

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE PIURA - SULLANA
DEL 21 DE DICIEMBRE 2017 AL 20 DE ENERO DE 2018

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

1	JUEVES 21/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON FRUTA (PLATANO) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE MOLLEJITAS + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION SOPA DE FIDEO CON VERDURAS + RES CON HUESO
2	VIERNES 22/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + ESCABECHE DE PESCADO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO + PAPA EN RODAJAS + INFUSION
3	SÁBADO 23/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA A LA CRIOLLA + ENSALADA FRUTA + INFUSION ARROZ A LA JARDINERA CON RES + INFUSION
4	DOMINGO 24/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLE + 03 PANES CON HOT DOG FRITO ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + PURE DE PAPA + ENSALADA FRUTA + INFUSION SOPA DE SEMOLA CON VERDURAS + RES CON HUESO
5	LUNES 25/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON HUEVO DURO TALLARINES VERDES CON YUCA SANCOCHADA + GUIISO DE RES (PICADO) ENSALADA + FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON BROCOLI + INFUSION
6	MARTES 26/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA FRUTA + INFUSION MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
7	MIÉRCOLES 27/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON FRUTA (PLATANO) ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION SOPA DE TRIGO CON POLLO
8	JUEVES 28/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES + CONSERVA DE PESCADO EN SARZA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS CON VERDURAS + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION CALDO DE FIDEOS CON HUEVOS REVUELTOS
9	VIERNES 29/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE MOLLEJAS CON PAPA + INFUSION
10	SÁBADO 30/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES CON PAPAS + INFUSION
11	DOMINGO 31/12/2017	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLE + 03 PANES CON HOT DOG FRITO ARROZ GRANEADO + POLLO GUISADO + PAPA SANCOCHADA + ENSALADA FRUTA + INFUSION SOPA DE FIDEO CON VERDURAS + MENUDENCIA DE POLLO
12	LUNES 01/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON HUEVO DURO TALLARINES ROJOS + YUCA SANCOCHADA + GUIISO DE RES (PICADO) ENSALADA + FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO CON VERDURAS + INFUSION
13	MARTES 02/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ CHAUFA CON HOT DOG + POLLO (PECHUGA) + ENSALADA + FRUTA + INFUSION ARROZ CON LECHE + 02 PANES
14	MIÉRCOLES 03/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CHICHARRON DE POTA + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION AGUADITO CON POLLO
15	JUEVES 04/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON FRUTA (PLATANO) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE MOLLEJITAS + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION SOPA DE FIDEO CON VERDURAS + RES CON HUESO

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Dr. M. Sergio Antonio Saavedra Cir.
AREA DE NUTRICIÓN
CNR 2066

149

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE PIURA - SULLANA
DEL 21 DE DICIEMBRE 2017 AL 20 DE ENERO DE 2018

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

16	VIERNES 05/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + ESCABECHE DE PESCADO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO + PAPA EN RODAJAS + INFUSION
17	SÁBADO 06/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA A LA CRIOLLA + ENSALADA FRUTA + INFUSION ARROZ A LA JARDINERA CON RES + INFUSION
18	DOMINGO 07/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON HOT DOG FRITO ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + PURE DE PAPA + ENSALADA FRUTA + INFUSION SOPA DE SEMOLA CON VERDURAS + RES CON HUESO
19	LUNES 08/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON HUEVO DURO TALLARINES VERDES CON YUCA SANCOCHADA + GUIZO DE RES (PICADO) ENSALADA + FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON BROCOLI + INFUSION
20	MARTES 09/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA FRUTA + INFUSION MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
21	MIÉRCOLES 10/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON FRUTA (PLATANO) ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION SOPA DE TRIGO CON POLLO
22	JUEVES 11/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES + CONSERVA DE PESCADO EN SARZA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS CON VERDURAS + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION CALDO DE FIDEOS CON HUEVOS REVUELTOS
23	VIERNES 12/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE MOLLEJAS CON PAPA + INFUSION
24	SÁBADO 13/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES CON PAPAS + INFUSION
25	DOMINGO 14/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON HOT DOG FRITO ARROZ GRANEADO + POLLO GUISADO + PAPA SANCOCHADA + ENSALADA FRUTA + INFUSION SOPA DE FIDEO CON VERDURAS + MENUDENCIA DE POLLO
26	LUNES 15/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON HUEVO DURO TALLARINES ROJOS + YUCA SANCOCHADA + GUIZO DE RES (PICADO) ENSALADA + FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO CON VERDURAS + INFUSION
27	MARTES 16/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ CHAUFIA CON HOT DOG + POLLO (PECHUGA) + ENSALADA + FRUTA + INFUSION ARROZ CON LECHE + 02 PANES
28	MIÉRCOLES 17/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CHICHARRON DE POTA + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION AGUADITO CON POLLO
29	JUEVES 18/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON FRUTA (PLATANO) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE MOLLEJITAS + MENESTRA + ENSALADA FRUTA + INFUSION SOPA DE FIDEO CON VERDURAS + RES CON HUESO
30	VIERNES 19/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + ESCABECHE DE PESCADO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO + PAPA EN RODAJAS + INFUSION
31	SÁBADO 20/01/2018	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA A LA CRIOLLA + ENSALADA FRUTA + INFUSION ARROZ A LA JARDINERA CON RES + INFUSION

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Sergio Antonio Saavedra Ciez
 AREA DE NUTRICIÓN
 CNP 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 01-15-29

21/12/2017 - 04/01/2018 - 18/01/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON MACA+ 03 PANES CON FRUTA (PLATANO)								
DESAYUNO :								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
MACA	25,00	2,95	0,40	16,60	11,80	3,60	66,40	81,80
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
SUBTOTAL		16,16	2,48	146,67	64,64	22,32	586,68	673,64
				V.C. DESAYUNO				673,64
				% DIST. DESAYUNO				27%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE MOLLEJITAS + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MOLLEJA	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
AZUCAR RUBIA	24,00	0,00	0,00	23,59	0,00	0,00	94,37	94,37
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
CEBOLLA	30,00	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
PEPINILLOS	10,00	0,05	0,01	0,26	0,20	0,09	1,04	1,33
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
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
ACEITE VEGETAL	18,00	0,00	18,00	0,00	0,00	162,00	0,00	162,00
MENTA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		53,13	28,95	227,66	212,54	260,59	910,64	1383,77
					V.C. ALMUERZO			1383,77
					% DIST. ALMUERZO			55%
SOPA DE FIDEOS CON VERDURAS + RES CON HUESO								
CENA								
RES CON HUESO	100,00	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
FIDEOS SURTIDO	35,00	3,29	0,07	27,37	13,16	0,63	109,48	123,27
PAPA BLANCA	160,00	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
ZANAHORIA	10,00	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
ZAPALLO	15,00	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
PORO	12,00	0,32	0,10	0,91	1,30	0,86	3,65	5,81
APIO	10,00	0,07	0,02	0,48	0,28	0,18	1,92	2,38
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
OREGANO SECO	0,50	0,01	0,00	0,06	0,03	0,02	0,23	0,28
SUBTOTAL		28,52	7,03	66,38	114,07	63,26	265,51	442,84
					V.C. CENA			442,84
					% DIST. ALMUERZO			18%
VCT (Gr.)		97,81	38,46	440,71				
VCT (Kcal.)		391,24	346,16	1762,84				
VCT (%)		16%	14%	71%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. M. Sergio Antonio Saavedra Cleo
AREA DE NUTRICIÓN
CNP. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 02-16-30

22/12/2017 - 05/01/2018 - 19/01/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA								
DESAYUNO :								
ACEITUNA	40,00	0,32	12,84	2,92	1,28	115,56	11,680	128,52
LECHE EVAPORADA	120,00	8,40	9,72	13,08	33,60	87,48	52,320	173,40
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,04
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,300	98,30
SUBTOTAL		16,28	22,74	98,00	65,12	204,66	391,98	661,76
				V.C. DESAYUNO				661,76
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO +ESCABECHE DE PESCADO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
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
CAMOTE	200,00	2,40	0,40	55,20	9,60	3,60	220,80	234,00
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
CEBOLLA	20,00	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
AJI AMARILLO	10,00	0,09	0,07	0,88	0,36	0,63	3,52	4,51
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
PIEMIENTA MOLIDA	1,00	0,03	0,03	0,04	0,04	0,02	2,04	3,00
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	2,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,40	0,40
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	15,00	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMA	150,00	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
SUBTOTAL		50,90	18,24	201,51	203,58	164,16	806,05	1173,79
				V.C. ALMUERZO				1173,79
				% DIST. ALMUERZO				47%
ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO + PAPA EN RODAJAS + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
MOLLEJA	80,00	16,40	5,60	1,28	65,60	50,40	5,12	121,12
SILLAO	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PAPA BLANCA	100,00	2,16	0,16	22,90	9,40	0,00	90,90	98,50
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
CEBOLLA	20,00	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
AZUCAR RUBIA	18,00	0,00	0,00	17,69	0,00	0,00	70,78	70,78
MANZANILLA	10,00	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		26,32	11,23	114,41	105,28	101,07	457,66	664,01
				V.C. CENA				664,01
				% DIST. ALMUERZO				27%
	VCT (Gr.)	93,50	52,21	413,92				
	VCT (Kcal.)	373,98	469,89	1655,68				
	VCT (%)	15%	19%	66%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nat. Sergio Antonio Saavedra Ciez
AREA DE NUTRICION
CNP. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 03-17-31

23/12/2017 - 06/01/2018 - 20/01/2018

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 A LA CRIOLLA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	622,75
BOFE DE RES	120,00	16,08	2,64	0,00	64,32	23,76	0,00	88,08
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	30,00	2,13	0,18	5,64	8,52	1,62	22,56	32,70
ZANAHORIA	15,00	0,09	0,08	1,38	0,36	0,68	5,52	6,56
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,68	3,33
CEBOLLA	15,00	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
CHOCLO DESGRANADO	20,00	0,76	0,20	5,86	3,04	1,80	23,44	28,28
CULANTRO	1,00	0,03	0,01	0,07	0,13	0,12	0,28	0,53
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
HIERBA BUENA	12,00	0,37	0,12	0,84	1,49	1,08	3,36	5,93
COMINO MOLIDO	1,00	0,11	0,12	0,29	0,46	1,12	1,14	2,71
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ACEITE VEGETAL	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	135,00	0,00	135,00
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMA	160,00	0,96	0,64	9,44	3,84	5,76	37,76	47,36
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		37,48	20,02	212,34	149,92	180,16	849,35	1179,44
					V.C. ALMUERZO			1179,44
					% DIST. ALMUERZO			47%
ARROZ GRANEADO A LA JARDINERA CON RES + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	100,00	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
RES SIN HUESO	50,00	10,65	0,80	0,00	42,60	7,20	0,00	49,80
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
CEBOLLA	20,00	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
SUBTOTAL		20,62	11,47	120,46	82,46	103,19	481,82	667,47
					V.C. CENA			667,47
					% DIST. ALMUERZO			27%
VCT (Gr.)	78,64	47,96	438,54					
VCT (Kcal.)	314,56	431,62	1754,17					
VCT (%)	13%	17%	70%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. M.A. Sergio Antonio Saavedra Cile

