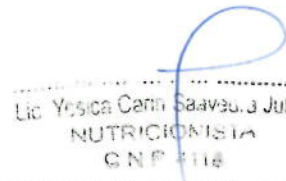


PROGRAMACION DEL MENU PARA NIÑOS

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE:			PASCO		
DIA/ FECHA	DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
VIERNES 1 DE DICIEMBRE DEL 2017	MACA CON LECHE + 1 PAN + HUEVO SANCOCHADO ✓	FRUTAS PICADAS ✓	CHANFAINITA DE SANGRE + ARROZ + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	ARROZ CON LECHE ✓	ARROZ + ADOBO DE POLLO + INFUSION ✓
SABADO 2 DE DICIEMBRE DEL 2017	TRIGO CON LECHE + 1 PAN + ACEITUNA ✓	MANDARINA ✓	ARROZ + PURE DE PALLARES + HIGADO DE POLLO FRITO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE PIÑA ✓	ARROZ + ESTOFADO DE POLLO + INFUSION ✓
DOMINGO 3 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE HABAS CON LECHE + 1 PAN + QUESO ✓	YOGURT ✓	ARROZ GUIZO DE QUINUA CON POLLO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE SEMOLA ✓	ARROZ + GUIZO DE BROCOLI + HUEVO SANCOCHADO + INFUSION ✓
LUNES 4 DE DICIEMBRE DEL 2017	MACAVENA CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA ✓	PLATANO ✓	ARROZ + ADOBO DE POLLO + FRIJOL + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE CALABAZA ✓	ARROZ + AJI DE POLLO + INFUSION ✓
MARTES 5 DE DICIEMBRE DEL 2017	AVENA CON LECHE + 1 PAN + HUEVO SANCOCHADO ✓	MANZANA ✓	ARROZ + POLLO A LA OLLA + CAMOTE + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE PIÑA ✓	SALTADO DE HIGADO + INFUSION ✓
MIERCOLES 6 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE HABAS CON LECHE + 1 PAN + TORTILLA DE VERDURAS ✓	YOGURT ✓	SUDADO DE PESCADO + ARROZ + PAPA + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE PLATANO ✓	PICANTE DE POLLO + ARROZ + INFUSION ✓
JUEVES 7 DE DICIEMBRE DEL 2017	MACA CON LECHE + 1 PAN + HUEVO SANCOCHADO ✓	HUEVO SANCOCHADO ✓	CHANFAINITA DE BOFE + ARROZ + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	ARROZ CON LECHE ✓	ARROZ + ADOBO DE POLLO + INFUSION ✓
VIERNES 8 DE DICIEMBRE DEL 2017	QUINUA CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA ✓	HUEVO SANCOCHADO ✓	ARROZ + CAU CAU + REFRESCO DE FRUTA + ENSALADA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE CAMOTE ✓	ARROZ + GUIZO DE CAIGUA + POLLO PICADO + INFUSION ✓
SABADO 9 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE PLATANO CON LECHE + 1 PAN + ACEITUNA ✓	YOGURT ✓	SUDADO DE PESCADO + ARROZ + PAPA + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE PIÑA ✓	PICANTE DE POLLO + ARROZ + INFUSION ✓
DOMINGO 10 DE DICIEMBRE DEL 2017	MACAVENA CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA ✓	MANZANA ✓	ARROZ + LENTEJAS + HIGADO ENCEBOLLADO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE MANZANA ✓	ARROZ + POLLO A LA OLLA + INFUSION ✓
LUNES 11 DE DICIEMBRE DEL 2017	AVENA CON LECHE + 1 PAN + MANTEQUILLA ✓	YOGURT ✓	SALTADO DE BROCOLI CON CARNE + ARROZ + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	ARROZ CON LECHE ✓	ARROZ A LA JARDINERA DE POLLO PICADO + INFUSION ✓
MARTES 12 DE DICIEMBRE DEL 2017	SOYA CON LECHE + 1 PAN + TORTILLA DE VERDURAS ✓	1 PLATANO ✓	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE PIÑA ✓	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG + INFUSION ✓
MIERCOLES 13 DE DICIEMBRE DEL 2017	TRIGO CON LECHE + 1 PAN + 1 HUEVO SANCOCHADO ✓	1 PORCION DE PAPAYA ✓	ARROZ + PALLARES + PESCADO FRITO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA MORADA ✓	ARROZ + PICANTE DE BROCOLI CON POLLO PICADO + INFUSION ✓
JUEVES 14 DE DICIEMBRE DEL 2017	MINGADO CON LECHE + 1 PAN + ACEITUNA ✓	1 MANDARINA ✓	ARROZ + GUIZO DE CAIGUA DE POLLO PICADO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE MAICENA ✓	ARROZ + SALTADO DE MOLLEJITAS + PAPA + INFUSION ✓
VIERNES 15 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE HABAS + LECHE + 1 PAN + JAMONADA ✓	1 TAJADA DE PIÑA ✓	ARROZ + GUIZO DE TRIGO CON RES PICADA + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE SEMOLA ✓	ARROZ A LA JARDINERA + POLLO PICADO + INFUSION ✓

 CONSORCIO LA LECHERITA Ever F. Berrospi Davila RUC 20600093277 REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO	 Lic. Yesica Carrizosa NUTRICIONISTA C.N.P. 4118
FIRMA DEL CONTRATISTA	FIRMA DE NUTRICIONISTA

