

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

Lima, 08 de junio de 2018.

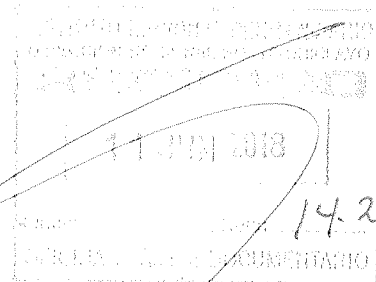
Señores:

OFICINA REGIONAL NORTE CHICLAYO

Calle Manco Cápac N° 450- Chiclayo.

Presente.-

Att.: Lic. Dante a. Sánchez Flores.
Jefe de la Oficina de Logística.



Asunto: **PRESENTACION DE PROGRAMACION DE MENU RECTIFICADOS DEL 21-06-2018 al 20-07-2018**

Referencia: Servicio de Alimentación para los internos(as), niños y personal de Seguridad INPE que labora 24x48 horas de los establecimientos penitenciario de los Departamentos de Cajamarca y de Tumbes de la Oficina Regional Norte Chiclayo del INPE – ITEM 01: EEPP Cajamarca, Chota, Jaén y San Ignacio.

Contrato No. 006-2018-INPE/17 – Ítem I.

De mi especial consideración:

Me es grato dirigirnos a Usted con la finalidad de hacer de su conocimiento que con fecha 06 de junio se realizó la presentación de la Programación de los Menús correspondiente al periodo del 21 de junio al 20 de julio, los cuales tuvieron algunas observaciones. Por tal motivo adjuntamos la **PROGRAMACION DE MENU RECTIFICADOS** del Servicio de Alimentación para los internos(as), niños y personal de Seguridad INPE que labora 24x48 horas de los establecimientos penitenciario de los Departamentos de Cajamarca y de Tumbes de la Oficina Regional Norte Chiclayo del INPE – ITEM 01: EEPP Cajamarca, Chota, Jaén y San Ignacio, habiendo subsanado todas las observaciones.

Agradeciendo la atención que brinde la presente, me despido cordialmente.

Atentamente,

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI. 07261988

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

000156

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	Jueves 21/06/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
2	Viernes 22/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
3	Sabado 23/06/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
4	Domingo 24/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
5	Lunes 25/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
6	Martes 26/06/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
7	Miercoles 27/06/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
8	Jueves 28/06/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
9	Viernes 29/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Higado + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
10	Sabado 30/06/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
11	Domingo 01/07/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
12	Lunes 02/07/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
13	Martes 03/07/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
		ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
14	Miercoles 04/07/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
15	Jueves 05/07/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000155

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

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

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000154

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

MENU° 01 - 15 - 29

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000153

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

MENU° 02 - 16 - 30

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000152

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

MENU° 03 - 17

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + Huevo sancocado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	92.20	83.66	94.95	368.80	
					V.C DESAYUNO			547.41
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	42.00	0.00	42.00	0.00	0.00	378.00	0.00	378.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		54.24	46.42	214.10	216.94	417.78	856.40	
					V.C ALMUERZO			1491.12
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Arroz con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pasas sin semilla	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
SUB TOTAL		12.71	6.18	91.96	50.85	55.64	367.84	
					V.C CENA			474.32
					% DIST. CENA			19
					87.86	63.15	398.26	
					351.5	568.4	1593.0	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2512.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000151

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

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	112.99	115.74	207.27	451.94	
					V.C DESAYUNO			774.95
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.32	32.84	242.06	169.29	295.58	968.25	
					V.C ALMUERZO			1433.12
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Sopa de fideos con res con hueso							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poró	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.38	27.21	98.46	117.54	244.91	393.85	
					V.C CENA			756.30
					% DIST. CENA			26
					100.64	83.08	453.51	
					402.6	747.8	1814.0	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2964.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5651

000150

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

MENU° 05 - 19

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5661

000149

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

MENU° 06 - 20

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

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

000148

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

MENU° 07 - 21

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI/07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000147

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

MENU° 08 - 22

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000146

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 09 - 23

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000145

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

MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + Huevo sancocado							
Cebada tostada y molida	15.00	1.16	0.12	11.96	4.62	1.08	47.82	53.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.15	10.47	94.06	80.58	94.23	376.24	
					V.C DESAYUNO			551.05
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Cilandro	10.00	0.26	0.10	0.56	1.06	0.94	2.24	4.23
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.37	44.73	233.20	253.49	402.53	932.81	
					V.C ALMUERZO			1588.83
					% DIST. ALMUERZO			63
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Chuño	40.0	0.20	0.00	1.96	0.80	0.00	7.84	8.64
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		9.56	5.97	70.72	38.24	53.73	282.86	
					V.C CENA			374.83
					% DIST. CENA			15
					93.08	61.17	397.98	
					372.3	550.5	1591.9	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2514.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000144

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

MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + Queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	112.99	115.74	207.27	451.94	
					V.C DESAYUNO			774.95
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Aji amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.31	34.94	230.41	121.24	314.42	921.63	
					V.C ALMUERZO			1357.29
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Menudencia de pollo	80.00	15.84	3.76	0.00	63.36	33.84	0.00	97.20
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		23.92	19.37	88.63	95.70	174.35	354.53	
					V.C CENA			624.58
					% DIST. CENA			23
					83.17	77.34	432.03	
					332.7	696.0	1728.1	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2756.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIR.

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavioli
NUTRICIONISTA CNP. N° 568

000143

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

MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes - Mermelada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada De frutas	25.00	0.10	0.05	18.28	0.40	0.45	73.10	73.95
SUB TOTAL		11.47	5.49	91.50	45.86	49.37	365.98	
					V.C DESAYUNO			461.21
					% DIST. DESAYUNO			17
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de res + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		41.26	44.04	221.32	165.03	396.38	885.29	
					V.C ALMUERZO			1446.70
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	15.88	161.89	36.26	142.94	647.54	
					V.C CENA			826.73
					% DIST. CENA			30
					61.79	65.41	474.70	
					247.1	588.7	1898.8	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			2734.6
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000142

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

MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Margarina							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Margarina vegetal con sal	25.00	0.15	20.50	0.00	0.60	184.50	0.00	185.10
SUB TOTAL		29.22	43.11	74.90	116.86	387.95	299.58	
					V.C DESAYUNO			804.39
					% DIST. DESAYUNO			30
ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco							
Fideos tallarín	180.00	17.10	0.18	125.28	68.40	1.62	501.12	571.14
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		55.53	44.22	208.95	222.13	397.98	835.80	
					V.C ALMUERZO			1455.90
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Camote	60.0	9.08	0.10	0.51	36.31	0.92	2.04	39.27
Aceite vegetal	8.00	0.00	8.00	0.00	0.00	72.00	0.00	72.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		15.25	11.11	61.33	61.00	100.00	245.33	
					V.C CENA			406.33
					% DIST. CENA			15
					100.00	98.44	345.18	
					400.0	885.9	1380.7	
					11%	26%	63%	
V.C.T MENU							2666.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP N° 5881