AREA DE NUTRICION
C.N.P. 2066

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 04-18

2018/03/17 - 07/04/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
CHUFLA + 03 PANES CON HOT DOG FRITO								
DESAYUNO :								
CHUFLA	30,00	2,70	1,35	22,14	10,80	12,15	88,56	111,51
HOTDOG DE POLLO	40,00	4,40	13,72	0,00	17,60	123,48	0,00	141,08
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
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		14,66	20,25	104,14	58,64	182,25	416,54	657,43
					V.C. DESAYUNO			657,43
					% DIST. DESAYUNO			26%
ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + PURE DE PAPA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	622,75
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
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
MARGARINA	6,00	0,04	4,86	0,02	0,11	43,74	0,07	43,96
CEBOLLA	15,00	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
LECHE EVAPORADA	10,00	0,70	0,81	1,09	2,80	7,29	4,36	14,45
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
PEPINILLOS	15,00	0,08	0,02	0,39	0,30	0,14	1,56	2,00
ACEITE VEGETAL	12,00	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
MENTA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SUBTOTAL		49,17	35,50	222,23	196,69	319,46	888,92	1405,07
					V.C. ALMUERZO			1405,07
					% DIST. ALMUERZO			56%
SOPA DE SEMOLA CON VERDURA + RES CON HUESO								
CENA								
SEMOLA	40,00	3,12	0,44	31,36	12,48	3,96	120,44	141,88
RES CON HUESO	100,00	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
PORO	15,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
APIO	15,00	0,11	0,03	0,72	0,42	0,27	2,88	3,57
OREGANO SECO	1,00	0,02	0,01	0,11	0,06	0,05	0,45	0,56
ZANAHORIA	10,00	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
ZAPALLO	10,00	0,07	0,02	0,64	0,28	0,18	2,56	3,02
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
SAZONADOR BLANCO	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		28,86	2,45	75,03	115,42	22,01	300,13	437,56
					V.C. CENA			437,56
					% DIST. ALMUERZO			18%
VCT (Gr.)	92,69	58,19	401,40					
VCT (Kcal.)	370,76	523,71	1605,59					
VCT (%)	15%	21%	64%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Dr. N.A. Sergio Antonio Saavedra Cte
AREA DE NUTRICION
CNP. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 05-19

25/12/2017 - 08/01/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVIENA + 03 PANES CON HUEVO DURO								
DESAYUNO :								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,300	98,30
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
HUEVOS	60,00	8,10	5,04	1,14	32,40	45,36	4,560	82,32
SUBTOTAL		18,99	6,22	101,14	75,94	55,98	404,54	536,46
					V.C. DESAYUNO			536,46
					% DIST. DESAYUNO			21%
TALLARINES VERDES + YUCA SANCOCHADA + GUIISO DE RES (PICADO) + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	170,00	16,15	0,17	118,32	64,60	1,53	473,28	539,41
RES SIN HUESO	100,00	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
YUCA	200,00	1,60	0,40	78,60	6,40	3,60	314,40	324,40
ACEITE VEGETAL	16,00	0,00	16,00	0,00	0,00	144,00	0,00	144,00
ALBAHACA ENTERA	20,00	0,58	0,24	1,46	2,32	2,16	5,84	10,32
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,12	0,01	0,01	0,75	0,83
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	30,00	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
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	2,00	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	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
LIMA	160,00	0,96	0,64	9,44	3,84	5,76	37,76	47,36
SUBTOTAL		41,63	19,32	239,61	166,53	173,89	958,42	1298,85
					V.C. ALMUERZO			1.298,85
					% DIST. ALMUERZO			52%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON BROCOLI + 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
PIMIENTO MORRON	8,00	0,12	0,04	0,62	0,48	0,36	2,46	3,30
CEBOLLA	10,00	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
ACEITE VEGETAL	8,00	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
BROCOLI	15,00	0,74	0,14	0,86	2,94	1,22	3,42	7,58
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		26,58	18,85	97,20	106,30	169,61	388,78	664,69
					V.C. CENA			664,69
					% DIST. ALMUERZO			27%
VCT (Gr.)	87,19	44,39	437,94					
VCT (Kcal.)	348,77	399,47	1761,75					
VCT (%)	14%	16%	70%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. A. Sergio Antonio Saavedra Ciez
AREA DE NUTRICION
C.N.P. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 06-20

26/12/2017 - 09/01/2018

ALIMENTO	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
MACA	25,00	2,95	0,40	16,60	11,80	3,60	66,40	81,80
QUESO	40,00	6,52	4,12	1,36	26,08	37,08	5,44	68,60
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		20,43	6,15	121,45	81,72	55,35	485,78	622,85
					V.C. DESAYUNO			622,85
					% DIST. DESAYUNO			25%
ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
OLLUCO	120,00	1,32	0,12	17,16	5,28	1,08	68,64	75,00
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
CEBOLLA CHINA	20,00	0,46	0,08	1,50	1,84	0,72	6,00	8,66
CEBOLLA	28,00	0,39	0,06	3,16	1,57	0,50	12,66	14,73
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
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
SILLAO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	2,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,40	0,40
ACEITE VEGETAL	21,00	0,00	21,00	0,00	0,00	189,00	0,00	189,00
MENTA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PLATANO DE SEDA	160,00	2,40	0,48	33,60	9,60	4,32	134,40	148,32
SUBTOTAL		39,186	33,01	253,80	156,74	297,09	1015,21	1469,05
					V.C. ALMUERZO			1.469,05
					% 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
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	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		5,28	0,20	97,54	21,12	1,80	390,14	413,06
					V.C. CENA			413,06
					% DIST. ALMUERZO			16%
VCT (Gr.)	64,90	39,36	472,78					
VCT (Kcal.)	259,58	354,24	1891,13					
VCT' (%)	10%	14%	75%					
					V.C.T. MENU			2505

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. M.C. Sergio Antonio Saavedra Ciez
AREA DE NUTRICIÓN
C.R.P. 2065

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 07-21

27/12/2017 - 10/01/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE DE SOYA + 03 PANES CON FRUTA (PLATANO)								
DESAYUNO :								
SOYA	30,00	3,46	5,67	10,71	22,81	51,03	49,81	127,71
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,21	1,62	229,68	261,51
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		18,27	6,30	124,21	73,08	56,70	496,82	626,60
					V.C. DESAYUNO			626,60
					% DIST. DESAYUNO			25%
ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
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 SECAS	80,00	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
CEBOLLA	30,00	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	20,00	0,24	0,06	1,20	0,06	0,54	5,16	6,66
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SUBTOTAL		64,17	39,35	208,60	256,69	354,18	834,40	1445,27
					V.C. ALMUERZO			1445,27
					% DIST. ALMUERZO			58%
SOPA DE TRIGO CON POLLO								
CENA								
TRIGO	40,00	3,44	0,60	29,48	13,76	5,40	117,92	137,08
POLLO	60,00	10,92	6,12	0,00	43,68	55,08	0,00	98,76
ZAPALLO	10,00	0,07	0,02	0,64	0,28	0,18	2,56	3,02
APIO	20,00	0,14	0,04	0,96	0,56	0,36	3,84	4,76
PORO	18,00	0,49	0,14	1,37	1,94	1,30	5,47	8,71
CULANTRO	10,00	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
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	120,00	2,52	0,12	26,76	10,08	1,08	107,04	118,20
SUBTOTAL		18,03	12,27	61,75	72,10	110,47	246,99	429,56
					V.C. CENA			429,56
					% DIST. ALMUERZO			17%
VCT (Gr.)		100,47	57,93	394,55				
VCT (Kcal.)		401,88	521,34	1578,22				
VCT (%)		16%	21%	63%				
					V.C.T. MENU			2501

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lt. A. Sergio Antonio Saavedra Ciez
APCA DE NUTRICIÓN
CAR. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 08-22

28/12/2017 - 11/01/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON MACA+ 03 PANES + CONSERVA DE PESCADO EN SARZA								
DESAYUNO :								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
MACA	25,00	2,35	0,30	16,60	11,60	3,60	69,10	81,50
ATUN	30,00	7,26	6,15	0,00	29,04	55,35	0,00	84,39
CEBOLLA	20,00	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
LIMON	0,50	0,00	0,00	0,05	0,01	0,01	0,19	0,21
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
SUBTOTAL		21,45	8,22	117,48	85,81	73,99	469,91	629,71
					V.C. DESAYUNO			629,71
					% DIST. DESAYUNO			95%
ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS CON VERDURA + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MOLLEJA	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
AZUCAR RUBIA	28,00	0,00	0,00	27,52	0,00	0,00	110,10	110,10
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
BROCOLI	20,00	0,98	0,18	1,14	3,92	1,62	4,56	10,10
CEBOLLA	25,00	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
PEPINILLOS	10,00	0,05	0,01	0,26	0,20	0,09	1,04	1,33
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SILLAO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	22,00	0,00	22,00	0,00	0,00	155,00	0,00	155,00
MENTA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		54,04	33,12	232,12	216,18	298,12	928,47	1442,76
					V.C. ALMUERZO			1442,76
					% DIST. ALMUERZO			58%
CALDO DE FIDEOS + CON HUEVOS REVUELTOS								
CENA								
FIDEOS SURTIDO	40,00	3,76	0,08	31,28	15,04	0,72	125,12	140,88
HUEVOS	35,00	4,73	2,94	0,67	18,90	26,46	2,66	48,02
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
ZANAHORIA	10,00	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
ZAPALLO	15,00	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
PORO	10,00	0,27	0,08	0,76	1,08	0,72	3,04	4,84
APIO	10,00	0,07	0,02	0,48	0,28	0,18	1,92	2,38
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
OREGANO SECO	0,50	0,01	0,00	0,06	0,03	0,02	0,23	0,28
SUBTOTAL		12,78	8,38	75,26	51,11	75,44	301,05	427,60
					V.C. CENA			427,60
					% DIST. ALMUERZO			17%
VCT (Gr.)		88,27	49,73	424,86				
VCT (Kcal.)		353,10	447,55	1699,43				
VCT (%)		14%	18%	68%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. M.A. Sergio Antonio Saavedra Cid
AREA DE NUTRICION
C.N.P. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 09-23