PROGRAMACION DEL MENU PARA NIÑOS

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE:			PASCO		
DIA/ FECHA	DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
SABADO 16 DE DICIEMBRE DEL 2017	SOYA CON LECHE + 1 PAN + MERMELADA ✓	YOGURT ✓	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE MANZANA ✓	ARROZ + AJI DE POLLO + INFUSION ✓
DOMINGO 17 DE DICIEMBRE DEL 2017	QUINUA CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA ✓	HUEVO SANCOCHADO ✓	ARROZ + ADOBO DE POLLO + ARVEJITA PARTIDA + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE CAMOTE ✓	ARROZ + CHANFAINITA+ INFUSION ✓
LUNES 18 DE DICIEMBRE DEL 2017	TRIGO CON LECHE + 1 PAN + MANTEQUILLA ✓	1 MANZANA ✓	ARROZ + PESCADO FRITO + FRIJOL + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE PLATANO ✓	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG+ INFUSION ✓
MARTES 19 DE DICIEMBRE DEL 2017	AVENA CON LECHE + 1 PAN + TORTILLA DE VERDURAS ✓	YOGURT ✓	ARROZ + PURE DE GARBANZO + SALTADO DE HIGADO+ ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE SEMOLA ✓	ARROZ + ASADO DE POLLO + INFUSION ✓
MIERCOLES 20 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE TRIGO CON LECHE + 1 PAN+ MANJAR BLANCO ✓	1 MANGO ✓	ARROZ + AJI DE POLLO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE PIÑA ✓	ARROZ + PICANTE DE BROCOLI CON POLLO PICADO + INFUSION ✓
JUEVES 21 DE DICIEMBRE DEL 2017	MACAVENA CON LECHE+ 1 PAN + QUESO ✓	PLATANO ✓	CAUSA DE ATUN + ARROZ + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA MORADA ✓	ARROZ + ESTOFADO DE POLLO + INFUSION ✓
VIERNES 22 DE DICIEMBRE DEL 2017	TRIGO CON LECHE + 1 PAN + MANTEQUILLA ✓	YOGURT ✓	PICANTE DE VAINITA CON CARNE PICADA+ ARROZ + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE PLATANO ✓	ARROZ + ADOBO DE POLLO + INFUSION ✓
SABADO 23 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE TRIGO CON LECHE + 1 PAN+ MANJAR BLANCO ✓	1 MANGO ✓	ARROZ + ADOBO DE POLLO + ARVEJITA PARTIDA + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA QUINUA ✓	ARROZ + PICANTE DE BROCOLI CON POLLO PICADO + INFUSION ✓
DOMINGO 24 DE DICIEMBRE DEL 2017	QUINUA CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA ✓	1 PORCION DE PAPAYA ✓	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO SANCOCHADO+ ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE PERA ✓	ARROZ + GUIZO DE QUINUA+ POLLO + INFUSION ✓
LUNES 25 DE DICIEMBRE DEL 2017	7 SEMILLAS CON LECHE + 1 PAN + QUESO ✓	1 MANDARINA ✓	ARROZ + PESCADO FRITO+ PAPA + ENSALADA+ REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE PIÑA ✓	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG+ INFUSION ✓
MARTES 26 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE PLATANO CON LECHE + PAN + ACEITUNA ✓	YOGURT ✓	ARROZ+ ARVEJITA PARTIDA + POLLO A LA OLLA + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE SEMOLA ✓	ARROZ + SALTADO DE HIGADO+ PAPA + INFUSION ✓
MIERCOLES 27 DE DICIEMBRE DEL 2017	HARINA DE HABAS CON LECHE+ 1 PAN + JAMONADA ✓	1 HUEVO SANCOCHADO ✓	ARROZ + PURE DE ESPINACA + POLLO A LA OLLA + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE MANZANA ✓	GUIZO DE CAIGUA CON POLLO PICADO + ARROZ + INFUSION ✓
JUEVES 28 DE DICIEMBRE DEL 2017	AVENA CON LECHE + 1 PAN + QUESO ✓	YOGURT ✓	TALLARINES ROJOS CON BAZO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE PLATANO ✓	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO SANCOCHADO + INFUSION ✓
VIERNES 29 DE DICIEMBRE DEL 2017	MAZAMORRA DE SEMOLA CON LECHE+ 1 PAN + JAMONADA ✓	1 GRANADILLA ✓	TALLARINES ROJOS CON CARNE PICADA + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	MAZAMORRA DE GELATINA ✓	ARROZ CHAUFA DE POLLO + INFUSION ✓
SABADO 30 DE DICIEMBRE DEL 2017	AVENA CON LECHE + 1 PAN + ACEITUNA ✓	1 MANDARINA ✓	ARROZ + OLLUQUITO CON RES + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE MANZANA ✓	ARROZ+ GUIZO DE QUINUA + POLLO PICADO + INFUSION ✓
DOMINGO 31 DE DICIEMBRE DEL 2017	SOYA CON LECHE + 1 PAN + MERMELADA ✓	YOGURT ✓	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO + ENSALADA + REFRESCO DE FRUTA + FRUTA ✓	COMPOTA DE MANZANA ✓	ARROZ + AJI DE POLLO + INFUSION ✓

  Ever F. Berrospi Davila RUC 208006937-9 REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO	 Jessica Carrizosa NUTRICIONISTA C.N.F. 4118
FIRMA DEL CONTRATISTA	FIRMA DE NUTRICIONISTA

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N°1

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	MACA CON LECHE + 1 PAN + HUEVO SANCOCHADO ✓							
MACA	20	0.49	0.10	6.41	1.95	0.86	25.63	28.45
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
HUEVO	55	7.42	4.62	0.99	29.68	41.58	3.96	75.22
SUB TOTAL		12.86	7.93	31.58	51.43	71.33	126.31	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			249.08
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.9

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	FRUTAS PICADAS ✓							
MANGO	100	0.40	0.20	15.90	1.6	1.8	63.6	67
PLATANO	50	0.75	0.15	10.50	3	1.35	42	46.35
SUB TOTAL		1.15	0.35	26.4	4.6	3.15	105.6	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			113.35
					% DISTRIBUCION DEL DREFRIGERIO			9.5

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	CHANFAINITA DE SANGRE + ARROZ+ ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
SANGRE DE POLLO	100	12.8	0.1	0	51.2	0.7	0	51.9
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
ACEITE	10	0	4	0	0	36	0	36
MOTE	30	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.6
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	15	0	0	14.75	0	0	58.98	58.98
NARANJA	150	0.6	0.3	14.7	2.4	2.7	58.8	63.9
SUB TOTAL		19.55	5.37	83.01	78.2	48.13	332.02	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			458.35
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			38.5

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	ARROZ CON LECHE ✓							
ARROZ MOLIDO	25	1.6	0.1	15.6	6.6	0.9	62.2	69.70
LECHE EVAPORADA	70	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
SUB TOTAL		4.39	3.25	19.92	17.76	29.25	79.48	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			126.49
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			10.6

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + ADOBO DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
ACEITE VEGETAL	2	0	2	0	0	9	0	9
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ANIS	5	0.88	0.79	2.5	3.52	7.11	10	20.63
SUB TOTAL		25.83	6.23	23.18	103.32	47.07	92.72	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			243.11
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.4