000141

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

MENU° 14 - 28

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000140

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21.06/22.06/23.06	DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Aguadito de pollo + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Ensalada + Infusion
2	24.06/25.06/26.07	DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Chicharron de pota con col + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
3	27.06/28.06/29.06	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
		ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
4	30.06/01.07/02/07	DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
5	03.07/04.07/05.07	DESAYUNO	Emoliente + 02 pan + Frito de chancho con camote
		ALMUERZO	Sopa de fideos con pecho de res y verduras + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion
6	06.07/07.07/08.07	DESAYUNO	Arroz a la cubana + 01Pan + Infusion
		ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arros graneado + Pollo al sillao + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
7	09.07/10.07/11.07	DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
		ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejititas guisadas + Ensalada + Infusion
8	12.07/13.07/14.07	DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Sopa de moron con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
9	15.07/16.07/17.07	DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
10	18.07/19.07/20.07	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000139

MENU° 01

000138

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

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Naranja	120.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		24.42	17.05	102.64	97.66	153.45	410.54	
					V.C DESAYUNO			661.65
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Chicharron de pota con col + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco							
Calamar grande ó pota	80.00	8.48	0.16	0.80	33.92	1.44	3.20	38.56
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		56.06	38.36	259.57	224.23	345.22	1038.27	
					V.C ALMUERZO			1607.72
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
SUB TOTAL		16.40	21.18	206.88	65.62	190.58	827.51	
					V.C CENA			1083.71
					% DIST. CENA			32
					96.88	76.58	569.08	
					387.5	689.3	2276.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3353.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000137

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

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	26.78	131.34	131.01	241.04	525.34	
					V.C CENA			897.39
					% DIST. CENA			32
					113.70	77.52	421.13	
					454.8	697.7	1684.5	
					11%	28%	61%	
					V.C.T MENU			2836.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI/07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000136

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

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	106.85	107.90	171.32	427.38	
					V.C DESAYUNO			706.60
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		72.25	38.81	257.01	288.99	349.31	1028.05	
					V.C ALMUERZO			1666.35
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			26
					133.18	86.20	472.51	
					532.7	775.8	1890.0	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3198.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000135

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

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Emoliente + 02 panes + Frito de chancho con camote							
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Carne de Cerdo	50.00	7.20	7.55	0.00	28.80	67.95	0.00	96.75
Camote amarillo	80.00	14.24	0.16	0.80	56.96	1.44	3.20	61.60
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		31.04	26.50	85.77	124.14	238.50	343.06	
					V.C DESAYUNO			705.70
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pecho de res + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	2.46	3.30	17.25	9.84	29.70	69.00	108.54
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		76.88	39.95	300.28	307.51	359.51	1201.10	
					V.C ALMUERZO			1868.13
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	120.00	20.45	1.54	0.00	81.79	13.82	0.00	95.62
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	9.84	0.60	93.36	39.36	5.40	373.44	418.20
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Lima	150.0	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		36.80	13.29	189.44	147.19	119.57	757.74	
					V.C CENA			1024.51
					% DIST. CENA			28
				144.71	79.73	575.48		
				578.8	717.6	2301.9		
				13%	25%	62%		
V.C.T MENU							3598.3	100%

REPRESENTANTE DEL COMITÉ

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑED
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000134

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

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Arroz a la cubana + 01 pan + infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Plátano verde (3)	100.00	1.00	0.20	40.90	4.00	1.80	163.60	169.40
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
SUB TOTAL		20.39	32.50	129.06	81.56	292.50	516.24	
					V.C DESAYUNO			890.30
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo al sillao + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		68.44	44.29	253.15	273.75	398.57	1012.60	
					V.C ALMUERZO			1684.92
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	27.07	122.13	111.44	243.59	488.52	
					V.C CENA			843.56
					% DIST. CENA			25
					116.69	103.85	504.34	
					466.8	934.7	2017.4	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			3418.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000133

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

MENU° 07

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000132

MENU° 08

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

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

000131

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

MENU° 09

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000130

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

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Chocio	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.0	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		64.34	34.51	233.89	257.37	310.63	935.57	
					V.C ALMUERZO			1503.57
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			27
					114.49	81.53	503.95	
					457.9	733.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3207.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000129

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

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

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hgado frito
		MEDIA MAÑANA	Mazamorra con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hgado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/06/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/06/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/06/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hgado de pollo
8	28/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hgado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	01/07/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hgado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

000128

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

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

12	02/07/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
13	03/07/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
14	04/07/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo
15	05/07/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5661

000127

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

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

MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

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

000126

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

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

29	19/07/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
30	20/07/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Mazamorra con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000125

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

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000124

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

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5661

000123

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

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000122

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

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI/07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000121

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

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000120

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

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Rosa Haydee Zavaleta Gavidia
NUTRICIONISTA CNP. N° 5661

000119

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

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000118

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

000117

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	Jueves 21/06/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
2	Viernes 22/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
3	Sabado 23/06/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
4	Domingo 24/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
5	Lunes 25/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
6	Martes 26/06/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
7	Miercoles 27/06/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
8	Jueves 28/06/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 panes con hot dog frito
9	Viernes 29/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Hgado + Papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
10	Sabado 30/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con lecha + 02 panes
11	Domingo 01/07/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + queso
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
12	Lunes 02/07/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
13	Martes 03/07/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + mantequilla
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
14	Miercoles 04/07/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + infusion
15	Jueves 05/07/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000116

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000115

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

MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.88	13.56	93.60	83.52	122.04	374.38	
					V.C DESAYUNO			579.94
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco							
Fideos tallarín	180.00	17.10	0.18	125.28	68.40	1.62	501.12	571.14
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		55.53	39.22	194.20	222.13	352.98	776.82	
					V.C ALMUERZO			1351.92
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	35.50	56.42	47.12	319.52	225.67	
					V.C CENA			592.31
					% DIST. CENA			23
					88.19	88.28	344.22	
					352.8	794.5	1376.9	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			2524.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000114

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA
MENU° 02 - 16 - 30

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000113

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

MENU° 03 - 17

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	92.20	83.66	94.95	368.80	
					V.C DESAYUNO			547.41
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	42.00	0.00	42.00	0.00	0.00	378.00	0.00	378.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		54.24	46.42	214.10	216.94	417.78	856.40	
					V.C ALMUERZO			1491.12
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Arroz con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	45.0	3.69	0.23	35.01	14.76	2.03	140.04	156.83
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pasas sin semilla	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
SUB TOTAL		13.12	6.21	95.85	52.49	55.86	383.40	
					V.C CENA			491.75
					% DIST. CENA			19
					88.27	63.18	402.15	
					353.1	568.6	1608.6	
					11%	26%	63%	
V.C.T MENU							2530.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000112