29/12/2017 - 12/01/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA								
DESAYUNO :								
ACEITUNA	40,00	0,32	12,84	2,92	1,28	115,56	11,680	128,52
LECHE EVAPORADA	120,00	8,40	9,72	13,08	33,60	87,48	52,320	173,40
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		16,28	22,74	98,00	65,12	204,66	391,98	661,76
					V.C. DESAYUNO			661,76
					% DIST. DESAYUNO			26%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
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
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	2,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,40	0,40
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMA	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		65,66	15,31	198,45	262,62	137,79	793,79	1194,20
					V.C. ALMUERZO			1194,20
					% DIST. ALMUERZO			48%
ARROZ GRANEADO CON SALTADITO DE MOLLERJAS CON PAPA + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
MOLLEJA	80,00	16,40	5,60	1,98	65,60	50,40	5,12	121,12
PAPA BLANCA	120,00	2,52	0,12	26,76	10,08	1,08	107,04	118,20
ACEITE VEGETAL	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
CEBOLLA	15,00	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
AZUCAR RUBIA	15,00	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
MANZANILLA	10,00	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		26,63	9,23	115,15	106,52	83,07	460,58	650,17
					V.C. CENA			650,17
					% DIST. ALMUERZO			26%
VCT (Gr.)	108,57	47,28	411,59					
VCT (Kcal.)	434,26	425,52	1646,35					
VCT (%)	17%	17%	66%					
					V.C.T. MENU			2506

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Dr. Dr. Sergio Antonio Saavedra Cieza
AREA DE NUTRICION
C.N.P. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 10-24

30/12/2017 - 13/01/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA								
AVENA	30,00	3,99	1,20	21,60	15,96	10,80	86,40	113,16
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		21,16	15,90	111,23	84,64	143,10	444,90	672,64
					V.C. DESAYUNO			672,64
					% DIST. DESAYUNO			27%
ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
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	30,00	2,13	0,18	5,64	8,52	1,62	22,56	32,70
ZANAHORIA	15,00	0,09	0,08	1,38	0,36	0,68	5,52	6,56
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
CHOCLO DESGRANADO	25,00	0,95	0,25	7,33	3,80	2,25	29,30	35,35
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
HIERBA BUENA	12,00	0,37	0,12	0,84	1,49	1,08	3,36	5,93
COMINO MOLIDO	1,00	0,11	0,12	0,29	0,46	1,12	1,14	2,71
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
NARANJA DE MESA	150,00	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		38,88	15,56	216,18	155,51	140,00	864,73	1160,24
					V.C. ALMUERZO			1160,24
					% DIST. ALMUERZO			46%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES CON PAPAS + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	100,00	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
RES SIN HUESO	50,00	10,65	0,80	0,00	42,60	7,20	0,00	49,80
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
CEBOLLA	20,00	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
SUBTOTAL		20,62	11,47	120,46	82,46	103,19	481,82	667,47
					V.C. CENA			667,47
					% DIST. ALMUERZO			27%
VCT (Gr.)	80,65	42,92	447,86					
VCT (Kcal.)	322,61	386,28	1791,45					
VCT (%)	13%	15%	72%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. R.A. Sergio Antonio Saavedra Clez
AREA DE NUTRICION
C.R.P. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 11-25

31/12/2017 - 14/01/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
CHUFLA + 03 PANES CON HOT DOG FRITO								
DESAYUNO :								
CHUFLA	30,00	2,70	1,35	22,14	10,80	12,15	88,56	111,51
HOTDOG DE POLLO	40,00	4,40	13,72	0,00	17,60	123,48	0,00	141,08
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
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		14,66	20,25	104,14	58,64	182,25	416,54	657,43
				V.C. DESAYUNO				657,43
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO + POLLO GUISADO + PAPA SANCOCHADA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
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
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,01	0,15	0,14	2,13	3,02
CEBOLLA	15,00	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
PEPINILLOS	15,00	0,08	0,02	0,39	0,30	0,14	1,56	2,00
ACEITE VEGETAL	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	135,00	0,00	135,00
MENTA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	26,00	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SUBTOTAL		48,48	32,86	222,55	193,03	205,74	890,18	1379,85
				V.C. ALMUERZO				1379,85
				% DIST. ALMUERZO				55%
SOPA DE FIDEOS CON VERDURA + MENUDENCIA DE POLLO								
CENA								
FIDEOS SURTIDO	50,00	4,70	0,10	39,10	18,80	0,90	156,40	176,10
MOLLEJA	60,00	12,30	4,20	0,96	49,20	37,80	3,84	90,84
PORO	15,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
APIO	15,00	0,11	0,03	0,72	0,42	0,27	2,88	3,57
OREGANO SECO	1,00	0,02	0,01	0,11	0,06	0,05	0,45	0,56
ZANAHORIA	10,00	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
ZAPALLO	10,00	0,07	0,02	0,64	0,28	0,18	2,56	3,02
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
SAZONADOR BLANCO	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		21,44	4,71	83,73	85,74	42,35	334,93	463,02
				V.C. CENA				463,02
				% DIST. ALMUERZO				19%
VCT (Gr.)	84,58	57,82	410,41					
VCT (Kcal.)	338,31	520,34	1641,65					
VCT (%)	14%	21%	66%					
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

C. A. Sergio Antonio Saavedra Ciez
AREA DE NUTRICIÓN
C.R. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 12-26

01/01/2018 - 15/01/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA + 03 PANES CON HUEVO DURO								
DESAYUNO :								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
AZUCAR RUBIA	26,00	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,232	102,23
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
HUEVOS	60,00	8,10	5,04	1,14	32,40	45,36	4,560	82,32
SUBTOTAL		18,99	6,22	102,12	75,94	55,98	408,47	540,39
					V.C. DESAYUNO			540,39
					% DIST. DESAYUNO			22%
TALLARINES ROJOS + YUCA SANCOCHADA + GUIISO DE RES (PICADO) + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	170,00	16,15	0,17	118,32	64,60	1,53	473,28	539,41
RES SIN HUESO	100,00	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
YUCA	200,00	1,60	0,40	78,60	6,40	3,60	314,40	324,40
ACEITE VEGETAL	17,00	0,00	17,00	0,00	0,00	153,00	0,00	153,00
ZANAHORIA	30,00	0,15	0,15	2,70	0,72	1,35	11,04	13,11
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	30,00	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
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	2,00	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
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
PLATANO DE SEDA	160,00	2,40	0,48	33,60	9,60	4,32	134,40	148,32
SUBTOTAL		42,67	20,07	265,07	170,69	180,64	1060,26	1411,60
					V.C. ALMUERZO			1411,60
					% DIST. ALMUERZO			56%
ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO CON VERDURAS + 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	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
CEBOLLA	8,00	0,11	0,02	0,90	0,45	0,14	3,62	4,21
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
BROCOLI	8,00	0,39	0,07	0,46	1,57	0,65	1,82	4,04
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	5,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		26,15	15,75	76,64	104,59	141,79	306,56	552,93
					V.C. CENA			552,93
					% DIST. ALMUERZO			22%
VCT (Gr.)	87,81	42,05	443,82					
VCT (Kcal.)	351,22	378,41	1775,29					
VCT (%)	14%	15%	71%					
					V.C.T. MENU			2505

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Dr. M. Sergio Antonio Saavedra Ciez
AREA DE NUTRICION
C.P. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 13-27

02/01/2018 - 16/01/2018

ALIMENTO	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	40,00	6,52	4,12	1,36	26,08	37,08	5,44	68,60
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		17,48	5,75	104,85	69,92	51,75	419,38	541,05
					V.C. DESAYUNO			541,05
					% DIST. DESAYUNO			22%
ARROZ CHAUFA CON HOT DOG + POLLO (PECHUGA) + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
HUEVOS	30,00	4,05	2,52	0,57	16,20	22,68	2,28	41,16
HOTDOG DE POLLO	25,00	2,75	8,58	0,00	11,00	77,18	0,00	88,18
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
CEBOLLA CHINA	20,00	0,46	0,08	1,50	1,84	0,72	6,00	8,56
CEBOLLA	30,00	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
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
SILLAO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	2,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,40	0,40
ACEITE VEGETAL	30,00	0,00	30,00	0,00	0,00	270,00	0,00	270,00
MENTA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PLATANO DE SEDA	160,00	2,40	0,48	33,60	9,60	4,32	134,40	148,32
SUBTOTAL		40,914	52,81	197,30	163,66	475,28	789,20	1428,13
					V.C. ALMUERZO			1.428,13
					% DIST. ALMUERZO			57%
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	163,12	174,36
AZUCAR RUBIA	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
SUBTOTAL		13,22	5,99	106,52	52,88	53,91	426,08	532,87
					V.C. CENA			532,87
					% DIST. ALMUERZO			21%
VCT (Gr.)	71,61	64,55	408,66					
VCT (Kcal.)	286,46	580,94	1634,66					
VCT (%)	11%	23%	65%					
					V.C.T. MENU			2502

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Dr. M. A. Sergio Antonio Saavedra Cie
AREA DE NUTRICIÓN
C.A.P. 2066

FORMATO N° 01 - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 14-28

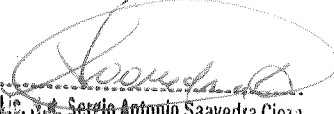
03/01/2019 - 17/01/2019

02/01/2018 - 17/01/2018								
ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MERMELADA								
DESAYUNO :								
SOYA	30,00	8,46	5,67	10,71	33,84	51,03	42,84	127,71
MERMELADA	30,00	0,12	0,06	17,58	0,48	0,54	70,32	71,34
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		16,14	5,91	115,20	64,56	53,19	460,80	578,55
				V.C. DESAYUNO				578,55
				% DIST. DESAYUNO				23%
ARROZ GRANEADO + CHICHARRON DE POTA + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POTA	180,00	19,08	0,36	0,00	76,32	3,24	0,00	79,56
HUEVOS	35,00	4,73	2,94	0,67	18,90	26,46	2,66	48,02
HARINA DE TRIGO	20,00	2,10	0,40	14,96	8,40	3,60	59,84	71,84
FREJOL CASTILLA	80,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	30,00	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
LIMON	5,00	0,03	0,01	0,49	0,10	0,09	1,94	2,13
SUBTOTAL		57,80	31,37	226,97	231,19	282,34	907,87	1421,40
				V.C. ALMUERZO				1421,40
				% DIST. ALMUERZO				57%
AGUADITO CON POLLO								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	50,00	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
POLLO	60,00	10,92	6,12	0,00	43,68	55,08	0,00	98,76
ZAPALLO	30,00	0,21	0,06	1,92	0,84	0,54	7,68	9,06
APIO	15,00	0,11	0,03	0,72	0,42	0,27	2,88	3,57
PORO	15,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
CULANTRO	10,00	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
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	150,00	3,15	0,15	33,45	12,60	1,35	130,80	147,75
SUBTOTAL		19,34	11,96	78,67	77,36	107,64	314,68	499,68
				V.C. CENA				499,68
				% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)		93,28	49,24	420,84				
VCT (Kcal.)		373,11	443,17	1683,35				
VCT (%)		15%	18%	67%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Srta. Sergio Antonio Saavedra Cieza
AREA DE NUTRICION
C.N.P. 2066