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	63.78	23.13	184.09	
VCT(kcal)	255.12	208.17	736.36	
VCT(%)	21.43	17.49	61.86	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1190.38

CONSORCIO LA LECHERITA
[Firma]
Ever F. Berrospi Davila
ID: 20600093708
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

[Firma]
Lic. Jessica Gracia Salazar
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4118

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N°2

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	TRIGO CON LECHE + 1 PAN + ACEITUNA /							
TRIGO	20	1.26	0.21	11.42	5.04	1.89	45.66	52.59
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
ACEITUNA	30	0.12	4.82	1.10	0.48	43.34	4.38	48.20
SUB TOTAL		6.33	8.24	36.7	25.32	74.12	146.76	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			246.2
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.73

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	MANDARINA							
MANDARINA	250	1.50	0.75	21.50	6	6.75	86	98.75
SUB TOTAL		1.50	0.75	21.50	6	6.75	86	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								98.75
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.32

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PURE DE PALLARES + HIGADO DE POLLO FRITO + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA ✓							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	45.76	0.54	60.48	66.78
PALLARES	80	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
HIGADO DE POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
ACEITE	9	0	9	0	0	81	0	81
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
MARACUYA	20	0.18	0.02	3.22	0.72	0.18	12.88	13.78
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		26.72	12.76	63.49	146.88	114.84	253.96	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			475.68
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			40.06

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE PIÑA							
PIÑA	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		0.74	0.1	29.96	2.94	1.3	119.84	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			124.08
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			10.45

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + ESTOFADO DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
POLLO	100	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
PAPA	50	1	0.2	11.65	4	1.8	46.6	52.4
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	0.71	0.06	1.88	2.84	0.54	7.52	10.9
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
ANIS	3	0.24	0.12	2.14	0.96	1.08	8.57	10.61
SUB TOTAL		20.96	3.18	32.58	83.84	28.62	130.33	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			242.79
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.45

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	56.25	25.03	184.23	
VCT (kcal)	225	225.27	736.92	
VCT (%)	18.95	18.97	62.06	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU			1187.5	

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila

RUC 20600093208
REPRESENTANTE LEGAL CONSO

Lic. Yessica Carr Saavedra Julia
NUTRICIONISTA
CND 4116

REFERENCIA: Memorando Multiple N°087-2009- INPE / Dídica los Consorcios para Elaboración de Bases para el Servicio de Alimentación para internos(as), niños y personal INPE del Establecimiento Penitenciario

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N°3

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE HABAS CON LECHE + 1 PAN+ QUESO ✓							
HARINA DE HABAS	25	2.92	0.23	7.15	11.66	2.05	28.61	42.32
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
QUESO	30	3.48	3.85	0.48	13.90	34.65	1.94	50.49
SUB TOTAL		11.35	7.29	31.81	45.36	65.59	127.27	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			238.22
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.0

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	YOGURT							
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			98.02
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.2

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	GUIZO DE QUINUA CON POLLO + ARROZ + ENSALADA +REFRESCO + FRUTA ✓							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
QUINUA	40	8.64	0.4	25.8	34.56	4	103	141.56
POLLO	120	25.68	3.72	0	102.72	33.48	0	136.2
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
MANZANA	150	0.45	0.15	21.9	1.8	1.35	87.6	90.75
SUB TOTAL		36.87	4.47	68.84	147.48	40.63	275.16	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			463.27
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			38.8

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE SEMOLA ✓							
SEMOLA	20	1.56	0.22	15.68	6.24	1.96	62.72	70.94
MAIZENA	20	0.05	0.02	18.26	0.2	0.18	73.04	73.42
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
SUB TOTAL		1.7	0.47	35.35	6.8	4.21	141.4	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			152.43
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			12.8

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + GUISO DE BROCOLI + HUEVO SANCOCHADO + INFUSION ✓							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
HUEVO	55	7.42	4.62	0.99	29.68	41.58	3.96	75.22
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
BROCOLI	25	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ACEITE	4	0	9	0	0	81	0	81
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		10	13.87	19.03	40	124.83	76.12	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			240.95
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.2

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	63.69	27.92	171.67	
VCT(kcal)	254.76	251.28	686.68	
VCT(%)	21.36	21.06	57.56	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU			1192.89	

CONSORCIO LA LECHERITA
Ever F. Berrospi Davila
RUC 20900093000
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

Lic. Yvanka Carrin Sotelo 3 JULIO
NUTRICIONISTA
CNP 4118

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N°4

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	MACAVENA CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA ✓							
MACA AVENA	25	1.60	0.48	8.64	6.38	4.32	34.56	45.26
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
JAMONADA	30	2.4	4.4	0	9.4	39.8	0	49.25
SUB TOTAL		8.95	8.09	32.82	35.58	73.01	131.28	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			239.92
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.6

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	PLATANO							
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			139.05
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			12.0

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + ADOBO DE POLLO + FRIJOL + REFresco + ENSALADA + FRUTA ✓							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
POLLO	120	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
ACCEITE	4	0	4	0	0	36	0	36
FRIJOL	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
MANZANA	20	0.06	0.02	2.92	0.24	0.18	11.68	12.1
MANZANA	150	0.45	0.15	21.9	1.8	1.35	87.6	90.75
SUB TOTAL		26.03	7.53	66.3	104.12	67.77	265.2	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			437.09
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			37.6

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE CALABAZA							
CALABAZA	50	1.56	0.22	15.68	6.24	1.98	62.72	65.8
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
SUB TOTAL		1.65	0.45	26.81	6.6	4.05	107.24	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			112.75
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			9.7

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	AJI DE POLLO + ARROZ + INFUSION ✓							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
POLLO	90	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
AJI AMARILLO	5	0.05	0.04	0.44	0.18	0.32	1.76	2.26
GALLETA	20	1.01	1.47	6.8	4.04	13.23	27.2	44.47
LECHE EVAPORADA	30	0.93	1.05	1.44	3.72	9.45	5.76	18.93
ACEITE	1	0	1	0	0	9	0	9
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		20.71	6.23	23.8	82.82	56.03	95.2	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			234.05
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			20.1