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

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	112.99	115.74	207.27	451.94	
					V.C DESAYUNO			774.95
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.32	32.84	242.06	169.29	295.58	968.25	
					V.C ALMUERZO			1433.12
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Sopa de fideos con res con hueso							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Porro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.38	27.21	98.46	117.54	244.91	393.85	
					V.C CENA			756.30
					% DIST. CENA			26
					100.64	83.08	453.51	
					402.6	747.8	1814.0	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2964.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000111

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

MENU° 05 - 19

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000110

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

MENU° 06 - 20

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000109

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

MENU° 07 - 21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Arvejas secas	80.00	4.54	0.38	12.03	18.18	3.46	48.13	69.76
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		64.37	25.54	209.08	257.48	229.87	836.31	
					V.C ALMUERZO			1323.66
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	15.0	0.35	0.06	1.13	1.38	0.54	4.50	6.42
Tomate	10.0	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	150.0	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.19	14.49	111.43	120.76	130.37	445.74	
					V.C CENA			696.87
					% DIST. CENA			26
					109.25	65.60	409.17	
					437.0	590.4	1636.7	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			2664.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000108

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

MENU° 08 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	36.00	0.00	0.00	35.39	0.00	0.00	141.55	141.55
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.60	13.52	82.49	82.40	121.68	329.95	
					V.C DESAYUNO			534.03
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	180.00	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Tomate	10.00	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Cebolla de cabeza	15.00	0.29	0.05	0.96	1.17	0.46	3.83	5.46
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		52.90	34.02	230.95	211.59	306.16	923.79	
					V.C ALMUERZO			1441.54
					% DIST. ALMUERZO			56
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	18.00	0.00	18.00	0.00	0.00	162.00	0.00	162.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	38.50	51.50	47.12	346.52	206.01	
					V.C CENA			599.65
					% DIST. CENA			23
					85.28	86.04	364.94	
					341.1	774.4	1459.8	
					12%	20%	68%	
					V.C T MENU			2575.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000107

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

MENU° 09 - 23

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 ONI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000106

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

MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + huevo sancocado							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cebada tostada y molida	15.00	1.16	0.12	11.96	4.62	1.08	47.82	53.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		31.87	21.19	115.31	127.48	190.71	461.24	
					V.C DESAYUNO			779.43
					% DIST. DESAYUNO			29
ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Cilandro	10.00	0.26	0.10	0.56	1.06	0.94	2.24	4.23
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.37	39.73	228.29	253.49	357.53	913.15	
					V.C ALMUERZO			1524.17
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Chuño	40.0	0.20	0.00	1.96	0.80	0.00	7.84	8.64
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		9.56	5.97	70.72	38.24	53.73	282.86	
					V.C CENA			374.83
					% DIST. CENA			14
					104.80	66.89	414.31	
					419.2	602.0	1657.3	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2678.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000105

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

MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + Queso							
Cebada tostada y molida	20.00	1.54	0.16	15.94	6.16	1.44	63.76	71.36
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		18.75	12.47	97.85	75.00	112.23	391.38	
					V.C DESAYUNO			578.61
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.31	34.94	230.41	121.24	314.42	921.63	
					V.C ALMUERZO			1357.29
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Menudencia de pollo	80.00	15.84	3.76	0.00	63.36	33.84	0.00	97.20
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		23.92	19.37	88.63	95.70	174.35	354.53	
					V.C CENA			624.58
					% DIST. CENA			24
				72.98	66.78	416.89		
				291.9	601.0	1667.5		
				12%	28%	60%		
V.C.T MENU							2560.5	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000104

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

MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes - Mermelada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada De frutas	25.00	0.10	0.05	18.28	0.40	0.45	73.10	73.95
SUB TOTAL		11.47	5.49	91.50	45.86	49.37	365.98	
					V.C DESAYUNO			461.21
					% DIST. DESAYUNO			17
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de res + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		41.26	44.04	221.32	165.03	396.38	885.29	
					V.C ALMUERZO			1446.70
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	15.88	161.89	36.26	142.94	647.54	
					V.C CENA			826.73
					% DIST. CENA			30
					61.79	65.41	474.70	
					247.1	588.7	1898.8	
					12%	25%	63%	
V.C.T MENU							2734.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000103

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

MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Margarina							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Margarina vegetal con sal	25.00	0.15	20.50	0.00	0.60	184.50	0.00	185.10
SUB TOTAL		29.22	43.11	74.90	116.86	387.95	299.58	
					V.C DESAYUNO			804.39
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		46.98	45.02	263.56	187.91	405.20	1054.25	
					V.C ALMUERZO			1647.36
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Camote	60.0	9.08	0.10	0.51	36.31	0.92	2.04	39.27
Aceite vegetal	8.00	0.00	8.00	0.00	0.00	72.00	0.00	72.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		15.25	11.11	56.42	61.00	100.00	225.67	
					V.C CENA			386.67
					% DIST. CENA			14
					91.44	99.24	394.88	
					365.8	893.1	1579.5	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2838.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000102

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

MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado + Menestra + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		74.29	35.80	226.26	297.16	322.17	905.02	
					V.C ALMUERZO			1524.35
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz a la cubana + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	200.0	2.40	0.48	33.60	9.60	4.32	134.40	148.32
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.88	15.97	129.28	71.52	143.73	517.10	
					V.C CENA			732.35
					% DIST. CENA			25
					106.87	77.34	444.19	
					427.5	696.0	1776.8	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			2900.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000101

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

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21.06/22.06/23.06	DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Aguadito de pollo + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Ensalada + Infusion
2	24.06/25.06/26.07	DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Chicharron de pota con col + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
3	27.06/28.06/29.06	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
		ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
4	30.06/01.07/02.07	DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
5	03.07/04.07/05.07	DESAYUNO	Emoliente + 02 pan + Frito de chanco con camote
		ALMUERZO	Sopa de fideos con pecho de res y verduras + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion
6	06.07/07.07/08.07	DESAYUNO	Arroz a la cubana + 01 Pan + Infusion
		ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo al sillao + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
7	09.07/10.07/11.07	DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
		ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejititas guisadas + Ensalada + Infusion
8	12.07/13.07/14.07	DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Sopa de moron con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
9	15.07/16.07/17.07	DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
10	18.07/19.07/20.07	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000100

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

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO: Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote								
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	13.00	0.00	13.00	0.00	0.00	117.00	0.00	117.00
SUB TOTAL		21.40	17.92	116.90	85.60	161.28	467.58	
					V.C DESAYUNO			714.46
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO Aguadito de pollo + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	30.00	2.46	0.15	23.34	9.84	1.35	93.36	104.55
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Yuca amarilla	40.00	1.12	8.00	1.44	4.48	72.00	5.76	82.24
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Cilantro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Culantro	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		88.23	29.93	338.69	352.91	269.37	1354.76	
					V.C ALMUERZO			1977.05
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	145.14	132.02	175.99	580.55	
					V.C CENA			888.55
					% DIST. CENA			25
					142.63	67.40	600.72	
					570.5	606.6	2402.9	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			3580.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000099