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA PERSONAL DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

DEL 21 DE DICIEMBRE 2017 AL 20 DE ENERO DE 2018

MENUES CON APOORTE CALORICO MAYOR A 2.750 KILOCALORIAS POR DIA

1	JUEVES 21/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	SOYA + 03 PANES CON ACEITUNA. ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + YUCA SANCOCHADA + SARZA + REFRESCO DE (MANZANA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA MECHADA + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION
2	VIERNES 22/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA + 03 PANES CON YUCA SANCOCHADA + SALTADITO DE POLLO ENSALADA ROSA TALLARINES VERDES + POLLO + ENSALADA + REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA YUCA SANCOCHADA + PESCADO FRITO + ENSALADA + INFUSION
3	SÁBADO 23/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON CAFÉ + 03 PANES CON QUESO FRESCO ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE GALLINA + MENESTRA + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION
4	DOMINGO 24/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA A LA MINUTA ARROZ GRANEADO + OLLUQUITO CON PAPA + CARNE DE RES + SARZA + INFUSION + FRUTA CALDO DE POLLO + FRUTA + INFUSION
5	LUNES 25/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON PESCADO FRITO + ENSALADA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + PAPA EN RODAJAS + ENSALADA + INFUSION
6	MARTES 26/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON PALTA SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO (FILETE) + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PURE DE PAPA + ENSALADA + INFUSION
7	MIÉRCOLES 27/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON HUEVO DURO CEVICHE DE TOYO CON CAMOTE SANCOCHADO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + LOMITO SALTADO + FRUTA + INFUSION
8	JUEVES 28/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	SOYA + 03 PANES CON ACEITUNA. ENROLLADO DE PAPA CON CONSERVA DE PESCADO ARROZ GRANEADO CON CHANCHO + SARZA + INFUSION + FRUTA ARROZ A LA CUBANA + HUEVO FRITO + PLATANO + ENSALADA + INFUSION
9	VIERNES 29/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO ENSALADA TALLARINES ROJOS + GALLINA + ENSALADA + REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA CALDO DE FIDEOS CON GALLINA + FRUTA + INFUSION
10	SÁBADO 30/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO + FRUTA ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
11	DOMINGO 31/12/2017	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON SALTADITO DE RES ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + BISTECK ENCEBOLLADO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA TALLARINES ROJOS + RES + YUCA SANCOCHADA + FRUTA + INFUSION
12	LUNES 01/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOURO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
13	MARTES 02/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON QUINUA + 03 PANES CON PALTA SOPA DE VERDURA CON MENUDENCIA DE POLLO ARROZ GRANEADO + ESCABECHE DE PESCADO + CAMOTE SANCOCHADO + REFRESCO DE MAIZ MORADO CON (MANZANA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + PURE DE PAPA + ENSALADA + INFUSION
14	MIÉRCOLES 03/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON HUEVO FRITO SOPA DE SEMOLA + RES CON HUESO ARROZ GRANEADO + CHULETA DE CERDO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE TRIGO + RES CON HUSO + FRUTA + INFUSION
15	JUEVES 04/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	SOYA + 03 PANES CON ACEITUNA. ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + YUCA SANCOCHADA + SARZA + REFRESCO DE (MANZANA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA MECHADA + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Sergio Antonio Saavedra Cár
ÁREA DE NUTRICIÓN
C.N.P. 2065

DEL 21 DE DICIEMBRE 2017 AL 20 DE ENERO DE 2018

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

16	VIERNES 05/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA + 03 PANES CON YUCA SANCOCHADA + SALTADITO DE POLLO ENSALADA RUSA TALLARINES VERDES + POLLO + ENSALADA + REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA YUCA SANCOCHADA + PESCADO FRITO + ENSALADA + INFUSION
17	SÁBADO 06/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON CAFÉ + 03 PANES CON QUESO FRESCO ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE GALLINA + MENESTRA + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION
18	DOMINGO 07/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO SOPA A LA MINUTA ARROZ GRANEADO + OLLUQUITO CON PAPA + CARNE DE RES + SARZA + INFUSION + FRUTA CALDO DE POLLO + FRUTA + INFUSION
19	LUNES 08/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON PESCADO FRITO + ENSALADA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + PAPA EN RODAJAS + ENSALADA + INFUSION
20	MARTES 09/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON PALTA SOPA DE VERDURA CON POLLO ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO (FILETE) + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PURE DE PAPA + ENSALADA + INFUSION
21	MIÉRCOLES 10/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON HUEVO DURO CEVICHE DE TOYO CON CAMOTE SANCOCHADO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + LOMITO SALTADO + FRUTA + INFUSION
22	JUEVES 11/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	SOYA + 03 PANES CON ACEITUNA. ENROLLADO DE PAPA CON CONSERVA DE PESCADO ARROZ GRANEADO CON CHANCHO + SARZA + INFUSION + FRUTA ARROZ A LA CUBANA + HUEVO FRITO + PLATANO + ENSALADA + INFUSION
23	VIERNES 12/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO ENSALADA TALLARINES ROJOS + GALLINA + ENSALADA + REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA CALDO DE FIDEOS CON GALLINA + FRUTA + INFUSION
24	SÁBADO 13/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO + FRUTA ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
25	DOMINGO 14/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON SALTADITO DE RES ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + BISTECK ENCEBOLLADO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA TALLARINES ROJOS + RES + YUCA SANCOCHADA + FRUTA + INFUSION
26	LUNES 15/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRE DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION
27	MARTES 16/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON QUINUA + 03 PANES CON PALTA SOPA DE VERDURA CON MENUDENCIA DE POLLO ARROZ GRANEADO + ESCABECHE DE PESCADO + CAMOTE SANCOCHADO + REFRESCO DE MAIZ MORADO CON (MANZANA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + PURE DE PAPA + ENSALADA + INFUSION
28	MIÉRCOLES 17/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON HUEVO FRITO SOPA DE SEMOLA + RES CON HUESO ARROZ GRANEADO + CHULETA DE CERDO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE TRIGO + RES CON HUSO + FRUTA + INFUSION
29	JUEVES 18/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	SOYA + 03 PANES CON ACEITUNA. ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + YUCA SANCOCHADA + SARZA + REFRESCO DE (MANZANA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA MECHADA + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION
30	VIERNES 19/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA + 03 PANES CON YUCA SANCOCHADA + SALTADITO DE POLLO ENSALADA RUSA TALLARINES VERDES + POLLO + ENSALADA + REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA YUCA SANCOCHADA + PESCADO FRITO + ENSALADA + INFUSION
31	SÁBADO 20/01/2018	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON CAFÉ + 03 PANES CON QUESO FRESCO ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE GALLINA + MENESTRA + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Sergio Antonio Saavedra Caza
AREA DE NUTRICION
C.P. 2065

FORMATO B

32

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 01-15-29

21/12/2017 - 01/01/2018 - 18/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
SOYA + 03 PANES CON ACEITUNA.									
DESAYUNO :									
SOYA	35,00	140,35	9,87	6,62	12,50	39,48	59,54	49,98	149,00
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ACEITUNA	60,00	166,86	0,48	19,26	4,38	1,92	173,34	17,52	192,78
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		635,91	17,91	26,06	93,96	71,64	234,50	375,82	681,96
						V.C. DESAYUNO			681,96
						% DIST. DESAYUNO			23%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + YUCA SANCOCHADA + ZARZA +									
REFRESCO DE (MANZANA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	118,70	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
YUCA	120,00	194,40	0,96	0,24	47,16	3,84	2,16	188,64	194,64
TOMATE	50,00	9,41	0,40	0,10	2,15	1,60	0,90	8,60	11,10
CEBOLLA	50,00	22,05	0,70	0,10	5,65	2,80	0,90	22,60	26,30
AJI AMARILLO	3,00	0,90	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
ACEITE VEGETAL	4,00	35,36	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
CULANTRIO	10,00	2,86	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
VINAGRE	2,00	0,24	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,40	0,40
MANDARINA	150,00	43,58	0,90	0,45	12,90	3,60	4,05	51,60	59,25
MANZANA	40,00	19,44	0,12	0,04	5,84	0,48	0,36	23,36	24,20
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	10,00	38,40	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
COMINO MOLIDO	1,00	2,53	0,11	0,12	0,29	0,46	1,12	1,14	2,71
SUBTOTAL		1260,57	43,16	36,37	202,19	172,65	327,34	808,75	1308,74
						V.C. ALMUERZO			1308,74
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + PAVITA MECHADA + MENESTRA + ENSALADA + INFUSIÓN									
CENA:									
CARNE DE PAVITA	100,00	241,20	20,10	20,20	0,00	80,40	181,80	0,00	262,20
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
ARVERJITA PARTIDA	60,00	210,60	13,02	1,92	36,66	52,08	17,28	146,64	216,00
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,33	1,65	0,54	15,56	15,78
LECHUGA	40,00	7,22	0,60	0,08	1,56	2,40	0,72	6,24	9,36
ACEITE VEGETAL	4,00	35,36	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
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	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		895,50	41,87	26,79	128,27	167,49	241,07	513,09	921,65
						V.C. CENA			921,65
						% DIST. ALMUERZO			32%
VCT (Gr.)		102,95	89,21	424,42					
VCT (Kcal.)		411,78	802,91	1697,66					
VCT (%)		14%	28%	58%					
						V.C.T. MENU			2912

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Sergio Antonio Saavedra Ciez
ARLA DE NUTRICIÓN
CNP. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 02-16-30