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	✓ 59.59	✓ 22.75	✓ 181.23	
VCT (kcal)	238.36	204.75	724.92	
VCT (%)	20.50	17.61	62.34	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1162.86

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila
RUC 20800093777
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO


Lic. Yessica Cerón Salazar
NUTRICIONISTA
CNP 4118

**DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N°5**

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 1 PAN + HUEVO SANCOCHADO							
AVENA	20	1.06	0.32	5.76	4.26	2.88	23.04	30.18
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
HUEVO	55	7.42	4.62	0.99	29.68	41.58	3.96	75.22
SUB TOTAL		13.43	8.15	30.93	53.74	73.35	123.72	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			250.81
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.98

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MANZANA ✓							
MANZANA	150	0.45	0.15	21.9	1.8	1.35	87.6	90.75
SUB TOTAL		0.45	0.15	21.9	1.8	1.35	87.6	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			90.75
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			7.59

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	POLLO A LA OLLA + CAMOTE + ARROZ + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	5.64	0.12	46.62	22.56	1.08	186.48	210.12
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
CAMOTE	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
POLLO	100	14.91	1.12	0	59.64	10.08	0	69.72
ACEITE	4	0	4	0	0	36	0	36
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
MARACUYA	20	0.18	0.02	3.22	0.72	0.18	12.88	13.78
AZUCAR RUBIA	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
NARANJA	80	0.12	0.04	2.02	0.48	0.36	38.88	8.92
SUB TOTAL		23.25	5.51	87.39	93	49.59	380.36	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			492.15
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			41.17

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE PIÑA							
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
MAIZENA	8	0.02	0	7.3	0.08	0	29.2	29.28
SUB TOTAL		0.1	0.04	28.92	0.4	0.36	115.68	
				VALOR CALORICO DEL DREFRIGERIO				116.44
				% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO				9.74

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	SALTADO DE HIGADO + INFUSION ✓							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
HIGADO DE POLLO	60	10.8	2.34	2.04	43.2	21.06	8.16	72.42
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
SUB TOTAL		14.43	2.64	40.95	57.72	23.76	163.8	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			245.28
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.52

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	51.66	16.49	210.09	
VCT (kcal)	206.64	148.41	840.36	
VCT (%)	17.29	12.41	70.30	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1195.43

CONSORCIO LA LÉCHERITA

Eyer F. Berrospi Davila
 RUC 20600093208
 REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO


 Lic. Yvica Carrillo Salazar, J. Julia
 NUTRICIONISTA
 C.N.P. 4118

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N°6

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE HABAS CON LECHE + 1 PAN + TORTILLA DE VERDURAS							
HARINA DE HABAS	20	2.92	0.23	7.15	11.66	2.05	28.61	42.32
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
ZANAHORIA	20	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
ESPINACA	8	0.22	0.1	0.4	0.90	0.6	1.6	3.1
HUEVO	25	3.38	2.10	0.45	13.50	18.90	1.80	34.20
SUB TOTAL		11.77	5.78	34.6	47.06	51.7	138.41	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			237.17
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.09

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	YOGURT							
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			98.02
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.30

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + SUDADO DE PESCADO + PAPA + ENSALADA + REFresco + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
PESCADO	100	18.72	3.36	0	74.9	30.2	0	105.1
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
ACEITE	10	0	9	0	0	81	0	81
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		22.69	13.06	64.38	90.78	117.5	257.52	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			465.8
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			39.45

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE PLATANO							
PLATANO	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		0.83	0.33	31.37	3.3	3.37	125.48	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			132.15
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			11.19

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	PICANTE DE POLLO PICADO + ARROZ + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
POLLO	70	14.91	1.12	0	59.64	10.08	0	69.72
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
ACEITE	4	0	4	0	0	36	0	36
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		18.75	5.45	30.88	75	49.05	123.52	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			247.57
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.97

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	57.81	26.44	177.87	
VCT (kcal)	231.24	237.96	711.48	
VCT (%)	19.58	20.15	60.26	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1180.71

CONSORCIO LA LECHERITA

Evely Berrospi Davila
RUC 208000930
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

Lic. Yessica Carrizosa 3 Julio
NUTRICIONISTA
CNP 4118

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N°7

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	MACA CON LECHE + 1 PAN + HUEVO SANCOCHADO							
MACA	20	0.43	0.08	5.61	1.71	0.76	22.43	24.89
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
HUEVO	55	7.42	4.62	0.99	29.68	41.58	3.96	75.22
SUB TOTAL		12.8	7.91	30.78	51.19	71.23	123.11	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			245.52
20					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.85

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	HUEVO SANCOCHADO							
HUEVO	65	8.78	5.46	1.17	35.10	49.14	88.92	88.92
		8.78	5.46	1.17	35.10	49.14	88.92	
	VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO							88.92
	% DISTRIBUCION DEL REFRGERIO							7.55

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	CHANFAINITA DE BOFE + ARROZ+ ENSALADA + REFRESCO +FRUTA							
BOFE	80	10.72	1.8	0	42.88	15.8	0	58.68
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	10	0	6	0	0	54	0	54
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
MOTE	20	0.52	0.3	4.2	2.08	2.3	16.9	21.23
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
GRANADILLA	150	3.3	3	23.4	13.2	27	93.6	133.8
SUB TOTAL		18.84	11.51	73.81	75.26	102.79	295.34	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			473.49
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			40.21

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	ARROZ CON LECHE							
ARROZ MOLIDO	25	1.6	0.1	15.6	6.6	0.9	62.2	69.70
LECHE	70	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
SUB TOTAL		4.39	3.25	19.92	17.76	29.25	79.48	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			126.49
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			10.74

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + ADOBO DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
ACEITE VEGETAL	2	0	1	0	0	9	0	9
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ANIS	5	0.88	0.79	2.5	3.52	7.11	10	20.63
SUB TOTAL		25.83	5.23	23.18	103.32	47.07	92.72	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			243.11
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.65

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	70.64	33.36	148.86	
VCT (kcal)	282.56	300.24	595.44	
VCT (%)	24.00	25.50	50.57	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1177.53

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila
Ever F. Berrospi Davila
REPRESENTANTE LEGAL, CONSORCIO