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

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Naranja	120.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		24.42	17.05	102.64	97.66	153.45	410.54	
					V.C DESAYUNO			661.65
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Chicharron de pota con col + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco							
Calamar grande ó pota	80.00	8.48	0.16	0.80	33.92	1.44	3.20	38.56
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		56.06	38.36	259.57	224.23	345.22	1038.27	
					V.C ALMUERZO			1607.72
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
SUB TOTAL		16.40	21.18	206.88	65.62	190.58	827.51	
					V.C CENA			1083.71
					% DIST. CENA			32
					96.88	76.58	569.08	
					387.5	689.3	2276.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3353.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000098

FORMATO N° A

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

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Papa a la huancaína +Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	26.78	131.34	131.01	241.04	525.34	
					V.C CENA			897.39
					% DIST. CENA			32
					113.70	77.52	421.13	
					454.8	697.7	1684.5	
					11%	28%	61%	
					V.C.T MENU			2836.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000097

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

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	106.85	107.90	171.32	427.38	
					V.C DESAYUNO			706.60
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		72.25	38.81	257.01	288.99	349.31	1028.05	
					V.C ALMUERZO			1666.35
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			26
					133.18	86.20	472.51	
					532.7	775.8	1890.0	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3198.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000096

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

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO: Emoliente + 02 panes + Frito de chancho con camote								
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Carne de Cerdo	50.00	7.20	7.55	0.00	28.80	67.95	0.00	96.75
Camote amarillo	80.00	14.24	0.16	0.80	56.96	1.44	3.20	61.60
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		31.04	26.50	85.77	124.14	238.50	343.06	
					V.C DESAYUNO			705.70
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO Sopa de fideos con pecho de res + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta								
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	2.46	3.30	17.25	9.84	29.70	69.00	108.54
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		76.88	39.95	300.28	307.51	359.51	1201.10	
					V.C ALMUERZO			1868.13
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	120.00	20.45	1.54	0.00	81.79	13.82	0.00	95.62
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	9.84	0.60	93.36	39.36	5.40	373.44	418.20
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Lima	150.0	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		36.80	13.29	189.44	147.19	119.57	757.74	
					V.C CENA			1024.51
					% DIST. CENA			28
					144.71	79.73	575.48	
					578.8	717.6	2301.9	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU			3598.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000095

FORMATO N° A

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

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Arroz a la cubana + 01 pan + infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Plátano verde (3)	100.00	1.00	0.20	40.90	4.00	1.80	163.60	169.40
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
SUB TOTAL		20.39	32.50	129.06	81.56	292.50	516.24	
					V.C DESAYUNO			890.30
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo al sillao + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		68.44	44.29	253.15	273.75	398.57	1012.60	
					V.C ALMUERZO			1684.92
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	27.07	122.13	111.44	243.59	488.52	
					V.C CENA			843.56
					% DIST. CENA			25
					116.69	103.85	504.34	
					466.8	934.7	2017.4	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			3418.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSÉ ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000094

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

MENU° 07

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000093

FORMATO N° A

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

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		23.73	8.74	115.13	94.92	78.66	460.50	
					V.C DESAYUNO			634.08
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de moron con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	15.73	0.00	0.00	62.91	62.91
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	30.82	122.46	68.85	277.36	489.86	
					V.C CENA			836.07
					% DIST. CENA			26
					101.21	89.68	500.10	
					404.9	807.1	2000.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			3212.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000092

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

MENU° 09

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000091

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

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.0	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		64.34	34.51	233.89	257.37	310.63	935.57	
					V.C ALMUERZO			1503.57
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			27
					114.49	81.53	503.95	
					457.9	733.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3207.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000090

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

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

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Mazamorra con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/06/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/06/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/06/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anís + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
8	28/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	01/07/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
ONI 07261988

Lic. Florencia Alicia Yumpe Leli
NUTRICIONISTA CNP. N° 6514

000089

12	02/07/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
13	03/07/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
14	04/07/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo
15	05/07/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000088

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

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

MENUES CON APORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL

000087

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

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

29	19/07/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
30	20/07/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Mazamorra con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000086

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

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000085

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

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000084

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

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000083

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

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000082

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

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000081

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

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Fiorella Alicia Yumpe Lo
NUTRICIONISTA CNP. N° 6114

000080

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

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

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

000079

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

000078

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21.06/22.06/23.06	DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Aguadito de pollo + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Ensalada + Infusion
2	24.06/25.06/26.07	DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Chicharron de pota con col + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
3	27.06/28.06/29.06	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
		ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
4	30.06/01.07/02.07	DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Hgado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
5	03.07/04.07/05.07	DESAYUNO	Emoliente + 02 pan + Frito de chancho con camote
		ALMUERZO	Sopa de fideos con pecho de res y verduras + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion
6	06.07/07.07/08.07	DESAYUNO	Arroz a la cubana + 01Pan + Infusion
		ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arros graneado + Pollo al sillao + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
7	09.07/10.07/11.07	DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
		ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejitas guisadas + Ensalada + Infusion
8	12.07/13.07/14.07	DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Sopa de moron con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
9	15.07/16.07/17.07	DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
10	18.07/19.07/20.07	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000077

FORMATO N° A

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

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	13.00	0.00	13.00	0.00	0.00	117.00	0.00	117.00
SUB TOTAL		21.40	17.92	116.90	85.60	161.28	467.58	
					V.C DESAYUNO			714.46
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Aguadito de pollo + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	30.00	2.46	0.15	23.34	9.84	1.35	93.36	104.55
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Yuca amarilla	40.00	1.12	8.00	1.44	4.48	72.00	5.76	82.24
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Culantro	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		88.23	29.93	338.69	352.91	269.37	1354.76	
					V.C ALMUERZO			1977.05
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	145.14	132.02	175.99	580.55	
					V.C CENA			888.55
					% DIST. CENA			25
				142.63	67.40	600.72		
				570.5	606.6	2402.9		
				12%	25%	63%		
V.C.T MENU							3580.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Javier Parra Quispe
NUTRICIONISTA CNP N° 251

000076

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

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Naranja	120.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		24.42	17.05	102.64	97.66	153.45	410.54	
					V.C DESAYUNO			661.65
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Chicharron de pota con col + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco							
Calamar grande ó pota	80.00	8.48	0.16	0.80	33.92	1.44	3.20	38.56
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		56.06	38.36	259.57	224.23	345.22	1038.27	
					V.C ALMUERZO			1607.72
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
SUB TOTAL		16.40	21.18	206.88	65.62	190.58	827.51	
					V.C CENA			1083.71
					% DIST. CENA			32
					96.88	76.58	569.08	
					387.5	689.3	2276.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3353.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