22/12/2017 - 05/01/2018 - 19/01/2018

22/12/2017 - 05/01/2018 - 19/01/2018									
ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA + 03 PANES + YUCA SANCOCHADA CON SALTADITO DE POLLO									
DESAYUNO :									
AVENA	25,00	86,75	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
POLLO	50,00	76,50	9,10	5,10	0,00	36,40	45,90	0,00	82,30
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
YUCA	100,00	162,00	0,80	0,20	39,30	3,20	1,80	157,20	162,20
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		753,87	20,79	14,48	139,30	83,14	130,32	557,18	770,64
						V.C. DESAYUNO			770,64
						% DIST. DESAYUNO			28%
ENTRADA: ENSALADA RUSA									
TALLARINES VERDES + POLLO + ENSALADA + REFRESCO DE (NARANJA) +									
FRUTA									
ALMUERZO :									
FIDEOS TALLARIN	150,00	486,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
BETERRAGA	30,00	10,96	0,51	0,03	2,85	2,04	0,27	11,40	13,71
ZANAHORIA	30,00	11,69	0,18	0,15	2,76	0,72	1,35	11,04	13,11
PAPA BLANCA	60,00	56,29	1,26	0,06	13,38	5,04	0,54	53,52	59,10
ALBAHACA ENTERA	20,00	8,60	0,58	0,24	1,46	2,32	2,16	5,84	10,32
PIMIENTA MOLIDA	1,00	3,60	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
PLATANO DE SEDA	150,00	84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
NARANJA AGRIA	40,00	10,03	0,20	0,08	3,28	0,80	0,72	13,12	14,64
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
CEBOLLA	40,00	17,64	0,56	0,08	4,52	2,24	0,72	18,08	21,04
SUBTOTAL		1137,20	49,12	29,66	190,16	196,46	266,94	760,65	1224,05
						V.C. ALMUERZO			1224,05
						% DIST. ALMUERZO			45%
YUCA SANCOCHADA + PESCADO FRITO + ENSALADA + INFUSIÓN									
CENA:									
YUCA	200,00	324,00	1,60	0,40	78,60	6,40	3,60	314,40	324,40
PESCADO	130,00	150,93	28,08	5,07	0,39	112,32	45,63	1,56	159,51
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
CEBOLLA	40,00	17,64	0,56	0,08	4,52	2,24	0,72	18,08	21,04
PEPINILLOS	30,00	2,87	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	33,00	126,72	0,00	0,00	32,44	0,00	0,00	129,76	129,76
SUBTOTAL		735,77	30,71	17,66	118,45	122,84	158,94	473,80	755,58
						V.C. CENA			755,58
						% DIST. ALMUERZO			27%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Sergio Antonio Saavedra Ciez
AREA DE NUTRICIÓN
CNP. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 03-17-31

23/12/2017 - 06/01/2018 - 20/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE CON CAFE + 03 PANES CON QUESO FRESCO									
DESAYUNO :									
LECHE EVAPORADA	120,00	171,60	8,40	9,72	13,08	33,60	87,48	52,320	173,40
CAFE	10,00	0,20	0,03	0,01	0,08	0,12	0,09	0,320	0,53
QUESO	60,00	103,80	9,78	6,18	2,04	39,12	55,62	8,160	102,90
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	30,00	115,20	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,960	117,96
SUBTOTAL		652,70	25,77	16,09	102,11	103,08	144,81	408,44	656,33
						V.C. DESAYUNO			656,33
						% DIST. DESAYUNO			24%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE GALLINA + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE GALLINA	160,00	172,80	32,96	5,76	0,00	131,84	51,84	0,00	183,68
LENTEJAS SECAS	60,00	203,40	13,56	0,60	36,60	54,24	5,40	146,40	206,04
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PEPINILLOS	25,00	2,39	0,13	0,03	0,65	0,50	0,23	2,60	3,33
LECHUGA	60,00	10,83	0,90	0,12	2,34	3,60	1,08	9,36	14,04
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
LIMON	3,00	0,46	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28
AJI AMARILLO	4,00	1,20	0,04	0,03	0,35	0,14	0,25	1,41	1,80
PALILLO MOLIDO	1,00	0,54	0,00	0,04	0,06	0,02	0,32	0,23	0,57
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
PIÑA	40,00	9,73	0,16	0,08	3,92	0,64	0,72	15,68	17,04
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SAL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1287,23	62,632	19,84	207,12	250,53	178,57	828,49	1257,59
						V.C. ALMUERZO			1257,59
						% DIST. ALMUERZO			46%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	50,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	183,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
TOMATE	50,00	9,41	0,40	0,10	2,15	1,60	0,90	8,60	11,10
CEBOLLA	50,00	22,05	0,70	0,10	5,65	2,80	0,90	22,60	26,30
PEPINILLOS	50,00	4,79	0,25	0,05	1,30	1,00	0,45	5,20	6,65
PAPA BLANCA	150,00	138,23	3,15	0,15	33,45	12,60	1,35	133,80	147,75
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	10,00	0,00	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	0,00
SUBTOTAL		815,77	30,08	21,05	132,23	120,32	189,45	528,92	838,69
						V.C. CENA			838,69
						% DIST. ALMUERZO			30%
VCT (Gr.)		118,48	56,98	441,46					
VCT (Kcal.)		473,93	512,83	1765,85					
VCT (%)		17%	19%	64%					
						V.C.T. MENU			2753

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Sergio Antonio Saavedra Ciez
AREA DE NUTRICION
CLP. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 04-18

24/12/2017 - 07/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
KIWICHA+ 03 PANES CON MILANESA DE POLLO									
DESAYUNO :									
AVENA	25,00	86,75	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
POLLO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,12	30,24	1,62	229,68	261,54
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		688,37	29,09	19,38	100,00	116,34	174,42	399,98	690,74
						V.C. DESAYUNO			690,74
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: SOPA A LA MINUTA									
ARROZ GRANEADO + OLLUQUITO CON PAPA + CARNE DE RES + SARZA +									
INFUSION + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	160,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
RES SIN HUESO	100,00	94,50	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
FIDEOS SURTIDO	30,00	108,00	2,82	0,06	23,46	11,28	0,51	93,84	105,66
PAPA BLANCA	40,00	36,86	0,84	0,04	8,92	3,36	0,36	35,68	39,40
RES SIN HUESO	40,00	37,80	8,52	0,64	0,00	34,08	5,76	0,00	39,84
OLLUCO	120,00	74,40	1,32	0,12	17,16	5,28	1,08	68,64	75,00
PAPA BLANCA	120,00	110,58	2,52	0,12	26,76	10,08	1,08	107,04	118,20
PIMIENTA MOLIDA	1,00	3,60	0,08	0,03	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
LIMON	5,00	0,77	0,03	0,01	0,49	0,10	0,09	1,94	2,13
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
PLATANO DE SEDA	150,00	84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
MENTA	10,00	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
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
SUBTOTAL		1302,11	52,37	15,93	253,06	209,48	143,33	1012,25	1365,07
						V.C. ALMUERZO			1365,07
						% DIST. ALMUERZO			50%
CALDO DE POLLO + FRUTA + INFUSIÓN									
CENA:									
FIDEOS SURTIDO	50,00	180,00	4,70	0,10	39,10	18,80	0,90	156,40	176,10
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
POLLO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
NARANJA DE MESA	150,00	51,30	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	46,00	0,00	46,00
APIO	20,00	3,99	0,14	0,04	0,96	0,56	0,36	3,84	4,76
PORO	20,00	8,00	0,54	0,16	1,52	2,16	1,44	6,08	9,68
BROCOLI	15,00	6,00	0,74	0,14	0,86	2,94	1,22	3,42	7,58
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ZAPALLO	20,00	5,20	0,14	0,04	1,28	0,56	0,36	5,12	6,04
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
SUBTOTAL		647,63	28,48	16,18	108,78	113,90	145,58	435,12	694,60
						V.C. CENA			694,60
						% DIST. ALMUERZO			25%
	VCT (Gr.)	109,93	51,48	461,84					
	VCT (Kcal)	439,72	463,33	1847,35					
	VCT (%)	16%	17%	67%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Sergio Antonio Saavedra Ciez
C.N.P. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 05-19

25/12/2017 - 08/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON PESCADO FRITO + ENSALADA									
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	19,00	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	261,50	7,55	9,15	57,12	30,24	1,62	229,65	261,54
PESCADO	80,00	92,88	17,28	3,12	0,24	69,12	28,08	0,96	98,16
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	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		698,02	33,47	15,48	108,78	133,88	139,32	435,12	708,32
						V.C. DESAYUNO			708,32
						% DIST. DESAYUNO			26%
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	469,80	522,75
MONDONGO DE RES	150,00	156,00	25,35	5,25	0,00	101,40	47,25	0,00	148,65
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
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	2,45	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	14,00	123,76	0,00	14,00	0,00	0,00	126,00	0,00	126,00
PAPA BLANCA	200,00	184,30	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
TOMATE	60,00	11,29	0,48	0,12	2,58	1,92	1,08	10,32	13,32
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	76,30
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		1179,25	45,25	20,89	209,56	180,99	188,02	838,23	1207,24
						V.C. ALMUERZO			1207,24
						% DIST. ALMUERZO			44%
ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + PAPA EN RODAJAS + 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	35,00	6,58	0,28	0,07	1,51	1,12	0,63	6,02	7,77
PAPA BLANCA	115,00	105,97	2,42	0,12	25,65	9,66	1,04	102,58	113,28
AJI AMARILLO	3,00	0,90	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PEPINILLOS	40,00	3,83	0,20	0,04	1,04	0,80	0,36	4,16	5,32
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
SAL	2,00	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
AZUCAR RUBIA	22,00	84,48	0,00	0,00	21,63	0,00	0,00	86,50	86,50
TORONJIL	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		808,33	30,90	23,97	124,25	123,61	215,73	497,00	836,33
						V.C. CENA			836,33
						% DIST. ALMUERZO			30%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Lic. Sergio Antonio Saavedra Cárdenas
AREA DE NUTRICIÓN
C/P. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 06-20

26/12/2017 - 09/01/2018

ALIMENTO	FESO	Kcal	PROT	GRASAS	CARB.	E. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : LECHE DE SOYA + 03 PANES CON PALTA									
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	1,02	229,68	261,54
PALTA	50,00	63,17	1,33	10,00	4,43	5,11	50,00	17,52	113,36
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		527,32	15,97	14,91	95,40	63,88	134,15	381,60	579,63
						V.C. DESAYUNO			579,63
						% DIST. DESAYUNO			21%
ENTRADA: SOPA DE VERDURA CON POLLO									
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO (FILETE) + ENSALADA + MENESTRA+ FRUITA + 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	150,00	174,15	32,40	5,85	0,45	129,60	52,65	1,80	184,05
CEBOLLA	50,00	22,05	0,70	0,10	5,65	2,80	0,90	22,60	26,30
TOMATE	50,00	9,41	0,40	0,10	2,15	1,60	0,90	8,60	11,10
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
PAPA BLANCA	50,00	46,08	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
FREJOL PANAMITO	60,00	201,60	12,90	1,02	36,42	51,60	9,18	145,68	206,46
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	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	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
APIO	10,00	2,00	0,07	0,02	0,48	0,28	0,18	1,92	2,38
PORO	10,00	4,00	0,27	0,08	0,76	1,08	0,72	3,04	4,84
NARANJA AGRIA	40,00	13,20	0,20	0,08	3,28	0,80	0,72	13,12	14,64
FIDEOS SURTIDO	30,00	216,00	2,82	0,06	23,46	11,28	0,54	93,84	105,66
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
LIMA	150,00	81,00	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
ZAPALLO	10,00	2,60	0,07	0,02	0,64	0,28	0,18	2,56	3,02
POLLO	50,00	76,50	9,10	5,10	0,00	36,40	45,90	0,00	82,30
SUBTOTAL		1511,12	73,34	18,88	230,70	293,35	169,93	922,79	1386,07
						V.C. ALMUERZO			1386,07
						% DIST. ALMUERZO			50%
ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PURE DE PAPA + 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	25,00	4,70	0,20	0,05	1,08	0,80	0,45	4,30	5,55
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
PAPA BLANCA	120,00	110,58	2,52	0,12	26,76	10,08	1,08	107,04	118,20
MARGARINA	5,00	36,00	0,03	4,05	0,02	0,12	36,45	0,06	36,63
LECHE EVAPORADA	30,00	42,90	2,10	2,43	3,27	8,40	21,87	13,08	43,35
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	22,00	84,48	0,00	0,00	21,63	0,00	0,00	86,50	86,50
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		771,89	33,872	15,91	127,36	134,69	143,19	509,43	787,31
						V.C. CENA			787,31
						% DIST. ALMUERZO			29%
	VCT (Gr.)	122,98	49,70	453,46					
	VCT (Kcal)	491,92	447,36	1813,82					
	VCT (%)	18%	16%	66%					
						V.C.T. MENU			2753