REFERENCIA: Memorando Múltiple N°087-2009-INPE/Dirección de Lineamientos para Elaboración de Bases para el Servicio de Alimentación para internos(as), niños y personal INPE del Establecimiento Penitenciario

Lic. Ysica Carril Saavedra Julia
Lic. Ysica Carril Saavedra Julia
NUTRICIONISTA
CNP 4116

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N° 8

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	QUINUA CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA ✓							
QUINUA	20	2.04	0.87	9.95	8.16	7.83	39.78	55.77
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
JAMONADA	30	1.6	3.0	0	6.3	26.6	0	32.83
SUB TOTAL		8.59	7.08	34.13	34.26	63.32	136.5	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			234.01
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.7

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	HUEVO SANCOCHADO ✓							
HUEVO	65	8.78	5.46	1.17	35.10	49.14	88.92	88.92
SUB TOTAL		8.78	5.46	1.17	35.10	49.14	88.92	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			88.92
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			7.9

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + CAU CAU + REFresco + ENSALADA + FRUTA ✓							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
AJI AMARILLO	10	0.19	0.2	0.9	0.76	1.5	3.7	5.96
PAPA BLANCA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
MONDONGO	90	15.21	3.15	0	60.84	28.35	0	89.19
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ACEITE	7	0	7	0	0	63	0	63
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR RUBIA	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		21.26	10.83	67.42	85.04	97.17	269.78	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			451.99
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			40.0

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE CAMOTE ✓							
CAMOTE	15	1.57	0.3	11.44	6.28	2.7	45.76	54.74
LECHE EVAPORADA	15	0.94	1.15	1.63	3.76	10.35	6.52	20.63
AZUCAR RUBIA	12	0	0	11.8	0	0	47.18	47.18
SUB TOTAL		2.51	1.45	24.87	10.04	13.05	99.46	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			122.55
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			10.8

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + GUIZO DE CAIGUA CON POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
CAIGUA	70	0.34	0.1	2.2	1.34	1.2	8.9	11.44
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
ACEITE	8	0	4	0	0	36	0	36
POLLO	100	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
SUB TOTAL		20.41	6.99	21.93	81.62	63.21	87.82	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			232.65
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.6

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	61.55	31.81	149.52	
VCT (kcal)	246.2	286.29	598.08	
VCT (%)	21.79	25.33	52.92	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1130.12

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F Berrospi Davila

RUC 20800093703
REPRESENTANTE LEGAL COMITÉ DEL CONSORCIO

Lic. Ysica Carin Salvado Julia
NUTRICIONISTA
S.N.P. 4118

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N° 9

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE PLATANO CON LECHE + 1 PAN + ACEITUNA							
HARINA DE PLATANO	20	0.34	0.04	8.76	1.36	0.40	35.02	36.78
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
ACEITUNA	30	0.12	4.82	1.10	0.48	43.34	4.38	48.20
SUB TOTAL		5.41	8.07	34.04	21.64	72.63	136.12	
VALOR CALORICO DEL DESAYUNO								230.39
% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO								20.8

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	YOGURT							
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								98.02
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.8

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + SUDADO DE PESCADO + PAPA+ ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
PESCADO	80	18.72	3.36	0	74.9	30.2	0	105.1
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ACEITE	12	0	8	0	0	72	0	72
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		22.69	12.06	64.38	90.78	108.5	257.52	
VALOR CALORICO DEL ALMUERZO								456.8
% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO								41.2

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE PIÑA							
PIÑA	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
SUB TOTAL		0.83	0.33	21.43	3.3	3.37	85.72	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								92.39
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.3

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + PICANTE DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
POLLO	90	12.8	0.1	0	51.2	0.7	0	51.9
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ACEITE	7	0	5	0	0	45	0	45
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		16.43	5.4	29.19	65.72	48.4	116.76	
VALOR CALORICO DE LA CENA								230.88
% DISTRIBUCION DE LA CENA								20.8

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	49.13	27.68	165.68	
VCT (kcal)	196.52	249.12	662.72	
VCT (%)	17.73	22.47	59.79	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1108.48

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila
RUC 208000932-14
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

Lic. Y. Sica Carrin Saavedra
3 Julio
NUTRICIONISTA
CNP 4118

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO

MENU N° 10

MENÚ N° 10								
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	MACAVENA CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA							
AVENA	15	1.33	0.4	7.2	5.32	3.6	28.8	37.72
MACA	10	0.49	0.1	6.41	1.95	0.86	25.63	28.45
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
JAMONADA	30	1.6	3	0	6.3	26.6	0	32.83
SUB TOTAL		8.37	6.71	37.79	33.37	59.95	151.15	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			244.41
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.7

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	MANZANA							
MANZANA	150	0.51	0.17	24.82	2.04	1.53	99.28	102.85
SUB TOTAL		0.51	0.17	24.82	2.04	1.53	99.28	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			102.85
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.7

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	LENTEJAS + HIGADO ENCEBOLLADO + ARROZ + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
LENTEJAS	40	8.64	0.4	25.8	34.56	4	103	141.56
HIGADO DE POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
MANDARINA	120	0.55	0.3	7.9	2.22	2.5	31.8	36.52
SUB TOTAL		32.69	4	74.5	130.78	36.2	298	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			464.98
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			39.3

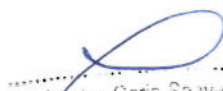
	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE MANZANA							
MANZANA	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		0.83	0.33	31.37	3.3	3.37	125.48	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			132.15
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			11.2

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + POLLO A LA OLLA + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
PAPA	55	1.16	0.06	12.27	4.62	0.50	49.06	54.18
TORONJIL	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		24.2	3.28	27.8	96.78	29.48	111.18	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			237.44
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.1

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	66.6	14.49	196.28	
VCT(kcal)	266.4	130.41	785.12	
VCT(%)	22.54	11.03	66.43	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1181.83

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever Berrospi Davila
 RUC 20600093208
 REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO


 Lic. Ysica Carin Sarmiento Julia
 NUTRICIONISTA
 CNP 4116

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO
MENU N° 11

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 1 PAN+ MANTEQUILLA							
AVENA	20	2	0.6	10.8	7.98	5.4	43.2	56.58
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
MANTEQUILLA	7	0.12	4.92	0	0.48	44.28	0	44.76
SUB TOTAL		7.07	8.73	34.98	28.26	78.57	139.92	
VALOR CALORICO DEL DESAYUNO								246.75
% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO								20.63