000075

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

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

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Papa a la huancaína +Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	26.78	131.34	131.01	241.04	525.34	
					V.C CENA			897.39
					% DIST. CENA			32
					113.70	77.52	421.13	
					454.8	697.7	1684.5	
					11%	28%	61%	
					V.C.T MENU		2836.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Peres Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000074

FORMATO N° A

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

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO: Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza								
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	106.85	107.90	171.32	427.38	
					V.C DESAYUNO			706.60
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco								
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		72.25	38.81	257.01	288.99	349.31	1028.05	
					V.C ALMUERZO			1666.35
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			26

FORMATO N° A

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

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Emoliente + 02 panes + Frito de chancho con camote							
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Carne de Cerdo	50.00	7.20	7.55	0.00	28.80	67.95	0.00	96.75
Camote amarillo	80.00	14.24	0.16	0.80	56.96	1.44	3.20	61.60
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		31.04	26.50	85.77	124.14	238.50	343.06	
					V.C DESAYUNO			705.70
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pecho de res + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	2.46	3.30	17.25	9.84	29.70	69.00	108.54
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		76.88	39.95	300.28	307.51	359.51	1201.10	
					V.C ALMUERZO			1868.13
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	120.00	20.45	1.54	0.00	81.79	13.82	0.00	95.62
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	9.84	0.60	93.36	39.36	5.40	373.44	418.20
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Lima	150.0	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		36.80	13.29	189.44	147.19	119.57	757.74	
					V.C CENA			1024.51
					% DIST. CENA			28
					144.71	79.73	575.48	
					578.8	717.6	2301.9	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU			3598.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Peres Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000072

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

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Arroz a la cubana + 01 pan + infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Plátano verde (3)	100.00	1.00	0.20	40.90	4.00	1.80	163.60	169.40
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
SUB TOTAL		20.39	32.50	129.06	81.56	292.50	516.24	
					V.C DESAYUNO			890.30
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo al sillao + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		68.44	44.29	253.15	273.75	398.57	1012.60	
					V.C ALMUERZO			1684.92
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	27.07	122.13	111.44	243.59	488.52	
					V.C CENA			843.56
					% DIST. CENA			25
					116.69	103.85	504.34	
					466.8	934.7	2017.4	
					15%	28%	57%	
V.C.T MENU							3418.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261968

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

000071

FORMATO N° A

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

MENU° 07

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261968

Lic. Janet Peraza Qunsada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000070

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

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		23.73	8.74	115.13	94.92	78.66	460.50	
					V.C DESAYUNO			634.08
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de moron con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	15.73	0.00	0.00	62.91	62.91
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	30.82	122.46	68.85	277.36	489.86	
					V.C CENA			836.07
					% DIST. CENA			26
					101.21	89.68	500.10	
					404.9	807.1	2000.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			3212.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000069

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

MENU° 09

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Peraza Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 296f.

000068

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

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.0	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		64.34	34.51	233.89	257.37	310.63	935.57	
					V.C ALMUERZO			1503.57
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			27
					114.49	81.53	503.95	
					457.9	733.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3207.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

.....
JOSÉ ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

.....
Lic. Janet Peron Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2961

000067

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	Jueves 21/06/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
2	Viernes 22/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
3	Sabado 23/06/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
4	Domingo 24/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
5	Lunes 25/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
6	Martes 26/06/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
7	Miercoles 27/06/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
8	Jueves 28/06/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Higado + Papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
9	Viernes 29/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
10	Sabado 30/06/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
11	Domingo 01/07/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + queso
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
12	Lunes 02/07/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
13	Martes 03/07/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
14	Miercoles 04/07/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
15	Jueves 05/07/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Qunsada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000066

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

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

MENUS CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisada
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

000065

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

MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.88	13.56	93.60	83.52	122.04	374.38	
					V.C DESAYUNO			579.94
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		38.77	33.73	238.54	155.06	303.61	954.15	
					V.C ALMUERZO			1412.82
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	35.50	56.42	47.12	319.52	225.67	
					V.C CENA			592.31
					% DIST. CENA			23
					71.43	82.80	388.55	
					285.7	745.2	1554.2	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			2585.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 ONI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000064

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

MENU° 02 - 16 - 30

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Mermelada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada De frutas	25.00	0.10	0.05	18.28	0.40	0.45	73.10	73.95
SUB TOTAL		11.56	5.51	101.73	46.24	49.59	406.92	
					V.C DESAYUNO			502.75
					% DIST. DESAYUNO			18
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		63.56	39.68	233.89	254.24	357.09	935.54	
					V.C ALMUERZO			1546.87
					% DIST. ALMUERZO			56
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.09	26.58	90.69	128.38	239.20	362.77	
					V.C CENA			730.35
					% DIST. CENA			26
					107.21	71.76	426.31	
					428.9	645.9	1705.2	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			2780.0
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lc. Jhonel Perea Quesado
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

000063

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

MENU° 03 - 17

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	92.20	83.66	94.95	368.80	
					V.C DESAYUNO			547.41
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de res + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.10	44.08	235.16	168.39	396.74	940.63	
					V.C ALMUERZO			1505.76
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Arroz con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pasas sin semilla	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		12.71	6.18	101.79	50.85	55.64	407.16	
					V.C CENA			513.64
					% DIST. CENA			20
					75.73	60.81	429.15	
					302.9	547.3	1716.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2566.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000062

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

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	112.99	115.74	207.27	451.94	
					V.C DESAYUNO			774.95
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.32	32.84	242.06	169.29	295.58	968.25	
					V.C ALMUERZO			1433.12
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Sopa de fideo con res con hueso							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.38	27.21	98.46	117.54	244.91	393.85	
					V.C CENA			756.30
					% DIST. CENA			26
					100.64	83.08	453.51	
					402.6	747.8	1814.0	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2964.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Qunsada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000061

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

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.65	17.24	73.62	70.58	155.12	294.48	
					V.C DESAYUNO			520.18
					% DIST. DESAYUNO			19
ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		53.25	34.91	217.30	213.01	314.19	869.20	
					V.C ALMUERZO			1396.39
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	15.88	161.89	36.26	142.94	647.54	
					V.C CENA			826.73
					% DIST. CENA			30
					79.96	68.03	452.80	
					319.8	612.2	1811.2	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2743.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000080

FORMATO N° A

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

MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		29.67	22.71	88.70	118.66	204.35	354.78	
					V.C DESAYUNO			677.79
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		46.98	50.02	278.31	187.91	450.20	1113.23	
					V.C ALMUERZO			1751.34
					% DIST. ALMUERZO			61
CENA	Infusion + 02 panes con tortilla							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Huevo de gallina. Crudo	30.0	3.44	2.14	0.46	13.77	19.28	1.84	34.88
Harina de trigo	10.0	0.89	0.17	6.36	3.57	1.53	25.43	30.53
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		10.51	15.32	62.73	42.02	137.89	250.90	
					V.C CENA			430.81
					% DIST. CENA			15
					87.15	88.05	429.73	
					348.6	792.4	1718.9	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2859.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 296