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. N.º. Sergio Antonio Saavedra Ciez
AREA DE NUTRICIÓN
C.N.P. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 07-21

27/12/2017 - 10/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON MACA + 03 PANES CON HUEVO DURO									
DESAYUNO :									
MACA	25,00	78,50	2,95	0,40	16,60	11,80	3,60	66,40	81,80
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
PAN FRANCES	90,00	201,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	60,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	76,46
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		595,82	21,34	6,65	116,22	85,34	59,85	464,86	610,05
						V.C. DESAYUNO			610,05
						% DIST. DESAYUNO			22%
ENTRADA: CEVICHE DE TOYO CON CAMOTE									
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	120,00	97,61	22,44	0,48	0,00	89,76	4,32	0,00	94,08
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
CAMOTE	80,00	92,80	0,96	0,16	22,08	3,84	1,44	88,32	93,60
FREJOL CASTILLA	60,00	198,00	13,50	1,08	34,98	54,00	9,72	139,92	203,64
TOMATE	50,00	9,41	0,40	0,10	2,15	1,60	0,90	8,60	11,10
CEBOLLA	70,00	30,87	0,98	0,14	7,91	3,92	1,26	31,64	36,82
ROCOTO	10,00	3,60	0,12	0,50	0,82	0,43	4,50	3,28	8,26
SAL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SILLAO	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	20,00	1,91	0,10	0,02	0,52	0,40	0,18	2,08	2,66
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
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	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		1387,75	81,222	25,35	217,61	324,89	228,11	870,43	1.423,43
						V.C. ALMUERZO			1423,43
						% DIST. ALMUERZO			52%
ARROZ GRANEADO + LOMITO SALTADO + FRUTA + INFUSIÓN									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
RES SIN HUESO	80,00	75,82	17,34	1,23	6,63	65,16	11,52	0,60	79,63
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
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
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,60	90,75
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,52	0,21	0,33	1,70	0,51	0,27	6,75	7,89
SUBTOTAL		695,73	27,41	7,06	136,83	109,65	63,50	547,31	720,46
						V.C. CENA			720,46
						% DIST. ALMUERZO			26%
			</						

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. H. Sergio Antonio Saavedra Cier
AREA DE NUTRICIÓN
C.P. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 08-22

28/12/2017 - 11/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
SOYA + 03 PANES CON ACEITUNA.									
DESAYUNO :									
SOYA	25,00	100,25	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,70	106,43
PAN FRANCES	33,33	231,33	7,32	9,13	57,42	33,24	1,32	233,33	231,54
ACEITUNA	60,00	156,86	0,48	19,26	4,38	1,92	173,34	17,52	192,78
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		615,01	15,09	24,17	95,30	60,36	217,49	381,20	659,05
						V.C. DESAYUNO			659,05
						% DIST. DESAYUNO			24%
ENTRADA: ENROLLADO DE PAPA CON CONSERVA DE PESCADO									
ARROZ GRANEADO CON CHANCHIO + ZARZA + INFUSION + FRUTA									
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
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
ATUN	50,00	140,50	12,10	10,25	0,00	48,40	92,25	0,00	140,65
CEBOLLA	80,00	35,28	1,12	0,16	9,04	4,48	1,44	36,16	42,08
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	46,00	0,00	46,00
MANDARINA	150,00	43,95	0,30	0,15	12,30	3,60	4,05	51,60	69,25
MENTA	10,00	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	20,00	78,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
SUBTOTAL		1264,82	51,96	40,98	182,94	207,83	368,83	731,75	1308,41
						V.C. ALMUERZO			1308,41
						% DIST. ALMUERZO			48%
ARROZ A LA CUBANA + HUEVO FRITO + PLATANO + ENSALADA + INFUSIÓN									
CENA:									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
HUEVOS	90,00	107,87	12,15	7,56	1,71	48,60	68,04	6,84	123,48
PLATANO FREIR	150,00	114,24	1,80	0,30	44,40	7,20	2,70	177,60	187,50
TOMATE	25,00	4,70	0,20	0,05	1,08	0,80	0,45	4,30	5,55
CEBOLLA	25,00	11,03	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
PEPINILLOS	20,00	2,27	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	2,12	2,99
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	18,00	69,12	0,00	0,00	17,69	0,00	0,00	70,78	70,78
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		693,23	22,60	14,52	140,48	90,41	130,68	561,90	782,99
						V.C. CENA			782,99
						% DIST. ALMUERZO			28%
VCT (Gr.)		99,35	79,87	119,71					
VCT (Kcal)		358,60	716,99	1674,86					
VCT (%)		13%	26%	61%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


L.S.N.A. Sergio Antonio Saavedra Cieza
A.E.A. DE NUTRICION
C.R.P. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 09-23

29/12/2017 - 12/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO									
AVENA	25,00	86,75	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
POLLO	100,00	163,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
PAN FRANCES	30,00	261,30	7,50	0,15	57,15	30,24	1,32	220,33	261,54
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		668,37	29,09	19,38	100,00	116,34	174,42	399,98	690,74
						V.C. DESAYUNO			690,74
						% DIST. DESAYUNO			26%
ENTRADA: ENSALADA									
TALLARINES ROJOS + GALLINA + ENSALADA + REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
FIDEOS TALLARIN	150,00	486,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
CARNE DE GALLINA	160,00	172,80	32,96	5,76	0,00	131,84	51,84	0,00	183,68
BETERRAGA	60,00	21,91	1,02	0,06	5,70	4,08	0,54	22,80	27,42
ZANAHORIA	60,00	23,37	0,36	0,30	5,52	1,44	2,70	22,08	26,22
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
AJI PANCA	2,00	5,84	0,14	0,16	1,17	0,56	1,40	4,70	6,66
PIMIENTA MOLIDA	1,00	2,60	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
PLATANO DE SEDA	150,00	84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
NARANJA AGRIA	60,00	15,06	0,30	0,12	4,92	1,20	1,08	19,68	21,96
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
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
SUBTOTAL		1184,44	53,73	27,22	202,66	214,90	244,94	810,62	1270,47
						V.C. ALMUERZO			1270,47
						% DIST. ALMUERZO			46%
CENA: CALDO DE FIDEOS CON GALLINA + FRUTA + INFUSIÓN									
FIDEOS SURTIDO	50,00	180,00	4,70	0,10	39,10	18,80	0,90	156,40	176,10
PAPA BLANCA	180,00	165,87	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
PLATANO DE ISLA	150,00	92,82	1,35	0,60	35,40	5,40	5,40	141,60	152,40
CARNE DE GALLINA	100,00	108,00	20,60	3,60	0,00	82,40	32,40	0,00	114,80
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
APIO	25,00	4,99	0,18	0,05	1,20	0,70	0,45	4,80	5,95
PORO	25,00	10,00	0,68	0,20	1,90	2,70	1,80	7,60	12,10
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	25,00	99,84	0,00	0,00	25,56	0,00	0,00	102,23	102,23
ZAPALLO	30,00	7,80	0,21	0,06	1,92	0,84	0,54	7,68	9,06
ZANAHORIA	30,00	11,69	0,18	0,15	2,76	0,72	1,35	11,04	13,11
SUBTOTAL		707,52	31,67	7,94	147,98	126,68	71,46	591,91	790,05
						V.C. CENA			790,05
						% DIST. ALMUERZO			29%
		VCT (Gr.)	114,48	54,54	450,63				
		VCT (Kcal.)	457,92	490,82	1802,52				
		VCT (%)	17%	18%	66%				
		V.C.T. MENU							2751

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. N.º Sergio Antonio Saavedra C.
AREA DE NUTRICIÓN
C.N.P. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 10-24

30/12/2017 - 13/01/2018

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 + FRUTA									
DESAYUNO :									
LECHE EVAPORADA	120,00	171,60	8,40	9,72	13,08	33,60	87,48	52,320	173,40
COCOA	10,00	40,40	1,90	1,71	4,78	7,60	15,39	19,120	42,11
QUESO	60,00	103,80	9,78	6,18	2,04	39,12	55,62	8,160	102,90
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,600	90,75
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	23,00	88,32	0,00	0,00	22,61	0,00	0,00	90,436	90,44
SUBTOTAL		738,92	28,09	17,94	121,83	112,36	161,46	487,32	761,14
						V.C. DESAYUNO			761,14
						% DIST. DESAYUNO			28%
ENTRADA: ENSALADA									
ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + INFUSION + 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	160,00	142,80	34,08	2,56	0,00	136,32	23,04	0,00	169,36
LENTEJAS SECAS	80,00	271,20	18,08	0,80	48,80	72,32	7,20	195,20	274,72
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
LECHUGA	100,00	19,05	1,50	0,20	3,90	6,00	1,80	15,60	23,40
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
PEPINILLOS	40,00	3,83	0,20	0,04	1,04	0,80	0,36	4,16	5,32
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
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
MANZANILLA	10,00	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
SAL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		1270,08	68,795	12,90	212,49	275,18	116,07	849,94	1241,20
						V.C. ALMUERZO			1241,20
						% 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	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	120,00	110,58	2,52	0,12	26,76	10,08	1,08	107,04	118,20
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
HIERBA LUISA	10,00	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
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		731,64	29,02	15,944	122,61	116,08	143,50	490,46	750,03
						V.C. CENA			750,03
						% DIST. ALMUERZO			27%
	VCT (Gr.)	125,91	46,78	456,93					
	VCT (Kcal.)	503,62	421,03	1827,72					
	VCT (%)	18%	15%	66%					
						V.C.T. MENU			2752

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

L.C. N.º Sergio Antonio Saavedra Cley
AREA DE NUTRICIÓN
C.I.P. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 11-25