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	YOGURT							
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								98.02
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.20

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + SALTADO DE BROCOLI CON CARNE PICADA + REFresco + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
CARNE DE RES	90	19.17	1.44	0	76.68	12.96	0	89.64
AJOS	2	0.11	0.01	0.60	0.44	0.09	2.40	2.93
BROCOLI	30	0.7	0.1	2.4	2.79	0.8	9.4	12.99
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
ACEITE	6	0	6	0	0	54	0	54
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
MARACUYA	20	0.18	0.02	3.22	0.72	0.18	12.88	13.78
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		24.35	8.18	76.09	97.39	73.52	304.16	
VALOR CALORICO DEL ALMUERZO								475.07
% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO								39.73

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	ARROZ CON LECHE							
ARROZ MOLIDO	25	1.6	0.1	15.6	6.6	0.9	62.2	69.70
LECHE EVAPORADA	70	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
SUB TOTAL		4.39	3.25	19.92	17.76	29.25	79.48	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								126.49
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								10.58

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ A LA JARDINERA CON POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
ACEITE VEGETAL	4	0	4	0	0	36	0	36
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		24.95	7.44	20.68	99.8	66.96	82.72	
VALOR CALORICO DE LA CENA								249.48
% DISTRIBUCION DE LA CENA								20.86

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	64.53	29.42	168.31	
VCT (kcal)	258.12	264.78	673.24	
VCT (%)	21.59	22.14	56.30	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1195.81

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila
RUC 20800093211
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

Lic. Yessica Carrin Salazar 3 Julca
NUTRICIONISTA
CNP 4118

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	SOYA CON LECHE + 1 PAN + TORTILLA DE VERDURAS ✓							
SOYA	20	3.4	2.3	4.3	13.5	20.4	17.1	51.08
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
ESPINACA	8	0.22	0.1	0.4	0.9	0.6	1.6	3.1
HUEVO	20	2.16	1.9	0	8.64	17	0	25.64
SUB TOTAL		11.03	7.65	31.3	44.04	68.15	125.1	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			237.37
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.3

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	PLATANO ✓							
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			139.05
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			11.9

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO SANCOCHADO + REFRESCO + ENSALADA + FRUTA ✓							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
CEBOLLA	4	0.03	0	1	0.12	0	1	1.12
HUEVO	65	8.78	5.46	1.17	35.1	49.14	88.92	88.92
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ZAPALLO	50	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
ACEITE	2	0	2	0	0	18	0	18
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		13.95	8.13	83.27	55.78	73.17	414.32	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			459.03
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			39.2

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE PIÑA ✓							
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		0.17	0.27	23.03	0.68	2.43	92.12	
					VALOR CALORICO DEL DREFRIGERIO			95.23
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.1

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
HOT DOG	25	4.2	4.38	0	16.8	39.42	0	56.22
SILLAO	3	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
CEBOLLA CHINA	20	0.39	0.1	1.3	1.56	0.6	5.1	7.26
ACEITE	3	0	3	0	0	27	0	27
POLLO	100	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
SUB TOTAL		23.23	10.17	14.18	92.92	91.23	56.62	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			240.77
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.6

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	50.63	26.67	183.28	
VCT (kcal)	202.52	240.03	733.12	
VCT (%)	17.29	20.49	62.58	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1171.45

CONSORCIO LA LECHERITA
[Firma]
L. Berrospi Davila
UC 20820093273
REPRESENTANTE LEON COMUNITARIO DEL CONSORCIO

[Firma]
Lic. Yessica Carrion Salazar, 3 Julca
NUTRICIONISTA
CNP 4118

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	TRIGO CON LECHE + 1 PAN + HUEVO SANCOCHADO ✓							
TRIGO	20	0.78	0.07	5.97	3.14	0.65	23.87	27.66
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
HUEVO	55	7.42	4.62	0.99	29.68	41.58	3.96	75.22
SUB TOTAL		13.15	7.9	31.14	52.62	71.12	124.55	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			248.29
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNG			20.92

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	1 PORCION DE PAPAYA							
PAPAYA	300	1.20	0.30	24.60	4.8	2.7	98.4	105.90
SUB TOTAL		1.20	0.30	24.60	4.8	2.7	98.4	
VALOR CALORICO DEL DREFRIGERIO								105.90
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.92

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PALLARES + PESCADO FRITO + REFRESCO + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
ACEITE VEGETAL	8	0	5	0	0	45	0	45
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
PESCADO	100	23.4	4.2	0	93.6	37.8	0	131.4
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	30	0.99	0.39	2.1	3.96	3.51	8.4	15.87
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
PALLARES	50	3.2	0.1	9.2	12.8	0.5	36.6	49.9
NARANJA	20	0.12	0.04	2.02	0.48	0.36	38.88	8.92
MANZANA	150	0.45	0.15	21.9	1.8	1.35	87.6	90.75
SUB TOTAL		30.77	10.04	63.48	123.08	89.96	284.52	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			466.76
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			39.32

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA MORADA							
MAIZ MORADO	30	1.56	0.22	15.68	6.24	1.98	62.72	70.94
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	12	0	0	11.8	0	0	47.18	47.18
SUB TOTAL		1.65	0.45	28.89	6.6	4.05	115.54	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			126.19
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			10.63

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + PICANTE DE BROCOLI CON POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
POLLO	80	12.8	0.1	0	51.2	0.7	0	51.9
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
BROCOLI	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ACEITE	8	0	6	0	0	54	0	54
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		16.43	6.4	29.19	65.72	57.4	116.76	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			239.88
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.21

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	63.2	25.09	177.3	
VCT (kcal)	252.8	225.81	709.2	
VCT (%)	21.30	19.02	59.75	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1187.02

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever Berrospi Davila

REFERENCIA: Memorando Multiple N° 087-2009-INPE / Da dicta los Lineamientos para Elaboración de Bases para el Servicio de Alimentación para internos(as), niños y personal INPE del Establecimiento Penitenciario