000059

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

MENU° 07 - 21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Arvejas secas	80.00	4.54	0.38	12.03	18.18	3.46	48.13	69.76
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		64.37	40.54	209.08	257.48	364.87	836.31	
					V.C ALMUERZO			1458.66
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	15.0	0.35	0.06	1.13	1.38	0.54	4.50	6.42
Tomate	10.0	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	150.0	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		30.19	14.49	111.43	120.76	130.37	445.74	
					V.C CENA			696.87
					% DIST. CENA			25
					109.25	80.60	409.17	
					437.0	725.4	1636.7	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			2799.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000058

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

MENU° 08 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + Atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.88	13.56	93.60	83.52	122.04	374.38	
					V.C DESAYUNO			579.94
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Saltado de Hígado + Papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		41.57	32.23	238.54	166.26	290.11	954.15	
					V.C ALMUERZO			1410.52
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	18.00	0.00	18.00	0.00	0.00	162.00	0.00	162.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	38.50	56.42	47.12	346.52	225.67	
					V.C CENA			619.31
					% DIST. CENA			24
					74.23	84.30	388.55	
					296.9	758.7	1554.2	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			2609.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CnP N° 2964

000057

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 09 - 23

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Platano							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		12.96	5.76	144.81	51.84	51.84	579.22	
					V.C DESAYUNO			682.90
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Cilandro	10.00	0.26	0.10	0.56	1.06	0.94	2.24	4.23
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.37	39.73	228.29	253.49	357.53	913.15	
					V.C ALMUERZO			1524.17
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de res pulpa	70.00	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Cebolla de cabeza	10.0	0.18	0.03	0.60	0.74	0.29	2.40	3.42
Papa blanca	150.00	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Arvejas frescas	20.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		25.62	16.75	123.73	102.50	150.77	494.92	
					V.C CENA			748.18
					% DIST. CENA			25
					101.96	62.24	496.82	
					407.8	560.1	1987.3	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU		2955.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000056

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

MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	15.00	1.16	0.12	11.96	4.62	1.08	47.82	53.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.15	10.47	94.06	80.58	94.23	376.24	
					V.C DESAYUNO			551.05
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		31.40	42.68	236.16	125.59	384.14	944.63	
					V.C ALMUERZO			1454.36
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Chufño blanco	45.00	0.23	0.00	34.96	0.90	0.00	139.84	140.74
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		9.59	5.97	103.72	38.34	53.73	414.86	
					V.C CENA			506.93
					% DIST. CENA			20
					61.13	59.12	433.93	
					244.5	532.1	1735.7	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2512.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisada
 NUTRICIONISTA Cnmp N° 2966

000055

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

MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + Queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	93.33	115.74	207.27	373.30	
					V.C DESAYUNO			696.31
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.31	44.94	230.41	121.24	404.42	921.63	
					V.C ALMUERZO			1447.29
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Menudencia de pollo	80.00	15.84	3.76	0.00	63.36	33.84	0.00	97.20
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		23.92	24.37	88.63	95.70	219.35	354.53	
					V.C CENA			669.58
					% DIST. CENA			24
					83.17	92.34	412.37	
					332.7	831.0	1649.5	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2813.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janel Peres Quesada
NUTRICIONISTA C.N.P. N° 2966

000054

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

MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.65	17.24	73.62	70.58	155.12	294.48	
					V.C DESAYUNO			520.18
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco							
Fideos tallarín	180.00	17.10	0.18	125.28	68.40	1.62	501.12	571.14
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		55.53	34.22	199.12	222.13	307.98	796.48	
					V.C ALMUERZO			1326.58
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	10.88	161.89	36.26	97.94	647.54	
					V.C CENA			781.73
					% DIST. CENA			30
					82.24	62.34	434.62	
					329.0	561.0	1738.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			2628.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Qunsada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000053

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

MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Margarina							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Margarina vegetal con sal	25.00	0.15	20.50	0.00	0.60	184.50	0.00	185.10
SUB TOTAL		29.22	43.11	74.90	116.86	387.95	299.58	
					V.C DESAYUNO			804.39
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		46.98	45.02	278.31	187.91	405.20	1113.23	
					V.C ALMUERZO			1706.34
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Camote	60.0	9.08	0.10	0.51	36.31	0.92	2.04	39.27
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		15.25	13.11	51.50	61.00	118.00	206.01	
					V.C CENA			385.01
					% DIST. CENA			13
					91.44	101.24	404.71	
					365.8	911.1	1618.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2895.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Ltc. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000052

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

MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		14.70	25.57	88.66	58.78	230.13	354.64	
					V.C DESAYUNO			643.55
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		74.29	30.80	236.09	297.16	277.17	944.34	
					V.C ALMUERZO			1518.67
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz a la cubana + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Plátano de seda	200.0	2.40	0.48	33.60	9.60	4.32	134.40	148.32
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.88	20.97	129.28	71.52	188.73	517.10	
					V.C CENA			777.35
					% DIST. CENA			26
					106.87	77.34	454.02	
					427.5	696.0	1816.1	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			2939.6
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000051

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

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

MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Mazamorra con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/06/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de ,manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/06/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/06/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
8	28/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	01/07/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

000050

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perna Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

12	02/07/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
13	03/07/2018	CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
		DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
14	04/07/2018	MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
		DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
15	05/07/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo
		DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 290

000043

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

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

MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesado
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

000048

29	19/07/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta.+ Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
30	20/07/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Mazamorra con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion

000047

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2956

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

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Llc. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 29F

000046

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

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI-07261988

Llc. Janet Perea Qunsac
NUTRICIONISTA CNP N° 24

000045

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

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Puma Qunsadu
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

000044

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

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quera
NUTRICIONISTA CNP N° 29

000043

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

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI: 07261988

Lic. Janet Perea Quasado
NUTRICIONISTA CNP N° 29

000042

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

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Peres Quisac.
NUTRICIONISTA CNP N° 29

000041

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

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Llc. Janet Perna Quesado
NUTRICIONISTA CNP N° 29

000040

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

000039

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	Jueves 21/06/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
2	Viernes 22/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Arros graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
3	Sabado 23/06/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de res+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
4	Domingo 24/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + queso
		ALMUERZO	Arros graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con res con hueso
5	Lunes 25/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
6	Martes 26/06/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla
7	Miercoles 27/06/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de molleja + Yuca + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + infusion
8	Jueves 28/06/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
9	Viernes 29/06/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Higado + Papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
10	Sabado 30/06/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
11	Domingo 01/07/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + queso
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
12	Lunes 02/07/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
13	Martes 03/07/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + margarina
		ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
14	Miercoles 04/07/2018	DESAYUNO	Avena + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arros graneado + Picante de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
15	Jueves 05/07/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

000038

Lic. Janet Peres Quasada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI/07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2961