31/12/2017 - 14/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
KIWICHA + 03 PANES CON SALTADITO DE RES									
DESAYUNO :									
KIWICHA	25,00	94,25	3,38	1,78	16,13	13,50	15,98	64,50	93,98
RES SIN HUESO	50,00	47,25	10,65	0,80	0,00	42,60	7,20	0,00	49,80
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
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		598,74	21,96	12,85	100,90	87,84	115,65	403,60	607,09
						V.C. DESAYUNO			607,09
						% DIST. DESAYUNO			22%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + BISTECK ENCEBOLLADO + MENESTRA + ZARZA +									
REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
RES SIN HUESO	120,00	113,40	25,56	1,92	0,00	102,24	17,28	0,00	119,52
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
AJI PANCA	1,00	2,92	0,07	0,08	0,59	0,28	0,70	2,35	3,33
PIMIENTA MOLIDA	1,00	3,60	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
LIMON	3,00	0,46	0,02	0,01	0,29	0,06	0,05	1,16	1,28
LECHUGA	100,00	28,69	1,50	0,20	3,90	6,00	1,80	15,60	23,40
TOMATE	25,00	11,92	0,20	0,05	1,08	0,80	0,45	4,30	5,55
PEPINILLOS	50,00	13,81	0,25	0,05	1,30	1,00	0,45	5,20	6,65
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
PIÑA	50,00	12,16	0,20	0,10	4,90	0,80	0,90	19,60	21,30
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
SUBTOTAL		1225,08	59,61	15,35	213,45	238,44	138,15	853,80	1230,40
						V.C. ALMUERZO			1230,40
						% DIST. ALMUERZO			45%
TALLARINES ROJOS + RES + YUCA SANCOCHADA + FRUTA + INFUSIÓN									
CENA:									
FIDEOS TALLARIN	120,00	388,80	11,40	0,12	83,52	45,60	1,08	334,08	380,76
YUCA	140,00	226,80	1,12	0,28	55,02	4,48	2,52	220,08	227,08
RES CON HUESO	120,00	107,10	25,56	1,92	0,00	102,24	17,28	0,00	119,52
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	10,00	72,36	0,00	0,00	18,53	0,00	0,00	74,71	74,71
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
ZANAHORIA	20,00	7,79	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
SUBTOTAL		895,74	39,50	8,09	170,81	158,00	72,81	683,25	914,06
						V.C. CENA			914,06
						% DIST. ALMUERZO			33%
	VCT (Gr.)	121,07	36,29	485,16					
	VCT (Kcal.)	484,28	326,61	1940,65					
	VCT (%)	18%	12%	71%					
						V.C.T. MENU			2752

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Diego Antonio Saavedra Ciez
AREA DE NUTRICIÓN
CI.P. 2066

FORMATO B

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA**

MENU N° 12-26

01/01/2018 - 15/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA + 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
PAN FRANCÉS	99,00	281,00	7,52	0,19	67,19	30,24	1,22	220,62	281,51
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	98,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		605,28	23,49	11,94	102,06	93,94	107,48	408,23	609,65
						V.C. DESAYUNO			609,65
						% DIST. DESAYUNO			22%
ENTRADA: ENSALADA MIXTA									
ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO DE FRUTA (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	30,00	11,69	0,18	0,15	2,76	0,72	1,35	11,04	13,11
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	7,50	0,21	0,06	1,92	0,54	0,54	7,65	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	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
PAPA BLANCA	120,00	110,58	2,52	0,12	26,76	10,08	1,08	107,04	118,20
ARVEJAS FRESCAS	20,00	16,96	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
TOMATE	40,00	7,52	0,32	0,08	1,72	1,28	0,72	6,88	8,88
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	20,00	78,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		1144,23	48,72	23,15	198,64	194,88	208,38	794,56	1197,83
						V.C. ALMUERZO			1197,83
						% DIST. ALMUERZO			44%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + LENTEJITA + SARZA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PESCADO	130,00	150,93	28,08	5,07	0,39	112,32	45,63	1,56	159,51
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
CEBOLLA	80,00	35,28	1,12	0,16	9,04	4,48	1,44	36,16	42,08
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	7,00	61,88	0,00	7,00	0,00	0,00	63,00	0,00	63,00
AZUCAR RUBIA	21,00	80,64	0,00	0,00	20,64	0,00	0,00	82,57	82,57
TORONJIL	10,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,60
SUBTOTAL		930,55	54,98	13,56	150,61	219,92	122,04	602,45	944,41
						V.C. CENA			944,41
						% DIST. ALMUERZO			34%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Dr. Sergio Antonio Saavedra Cieza
AREA DE NUTRICIÓN
C.R.P. 2066

FORMATO B

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 13-27

02/01/2018 - 16/01/2018

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA CON QUINUA + 03 PANES CON PALTA									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
AVENA	25,00	86,75	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
PALTA	70,00	60,52	1,19	8,75	3,92	4,76	78,75	15,68	99,19
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		598,67	15,48	11,38	120,49	61,90	102,42	481,96	646,28
						V.C. DESAYUNO			646,28
						% DIST. DESAYUNO			23%
ENTRADA: SOPA DE VERDURA CON MENUDENCIA DE POLLO									
ARROZ GRANEADO + ESCABECHE DE PESCADO + CAMOTE SANCOCHADO +									
FRUTA + REFRESCO DE MAIZ MORADO CON (MANZANA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,76
PESCADO	160,00	185,76	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
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
ACEITE VEGETAL	15,00	132,60	0,00	15,00	0,00	0,00	135,00	0,00	135,00
PAPA BLANCA	80,00	73,72	1,68	0,08	17,84	6,72	0,72	71,36	78,80
VINAGRE	1,00	0,12	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
AJI AMARILLO	4,00	1,20	0,04	0,03	0,35	0,14	0,25	1,41	1,80
SAZONADOR BLANCO	2,00	0,00	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	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
APIO	15,00	2,99	0,11	0,03	0,72	0,42	0,27	2,88	3,57
PORO	15,00	6,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
BROCOLI	10,00	4,00	0,49	0,09	0,57	1,96	0,81	2,28	5,05
MAIZ MORADO	20,00	71,40	1,46	0,68	15,24	5,84	6,12	60,96	72,92
AZUCAR RUBIA	30,00	115,20	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
MANZANA	40,00	43,20	0,12	0,04	5,84	0,48	0,36	23,36	24,20
NARANJA DE MESA	150,00	135,00	1,80	0,30	16,35	7,20	2,70	65,40	75,30
ZAPALLO	15,00	3,90	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
MENUDENCIA DE POLLO (HIGADO)	50,00	76,50	9,10	5,10	0,00	36,40	45,90	0,00	82,30
SUBTOTAL		1401,08	62,60	28,56	208,68	250,41	257,08	834,72	1342,21
						V.C. ALMUERZO			1342,21
						% DIST. ALMUERZO			49%
ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + ENSALADA + PURE DE PAPA + INFUSIÓN									
CENA									
RES SIN HUESO	80,00	75,60	17,04	1,28	0,00	68,16	11,52	0,00	79,68
TOMATE	30,00	5,64	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
CEBOLLA	30,00	13,23	0,42	0,06	3,39	1,68	0,54	13,56	15,78
LECHUGA	30,00	5,42	0,45	0,06	1,17	1,80	0,54	4,68	7,02
PEPINILLOS	20,00	1,91	0,10	0,02	0,52	0,40	0,18	2,08	2,66
PAPA BLANCA	120,00	110,58	2,52	0,12	26,76	10,08	1,08	107,04	118,20
MARCARINA	5,00	26,60	0,03	4,05	0,02	0,12	32,45	0,06	36,63
LECHE EVAPORADA	20,00	28,60	1,40	1,62	2,18	5,60	14,58	8,72	28,90
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ANIS	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		760,67	29,69	13,74	130,53	118,77	123,62	522,11	764,50
						V.C. CENA			764,50
						% DIST. ALMUERZO			28%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Dr. Antonio Saavedra Caza
AREA DE NUTRICIÓN
C.I.P. 2066

FORMATO B

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA PERSONAL INPE
DEL E.P. DE PIURA - SULLANA**

MENU N° 14-18

03/01/2018 - 17/01/2018

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 HUEVO FRITO									
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	261,51
HUEVOS	60,00	71,91	8,10	5,04	1,14	32,40	45,36	4,56	82,32
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
AZUCAR RUBIA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		574,26	22,71	14,95	92,03	90,84	134,51	368,24	593,59
						V.C. DESAYUNO			593,59
						% DIST. DESAYUNO			22%
ENTRADA: SOPA DE SEMOLA + RES CON HUESO									
ARROZ GRANEADO + CHULETA DE CERDO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA									
ALMUERZO :									
+ REFRESCO DE (LIMA)									
ARROZ SUPERIOR	150,00	553,50	12,55	0,75	115,70	49,29	5,75	155,55	622,75
PAPA BLANCA	40,00	36,86	0,84	0,04	8,92	3,36	0,36	35,68	39,40
CARNE DE CERDO	160,00	285,12	23,04	24,16	0,00	92,16	217,44	0,00	309,60
SEMOLA	30,00	108,60	2,34	0,33	23,52	9,36	2,97	94,08	106,41
PORO	15,00	6,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
FREJOL PANAMITO	60,00	201,60	12,90	1,02	36,42	51,60	9,18	145,68	206,46
APIO	15,00	2,99	0,11	0,03	0,72	0,42	0,27	2,88	3,57
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	40,00	3,83	0,20	0,04	1,04	0,80	0,36	4,16	5,32
LECHUGA	60,00	10,33	0,90	0,12	2,34	3,60	1,98	9,36	14,04
LIMON	2,00	0,31	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
RES CON HUESO	50,00	44,63	10,65	0,80	0,00	42,60	7,20	0,00	49,80
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMA	40,00	9,72	0,24	0,16	2,36	0,96	1,44	9,44	11,84
ACEITE VEGETAL	7,00	61,88	0,00	7,00	0,00	0,00	63,00	0,00	63,00
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		1427,54	65,022	35,21	222,90	260,09	316,89	891,61	1468,59
						V.C. ALMUERZO			1468,59
						% DIST. ALMUERZO			53%
CENA									
SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO + FRUTA + INFUSION									
TRIGO	50,00	168,00	4,30	0,75	36,85	17,20	6,75	147,40	171,35
RES SIN HUESO	120,00	113,40	25,56	1,92	0,00	102,24	17,28	0,00	119,52
PAPA BLANCA	100,00	92,15	2,10	0,10	22,30	8,40	0,90	89,20	98,50
AZUCAR RUBIA	23,00	88,32	0,00	0,00	22,61	0,00	0,00	90,44	90,44
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	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
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
PLATANO DE ISLA	150,00	92,82	1,35	0,60	35,40	5,40	5,40	141,60	152,40
SUBTOTAL		606,43	33,76	8,49	119,01	135,05	70,37	476,03	687,45
						V.C. CENA			687,45
						% DIST. ALMUERZO			25%
	VCT (Gr.)	121,49	58,64	433,97					
	VCT (Kcal.)	485,98	527,77	1735,88					
	VCT (%)	18%	19%	63%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra C.
AREA DE NUTRICION
Civ. 2006