Yvonne Carrizosa
NUTRICIONISTA
CNP 4416

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
DESAYUNO	MINGADO CON LECHE+ PAN + ACEITUNA							
ARROZ MOLIDO	20	1.2	0.1	11.7	4.9	0.7	46.7	52.28
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
ACEITUNA	30	0.12	4.82	1.1	0.48	43.34	4.38	48.2
SUB TOTAL		6.27	8.13	36.98	25.18	72.93	147.8	
VALOR CALORICO DEL DESAYUNO								245.89
% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO								20.8

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	1 MANDARINA							
MANDARINA	250	1.50	0.75	21.50	6	6.75	86	98.75
SUB TOTAL		1.50	0.75	21.50	6	6.75	86	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								98.75
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.4

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
ALMUERZO	ARROZ + GUIZO DE CAIGUA + POLLO PICADO + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
CAIGUA	70	0.34	0.1	2.2	1.34	1.2	8.9	11.44
POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
ACEITE	20	0	20	0	0	180	0	180
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		25.89	24.01	40.44	103.54	216.39	161.86	
VALOR CALORICO DEL ALMUERZO								481.79
% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO								40.8

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE MAICENA							
MAICENA	20	0.83	0.12	7.4	3.32	1.08	29.6	34
CHUÑO INGLES	10	0.06	0.02	8.67	0.24	0.18	34.68	35.1
AZUCAR	10	0	0	9.83	0	0	39.32	39.32
SUB TOTAL		0.89	0.14	25.9	3.56	1.26	103.6	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								108.42
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								9.2

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
CENA	ARROZ + SALTADO DE MOLLEJITAS + PAPA + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.20	0.45	44.60	49.25
MOLLEJITAS	60	10.8	2.34	2.04	43.2	21.06	8.16	72.42
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
AJOS	2	0.11	0.01	0.60	0.44	0.09	2.40	2.93
SUB TOTAL		14.43	2.64	40.95	57.72	23.76	163.8	
VALOR CALORICO DE LA CENA								245.28
% DISTRIBUCION DE LA CENA								20.8

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	48.98	35.67	165.77	
VCT (kcal)	195.92	321.03	663.08	
VCT (%)	16.60	27.20	56.19	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1180.13

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila
RUC 20600093208
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO


Lic. Yesica Carril Saavedra
NUTRICIONISTA
CNE ATE

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE HABAS CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA ✓							
HARINA DE HABAS	20	2.92	0.23	7.15	11.66	2.05	28.61	42.32
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
JAMONADA	30	1.6	3.0	0	6.3	26.6	0	32.83
SUB TOTAL		9.47	6.44	31.33	37.76	57.54	125.33	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			220.56
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.5

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	1 TAJADA DE PIÑA							
PIÑA	150	0.45	0.15	21.9	1.8	1.35	87.6	90.75
SUB TOTAL		0.45	0.15	21.9	1.8	1.35	87.6	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			90.75
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.4

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + GUIZO DE TRIGO CON RES PICADA + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
RES	100	31.95	2.4	0	127.8	21.6	0	149.4
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
TRIGO	80	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		36.03	3.11	64.98	144.12	27.99	259.92	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			432.03
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			40.1

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE SEMOLA							
SEMOLA	20	0.83	0.12	7.4	3.32	1.08	29.6	34
MAIZENA	10	0.06	0.02	8.67	0.24	0.18	34.68	35.1
AZUCAR	10	0	0	9.83	0	0	39.32	39.32
SUB TOTAL		0.89	0.14	25.9	3.56	1.26	103.6	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			108.42
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			10.1

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ A LA JARDINERA CON POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	50	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		25.19	3.45	23.2	100.76	31.05	92.8	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			224.61
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.9

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	72.03	13.29	167.31	
VCT (kcal)	288.12	119.61	669.24	
VCT (%)	26.77	11.11	62.18	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1076.37

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila
RUC 20800093008
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO


Lic. Yessica Carrasco
NUTRICIONISTA
CNP 010

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	SOYA CON LECHE + 1 PAN + MERMELADA ✓							
SOYA	20	4.2	2.8	5.4	16.9	25.5	21.4	63.86
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
MERMELADA	10	0.04	0.02	5.86	0.16	0.18	23.44	23.78
SUB TOTAL		9.19	6.03	35.44	36.86	54.57	141.56	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			233.05
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.73

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	YOGURT							
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			98.02
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.72

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO + REFRESCO + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
CEBOLLA	4	0.03	0	1	0.12	0	1	1.12
HUEVO	55	7.42	4.62	0.99	29.68	41.58	3.96	75.22
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ZAPALLO	50	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	25	0	0	24.58	0	0	98.3	98.3
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
ACEITE	10	0	10	0	0	90	0	90
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		11.24	15.29	69.41	44.96	137.61	274.62	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			457.19
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			40.68

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE MANZANA							
MANZANA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
MAIZENA	10	0.06	0.02	8.67	0.24	0.18	34.68	35.1
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	15	0	0	14.75	0	0	58.98	58.98
SUB TOTAL		0.23	0.29	26.79	0.92	2.61	107.14	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			110.67
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			9.85

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	AJI DE POLLO + ARROZ + INFUSION							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
POLLO	90	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
AJI AMARILLO	5	0.05	0.04	0.44	0.18	0.32	1.76	2.26
GALLETA	20	1.01	1.47	6.8	4.04	13.23	27.2	44.47
LECHE EVAPORADA	30	0.93	1.05	1.44	3.72	9.45	5.76	18.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		20.71	5.23	23.8	82.82	47.03	95.2	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			225.05
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			20.02

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	45.14	28.66	172.08	
VCT (kcal)	180.56	257.94	688.32	
VCT (%)	16.06	22.95	61.24	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1123.98

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila
RUC 20600093013
REPRESENTANTE LEGAL COMÚN DEL CONSORCIO


Lic. Ysica Cami Salas
NUTRICIONISTA
CNP 4112

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

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	QUINUA CON LECHE + 1 PANES + JAMONADA							
QUINUA	20	2.04	0.87	9.95	8.16	7.83	39.78	55.77
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
JAMONADA	30	1.6	3.0	0	6.3	26.6	0	32.83
SUB TOTAL		8.59	7.08	34.13	34.26	63.32	136.5	
VALOR CALORICO DEL DESAYUNO								234.01
% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO								20.5