000037

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

MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.88	13.56	93.60	83.52	122.04	374.38	
					V.C DESAYUNO			579.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		63.56	39.68	233.89	254.24	357.09	935.54	
					V.C ALMUERZO			1546.87
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	35.50	56.42	47.12	319.52	225.67	
					V.C CENA			592.31
					% DIST. CENA			22
					96.22	88.74	383.90	
					384.9	798.6	1535.6	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			2719.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000036

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

MENU° 02 - 16 - 30

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Mermelada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada De frutas	25.00	0.10	0.05	18.28	0.40	0.45	73.10	73.95
SUB TOTAL		11.56	5.51	101.73	46.24	49.59	406.92	
					V.C DESAYUNO			502.75
					% DIST. DESAYUNO			19
ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		38.77	33.73	238.54	155.06	303.61	954.15	
					V.C ALMUERZO			1412.82
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.09	26.58	90.69	128.38	239.20	362.77	
					V.C CENA			730.35
					% DIST. CENA			28
					82.42	65.82	430.96	
					329.7	592.4	1723.8	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			2645.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2901

000035

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

MENU° 03 - 17

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	92.20	83.66	94.95	368.80	
					V.C DESAYUNO			547.41
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de res + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.10	44.08	235.16	168.39	396.74	940.63	
					V.C ALMUERZO			1505.76
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Arroz con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pasas sin semilla	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		12.71	6.18	101.79	50.85	55.64	407.16	
					V.C CENA			513.64
					% DIST. CENA			20
					75.73	60.81	429.15	
					302.9	547.3	1716.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2566.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000034

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

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	112.99	115.74	207.27	451.94	
					V.C DESAYUNO			774.95
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		42.32	32.84	242.06	169.29	295.58	968.25	
					V.C ALMUERZO			1433.12
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Sopa de fideo con res con hueso							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Porro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.38	27.21	98.46	117.54	244.91	393.85	
					V.C CENA			756.30
					% DIST. CENA			26
					100.64	83.08	453.51	
					402.6	747.8	1814.0	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2964.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CRP N° 24

000033

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

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.65	17.24	73.62	70.58	155.12	294.48	
					V.C DESAYUNO			520.18
					% DIST. DESAYUNO			19
ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo mechado (presa) + papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		53.25	34.91	217.30	213.01	314.19	869.20	
					V.C ALMUERZO			1396.39
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	15.88	161.89	36.26	142.94	647.54	
					V.C CENA			826.73
					% DIST. CENA			30
					79.96	68.03	452.80	
					319.8	612.2	1811.2	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			2743.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000032

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

MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILocalORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		29.67	22.71	88.70	118.66	204.35	354.78	
					V.C DESAYUNO			677.79
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado a la chorrillana + Menestra + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Arvejas secas	80.00	4.54	0.38	12.03	18.18	3.46	48.13	69.76
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		64.37	40.54	209.08	257.48	364.87	836.31	
					V.C ALMUERZO			1458.66
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Infusion + 02 panes con tortilla							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Huevo de gallina. Crudo	30.0	3.44	2.14	0.46	13.77	19.28	1.84	34.88
Harina de trigo	10.0	0.89	0.17	6.36	3.57	1.53	25.43	30.53
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		10.51	15.32	62.73	42.02	137.89	250.90	
					V.C CENA			430.81
					% DIST. CENA			17
					104.54	78.57	360.50	
					418.2	707.1	1442.0	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2567.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quasado
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

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

MENU° 07 - 21

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2901

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

MENU° 08 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + Atun encebollado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		20.88	13.56	93.60	83.52	122.04	374.38	
					V.C DESAYUNO			579.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Cilandro	10.00	0.26	0.10	0.56	1.06	0.94	2.24	4.23
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.37	39.73	228.29	253.49	357.53	913.15	
					V.C ALMUERZO			1524.17
					% DIST. ALMUERZO			56
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	18.00	0.00	18.00	0.00	0.00	162.00	0.00	162.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	38.50	56.42	47.12	346.52	225.67	
					V.C CENA			619.31
					% DIST. CENA			23
				96.03	91.79	378.30		
				384.1	826.1	1513.2		
				12%	20%	68%		
V.C.T MENU							2723.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perna Quesado
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000022

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 09 - 23

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Plátano							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		12.96	5.76	144.81	51.84	51.84	579.22	
					V.C DESAYUNO			682.90
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Saltado de Hígado + Papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		41.57	32.23	238.54	166.26	290.11	954.15	
					V.C ALMUERZO			1410.52
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de res pulpa	70.00	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Cebolla de cabeza	10.0	0.18	0.03	0.60	0.74	0.29	2.40	3.42
Papa blanca	150.00	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Arvejas frescas	20.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		25.62	16.75	123.73	102.50	150.77	494.92	
					V.C CENA			748.18
					% DIST. CENA			26
					80.15	54.75	507.07	
					320.6	492.7	2028.3	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			2841.6
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quosaco
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000028

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

MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + Huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	15.00	1.16	0.12	11.96	4.62	1.08	47.82	53.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.15	10.47	94.06	80.58	94.23	376.24	
					V.C DESAYUNO			551.05
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		31.40	42.68	236.16	125.59	384.14	944.63	
					V.C ALMUERZO			1454.36
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Chuño blanco	45.00	0.23	0.00	34.96	0.90	0.00	139.84	140.74
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		9.59	5.97	103.72	38.34	53.73	414.86	
					V.C CENA			506.93
					% DIST. CENA			20
					61.13	59.12	433.93	
					244.5	532.1	1735.7	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2512.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quosado
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000027

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

MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILocalORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + Queso							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		28.94	23.03	93.33	115.74	207.27	373.30	
					V.C DESAYUNO			696.31
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz a la jardinera con huevo sancochado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		30.31	44.94	230.41	121.24	404.42	921.63	
					V.C ALMUERZO			1447.29
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
Fideos	40.0	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Menudencia de pollo	80.00	15.84	3.76	0.00	63.36	33.84	0.00	97.20
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Poro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		23.92	24.37	88.63	95.70	219.35	354.53	
					V.C CENA			669.58
					% DIST. CENA			24
					83.17	92.34	412.37	
					332.7	831.0	1649.5	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2813.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quispe
NUTRICIONISTA CNP N° 290

000026

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

MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.65	17.24	73.62	70.58	155.12	294.48	
					V.C DESAYUNO			520.18
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco							
Fideos tallarín	180.00	17.10	0.18	125.28	68.40	1.62	501.12	571.14
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		55.53	34.22	199.12	222.13	307.98	796.48	
					V.C ALMUERZO			1326.58
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Arroz graneado + Saltado de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		9.06	10.88	161.89	36.26	97.94	647.54	
					V.C CENA			781.73
					% DIST. CENA			30
					82.24	62.34	434.62	
					329.0	561.0	1738.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			2628.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000025