18

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA
DEL 21 DE DICIEMBRE DE 2017 AL 20 DE ENERO DE 2018

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 750 KILOCALORIAS POR DIA

Nº	FECHA	DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
1	JUEVES	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
	21/12/2017					
2	VIERNES	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
	22/12/2017					
3	SÁBADO	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
	23/12/2017					
4	DOMINGO	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
	24/12/2017					
5	LUNES	SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO	LECHE	ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	25/12/2017					
6	MARTES	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
	26/12/2017					
7	MIÉRCOLES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHAS + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	27/12/2017					
8	JUEVES	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
	28/12/2017					
9	VIERNES	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
	29/12/2017					
10	SÁBADO	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
	30/12/2017					
11	DOMINGO	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
	31/12/2017					
12	LUNES	SOYA + 01 PAN CON JAMONADA	LECHE	ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO + MENESTRA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	01/01/2018					
13	MARTES	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
	02/01/2018					
14	MIÉRCOLES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	03/01/2018					
15	JUEVES	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
	04/01/2018					

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Sergio Antonio Saavedra Ciro
AREA DE NUTRICIÓN
C.R. 2066

17

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA
DEL 21 DE DICIEMBRE DE 2017 AL 20 DE ENERO DE 2018

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 750 KILOCALORIAS POR DIA

Nº	FECHA	DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
16	VIERNES	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
	05/01/2018					
17	SÁBADO	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
	06/01/2018					
18	DOMINGO	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
	07/01/2018					
19	LUNES	SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO	LECHE	ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	08/01/2018					
20	MARTES	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
	09/01/2018					
21	MIÉRCOLES	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
	10/01/2018					
22	JUEVES	LECHE CON QUINUA + 01 PAN CON ATUN	MANGO CON LECHE	ARROZ GRANEADO + LUGADO FRITO + PURE DE ESPINACA + ENSALADA + INFUSION	COMPOTA DE MANZANA	SOPA DE SEMOLA + POLLO + INFUSION
	11/01/2018					
23	VIERNES	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
	12/01/2018					
24	SÁBADO	KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	SOPA A LA MINUTTA CON POLLO + INFUSION
	13/01/2018					
25	DOMINGO	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
	14/01/2018					
26	LUNES	SOYA + 01 PAN CON JAMONADA	LECHE	ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO + MENESTRA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	15/01/2018					
27	MARTES	LECHE + 01 PAN CON PALTA	PLATANO DE SEDA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA GUIBADA CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	SOPA DE SEMOLA + CARNE DE RES + INFUSION
	16/01/2018					
28	MIÉRCOLES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	17/01/2018					
29	JUEVES	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
	18/01/2018					
30	VIERNES	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
	19/01/2018					
31	SÁBADO	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
	20/01/2018					

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Sergio Antonio Saavedra Cárdenas
AREA DE NUTRICION
Chp. 2005

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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	
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	38,40	0,00	10,00	0,00	0,00	38,00	0,00	38,00
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%

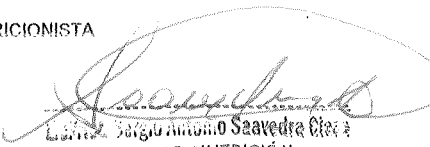
TOTAL (g)	57,62	42,41	249,82
VCT (Kcal.)	230,5	381,7	999,3
TOTAL %	14%	24%	62%

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Sergio Antonio Saavedra Cerezo
AREA DE NUTRICION
L.P. 2006

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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	
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	6,85	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	5,76	0,16	0,04	0,68	0,04	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%

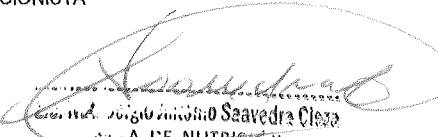
TOTAL (g)	57,57	52,23	247,84
VCT (Kcal.)	230,3	470,1	991,4
TOTAL %	14%	28%	59%

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Ana de Nutrición
CUP. 2008

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU Nº 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	
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	0,00	0,00	0,00	13,04	19,54	3,72	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	11,32	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%

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	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
CARNE DE RES	70,00	66,15	14,91	1,12	3,00	58,54	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		551,50	33,5	7,04	88,975	134,00	63,36	355,90	553,26
						VCT ALM.:	553		TOTAL 37%

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%

CENA ARROZ GRANEADO + PESCADO A LA PLANCHA CON YUCA + INFUSION									
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%

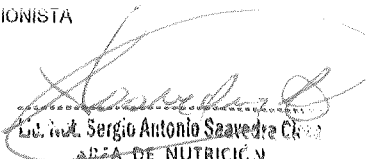
TOTAL (g)	70,58	27,85	243,61
VCT (Kcal.)	282,3	250,7	974,44
TOTAL %	19%	16,6%	65%

TOTAL VCT MENU: 1507 100%

CONTRATISTA


Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


 Lic. Ing. Sergio Antonio Saavedra Chao
 AREA DE NUTRICION
 C.N.P. 2006

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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 MENU
						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%

ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + MENESTRA + LIMONADA									
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	66,16	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%

CENA SOPA DE FIDEO + POLLO + INFUSION									
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%

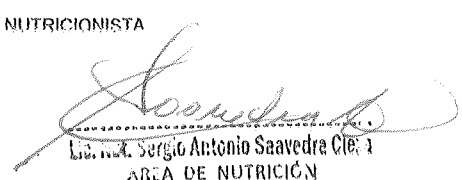
TOTAL (g)	62,61	25,44	250,79
VCT (Kcal.)	250,4	229,0	1.003,14
TOTAL %	17,94	19,79	60,27

TOTAL VCT MENU:	1483	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


 Lic. M. Sergio Antonio Saavedra Cárdenas
 AREA DE NUTRICIÓN
 Ch.P. 2016

12

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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	
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	0,24	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,82
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

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. M. Sergio Antonio Saavedra C.
AREA DE NUTRICION
Ch.P. 2006

FORMATO - C

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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	
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	4,02	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%

ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO 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
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	4,00	5,67	7,33	19,60	51,60	30,52	101,10
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%

CENA ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION									
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)	34,10	39,75	223,58
VCT (Kcal.)	256,7	357,8	894,2
TOTAL %	17%	24%	59%

TOTAL VCT MENU:	1509	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Nut. Sergio Antonio Saavedra Ch.
AREA DE NUTRICION
C.H.P. 2006

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 07-21

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO 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 PLANCHAS + 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	7,91	2,04	0,33	34,23	34,49
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 ALMIRAS									
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	0,00	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

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Scaevola C.
AREA DE NUTRICION
LUP. 2006

09

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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 : 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	11,00	0,00	0,00	47,16	47,16
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 Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Dr. Sergio Antonio Saavedra Cienfuegos
AREA DE NUTRICIÓN
Lima, 2016

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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 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	100,50
AZUCAR REFINADA	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		105,42	0,60	0,30	31,71	2,40	2,70	126,86	131,96
VCT DES.:						131,96		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	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
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		697,00	36,26	11,32	118,73	145,04	103,66	466,36	719,92
VCT ALM.:						715,62		TOTAL	45%

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	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		64,77	0,56	0,28	21,58	2,24	2,52	86,34	91,10
VCT DES.:						91,10		TOTAL	6%

CENA AGUADITO CON MENUDENCIA 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	30,52	252,45
VCT (Kcal.)	291,7	274,6	1.009,8
TOTAL %	19%	17%	64%

TOTAL VCT MENU:	1576	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Dr. nut. 2026 Antonio Saavedra Cte. J
AULA DE NUTRICION
CUP. 2026

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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	
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	181,05	217,47
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	57,30	0,00	0,00	13,75	0,00	0,00	58,30	58,30
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	3,48	0,28	0,18	1,92	2,30
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

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Sergio Antonio Saavedra Cár.
AREA DE NUTRICIÓN
C.R.P. 2006

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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	
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. Lic. Sergio Antonio Saavedra Ch.
AREA DE NUTRICION
CNP. 2016

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

MENU N° 13-27

ALIMENTO	PESO BRUTO KILÓGRAMOS (kg o ml)	KCAL	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DISTRIBUCION POR MENU
						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	15,00	3,30	0,33	0,05	0,32	0,24	0,15	3,33	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

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra C.
AREA DE NUTRICION
CNP. 2016

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU PROPUESTO PARA NIÑOS DEL E.P. DE PIURA - SULLANA

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	
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	3,62	0,28	0,04	2,20	1,12	0,36	5,34	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%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra C.
AREA DE NUTRICIÓN
CNP. 2066

02

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE

DIA: LUNES 25-12-2017

NAVIDAD

PAVITA MECHADA + GARBANZO GUISADO									
ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			TOTAL
						PROT	GRASAS	CHO	
CARNE DE PAVITA	120,00	289,44	24,12	24,24	0,00	96,48	218,16	0,00	314,64
GARBANZO	60,00	217,20	11,52	3,66	36,03	46,08	32,94	144,24	223,26
AJI AMARILLO	10,00	3,00	0,09	0,07	0,88	0,36	0,63	3,62	4,61
ACEITUNA	20,00	52,29	0,16	6,42	1,46	0,64	57,78	6,84	64,26
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	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	46,00	0,00	46,00
SUBTOTAL		614,95	36,17	39,43	40,66	144,68	354,87	162,64	662,19
						VCT		662	

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Sergio Antonio Saavedra Cieza
 AREA DE NUTRICION
 SEP 2006

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE
DIA: LUNES 01-01-2018

AÑO NUEVO

PAVITA MECHADA + GARBANZO GUISADO									
ALIMENTO	PESO BRUTO (g)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			TOTAL
						PROT	GRASAS	CHO	
CARNE DE PAVITA	120,00	289,44	24,12	24,24	0,00	96,48	218,16	0,00	314,64
GARBANZO	60,00	217,20	11,52	3,66	36,06	46,08	32,94	144,24	223,26
AJI AMARILLO	10,00	3,00	0,09	0,07	0,88	0,36	0,63	3,52	4,51
ACEITUNA	20,00	52,29	0,16	6,42	1,46	0,64	57,78	5,84	64,26
CEBOLLA	20,00	2,82	0,28	0,04	2,96	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	5,00	44,20	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
SUBTOTAL		614,95	36,17	39,43	40,66	144,68	354,87	162,64	662,19
						VCT	662		

CONTRATISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. M.A. Sergio Antonio Saavedra Cieza
AREA DE NUTRICIÓN
CNP. 2005