEMBRE DEL 2018

	PESO BRUTO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
ALIMENTO	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	KCAL
LECHE CON CHOCOLATE + PANETON + POLLO MECHADO								
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
COCOA	1,00	0,19	0,17	0,48	0,76	1,54	1,91	4,21
PANETON	80,00	5,44	2,00	55,36	21,76	18,00	221,44	261,20
POLLO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
AZUCAR RUBIA	5,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		32,58	22,496	74,38	130,32	202,46	297,51	630
					VCT: ADICIONAL			630

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

01

**DOSIFICACIÓN, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL ADICIONAL PARA
LOS INTERNOS (AS) DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE TRUJILLO
VARONES, TRUJILLO MUJERES Y PACASMAYO**

AÑO NUEVO

01 DE ENERO DEL 2019

	PESO BRUTO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
ALIMENTO	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	KCAL
LECHE CON CHOCOLATE + PANETON + POLLO MECHADO								
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
COCOA	1,00	0,19	0,17	0,48	0,76	1,54	1,91	4,21
PANETON	80,00	5,44	2,00	55,36	21,76	18,00	221,44	261,20
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
AZUCAR RUBIA	5,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		32,58	22,496	74,38	130,32	202,46	297,51	630
					VCT: ADICIONAL			630

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA



 Lauriano García Idrigo
 REPRESENTANTE DEL COMITÉ



 Lic. Marjith Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483