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

MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILocalORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Margarina							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Margarina vegetal con sal	25.00	0.15	20.50	0.00	0.60	184.50	0.00	185.10
SUB TOTAL		29.22	43.11	74.90	116.86	387.95	299.58	
					V.C DESAYUNO			804.39
					% DIST. DESAYUNO			29
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		74.29	40.80	236.09	297.16	367.17	944.34	
					V.C ALMUERZO			1608.67
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Camote	60.0	9.08	0.10	0.51	36.31	0.92	2.04	39.27
Aceite vegetal	8.00	0.00	8.00	0.00	0.00	72.00	0.00	72.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		15.25	11.11	61.33	61.00	100.00	245.33	
					V.C CENA			406.33
					% DIST. CENA			14
					118.75	95.01	372.31	
					475.0	855.1	1489.3	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2819.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quinsada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000024

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

MENU° 14 - 28

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perna Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000023

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

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

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
		DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
1	21.06/22.06/23.06	ALMUERZO	Aguadito de pollo + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
2	24.06/25.06/26.07	ALMUERZO	Chicharron de pota con col + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
3	27.06/28.06/29.06	ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
		DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
4	30.06/01.07/02.07	ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Emoliente + 02 pan + Frito de chanco con camote
5	03.07/04.07/05.07	ALMUERZO	Sopa de fideos con pecho de res y verduras + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion
		DESAYUNO	Arroz a la cubana + 01 Pan + Infusion
6	06.07/07.07/08.07	ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arros graneado + Pollo al sillao + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
		DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
7	09.07/10.07/11.07	ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejitas guisadas + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
8	12.07/13.07/14.07	ALMUERZO	Sopa de moron con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
9	15.07/16.07/17.07	ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
10	18.07/19.07/20.07	ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollada + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisado
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000022

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

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	13.00	0.00	13.00	0.00	0.00	117.00	0.00	117.00
SUB TOTAL		21.40	17.92	116.90	85.60	161.28	467.58	
					V.C DESAYUNO			714.46
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Aguadito de pollo + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	30.00	2.46	0.15	23.34	9.84	1.35	93.36	104.55
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Yuca amarilla	40.00	1.12	8.00	1.44	4.48	72.00	5.76	82.24
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Culantro	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		88.23	29.93	338.69	352.91	269.37	1354.76	
					V.C ALMUERZO			1977.05
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	145.14	132.02	175.99	580.55	
					V.C CENA			888.55
					% DIST. CENA			25
					142.63	67.40	600.72	
					570.5	606.6	2402.9	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		3580.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quosada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000021

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

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Naranja	120.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		24.42	17.05	102.64	97.66	153.45	410.54	
					V.C DESAYUNO			661.65
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Chicharron de pota con col + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco							
Calamar grande ó pota	80.00	8.48	0.16	0.80	33.92	1.44	3.20	38.56
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		56.06	38.36	259.57	224.23	345.22	1038.27	
					V.C ALMUERZO			1607.72
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
SUB TOTAL		16.40	21.18	206.88	65.62	190.58	827.51	
					V.C CENA			1083.71
					% DIST. CENA			32
					96.88	76.58	569.08	
					387.5	689.3	2276.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3353.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI/07261988

Lic. Janet Perea Quisada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000020

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

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Papa a la huancaína +Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	26.78	131.34	131.01	241.04	525.34	
					V.C CENA			897.39
					% DIST. CENA			32
					113.70	77.52	421.13	
					454.8	697.7	1684.5	
					11%	28%	61%	
					V.C.T MENU			2836.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Qunsada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000012

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

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	106.85	107.90	171.32	427.38	
					V.C DESAYUNO			706.60
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		72.25	38.81	257.01	288.99	349.31	1028.05	
					V.C ALMUERZO			1666.35
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			26
					133.18	86.20	472.51	
					532.7	775.8	1890.0	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3198.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000018

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

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Emoliente + 02 panes + Frito de chancho con camote							
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Carne de Cerdo	50.00	7.20	7.55	0.00	28.80	67.95	0.00	96.75
Camote amarillo	80.00	14.24	0.16	0.80	56.96	1.44	3.20	61.60
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		31.04	26.50	85.77	124.14	238.50	343.06	
					V.C DESAYUNO			705.70
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pecho de res + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	2.46	3.30	17.25	9.84	29.70	69.00	108.54
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		76.88	39.95	300.28	307.51	359.51	1201.10	
					V.C ALMUERZO			1868.13
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	120.00	20.45	1.54	0.00	81.79	13.82	0.00	95.62
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	9.84	0.60	93.36	39.36	5.40	373.44	418.20
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Lima	150.0	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		36.80	13.29	189.44	147.19	119.57	757.74	
					V.C CENA			1024.51
					% DIST. CENA			28
					144.71	79.73	575.48	
					578.8	717.6	2301.9	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU			3598.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000017

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

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Arroz a la cubana + 01 pan + infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Plátano verde (3)	100.00	1.00	0.20	40.90	4.00	1.80	163.60	169.40
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
SUB TOTAL		20.39	32.50	129.06	81.56	292.50	516.24	
					V.C DESAYUNO			890.30
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo al sillao + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		68.44	44.29	253.15	273.75	398.57	1012.60	
					V.C ALMUERZO			1684.92
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	27.07	122.13	111.44	243.59	488.52	
					V.C CENA			843.56
					% DIST. CENA			25
					116.69	103.85	504.34	
					466.8	934.7	2017.4	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			3418.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quinsada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000018

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

MENU° 07

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000015

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

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		23.73	8.74	115.13	94.92	78.66	460.50	
					V.C DESAYUNO			634.08
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de moron con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	15.73	0.00	0.00	62.91	62.91
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	30.82	122.46	68.85	277.36	489.86	
					V.C CENA			836.07
					% DIST. CENA			26
					101.21	89.68	500.10	
					404.9	807.1	2000.4	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			3212.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisada
 NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000011

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

MENU° 09

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000013

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

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.0	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		64.34	34.51	233.89	257.37	310.63	935.57	
					V.C ALMUERZO			1503.57
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			27
					114.49	81.53	503.95	
					457.9	733.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3207.5
								100%

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

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

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Mazamorra con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/06/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/06/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/06/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo
8	28/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/06/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maizena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/06/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 pan yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	01/07/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado de res + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maizena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisado
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

12	02/07/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con res + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
13	03/07/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestras + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
14	04/07/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo
15	05/07/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

000010

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988


.....
Lic. Janet Perea Quesada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

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

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

MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Peres Quisado
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

000003

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

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Jassé Perea Quosada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

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

MENU N ° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Jazet Perea Quisac.
NUTRICIONISTA CNP N° 296

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

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

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

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

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

000004

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perna Quisada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966

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

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisado
NUTRICIONISTA CNP N° 2965

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

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quispe
NUTRICIONISTA CNP N° 296

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

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Perea Quisada
NUTRICIONISTA CNP N° 2966