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	HUEVO SANCOCHADO							
HUEVO	65	8.78	5.46	1.17	35.10	49.14	88.92	88.92
SUB TOTAL		8.78	5.46	1.17	35.10	49.14	88.92	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								88.92
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								7.8

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ADOBO DE POLLO + ARROZ + ARVEJITA PARTIDA + REFRESCO + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	45.76	0.54	60.48	66.78
ACEITE VEGETAL	12	0	12	0	0	135	0	135
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
TOMATE	15	0.18	0.1	0.9	0.72	0.5	3.7	4.92
CEBOLLA	3	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
ARVEJITA PARTIDA	80	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
CARAMBOLA	20	0.2	0.12	1.48	0.8	1.08	5.92	7.8
AZUCAR	15	0	0	14.75	0	0	58.98	58.98
PIÑA	150	0.34	0.2	8.4	1.37	1.5	33.5	36.37
SUB TOTAL		24.88	15.67	52.68	139.53	167.33	210.7	
VALOR CALORICO DEL ALMUERZO								477.56
% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO								41.9

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE CAMOTE							
CAMOTE	60	2.72	1.16	13.32	10.88	10.44	53.28	74.6
MAICENA	8	0.02	0	7.3	0.08	0	29.2	29.28
AZUCAR	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
SUB TOTAL		2.8	1.36	21.23	11.2	12.24	84.92	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								108.36
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								9.5

	PESO BRUTO (g)	PROT (g)	GRAS (g)	CARB (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
					PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + CHANFAINITA + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
BOFE DE RES	80	12.8	0.1	0	51.2	0.7	0	51.9
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ACEITE	4	0	5	0	0	45	0	45
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		16.43	5.4	29.19	65.72	48.4	116.76	
VALOR CALORICO DE LA CENA								230.88
% DISTRIBUCION DE LA CENA								20.3

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	61.48	34.97	138.4	
VCT (kcal)	245.92	314.73	553.6	
VCT (%)	21.58	27.61	48.57	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1139.73

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila
RUC 20800093708
REPRESENTANTE LEGAL COMUNA DEL CONSORCIO

Lic. Yessica Carrón Salazar
NUTRICIONISTA
CNP 4118

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	TRIGO CON LECHE + 1 PAN + MANTEQUILLA							
TRIGO	20	0.84	0.14	7.61	3.36	1.26	30.44	35.06
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
MANTEQUILLA	7	0.10	4.10	0	0.40	36.90	0	37.30
AZUCAR	5	0	0	4.92	0	0	19.66	19.66
SUB TOTAL		5.89	7.45	36.71	23.56	67.05	146.82	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			237.43
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.73

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	1 MANZANA ✓							
MANZANA	150	0.45	0.15	21.9	1.8	1.35	87.6	90.75
SUB TOTAL		0.45	0.15	21.9	1.8	1.35	87.6	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			90.75
					% DISTRIBUCION DEL DREFRIGERIO			7.92

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PESCADO FRITO + FRIJOL+ ENSALADA + REFresco + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
PESCADO	100	21.6	3.9	0.3	86.4	35.1	1.2	122.7
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
FRIJOL	80	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ACEITE	10	0	10	0	0	90	0	90
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	10	0	0	9.83	0	0	39.32	39.32
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		25.57	14.6	54.85	102.28	131.4	219.4	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			453.08
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			39.56

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE PLATANO ✓							
PLATANO	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		0.83	0.33	31.37	3.3	3.37	125.48	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			132.15
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			11.54

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
HOT DOG	25	4.2	4.38	0	16.8	39.42	0	56.22
SILLAO	3	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
CEBOLLA CHINA	20	0.39	0.1	1.3	1.56	0.6	5.1	7.26
POLLO	100	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
ACEITE	4	0	4	0	0	36	0	36
SUB TOTAL		23.23	9.17	14.18	92.92	82.23	56.62	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			231.77
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.24

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	55.97	31.7	159.01	
VCT (kcal)	223.88	285.3	636.04	
VCT (%)	19.55	24.91	55.54	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1145.18

CONSORCIO LA LEONERITA
[Firma]
Evel Berrospi Davila
RUC 20600093708
REPRESENTANTE LEGAL COMUNA DEL CONSORCIO

[Firma]
Lic. Jessica Carrin Saavedra
NUTRICIONISTA
CNP 4118

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 1 PANES + TORTILLA DE VERDURAS /							
AVENA	20	1.60	0.48	8.64	6.38	4.32	34.56	45.27
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
ESPINACA	8	0.22	0.1	0.4	0.9	0.6	1.6	3.1
HUEVO	20	2.16	1.9	0	8.64	17	0	25.64
SUB TOTAL		9.23	5.83	35.64	36.92	52.07	142.56	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			231.56
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.74

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	YOGURT							
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			98.02
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.78

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PURE DE GARBANZO + SALTADO DE HIGADO + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	45.76	0.54	60.48	66.78
GARBANZO	40	8.64	0.4	25.8	34.56	4	103	141.56
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
HIGADO DE POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
ACEITE	11	0	11	0	0	99	0	99
PEPINILLO	20	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
LIMON	3	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
MARACUYA	20	0.18	0.02	3.22	0.72	0.18	12.88	13.78
SUB TOTAL		32.06	14.66	46.64	168.24	132.34	186.36	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			446.94
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			40.02

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE SEMOLA							
SEMOLA	20	0.83	0.12	7.4	3.32	1.08	29.6	34
MAIZENA	10	0.06	0.02	8.67	0.24	0.18	34.68	35.1
AZUCAR	10	0	0	9.83	0	0	39.32	39.32
SUB TOTAL		0.89	0.14	25.9	3.56	1.26	103.6	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								108.42
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								9.71

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + ASADO DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
POLLO	100	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
PAPA AMARILLA	50	1	0.2	11.65	4	1.8	46.6	52.4
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
CEBOLLA	8	0.11	0.02	0.90	0.45	0.14	3.62	4.21
ANIS	5	0.88	0.79	2.5	3.52	7.11	10	20.63
SUB TOTAL		20.7	3.71	28.89	82.81	33.35	115.58	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			231.74
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			20.75

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	66.65	26.16	153.71	
VCT(kcal)	266.6	235.44	614.84	
VCT(%)	23.9	21.1	55.1	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1116.68

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F Berrospi Davila
RUC 2060009
REPRESENTANTE LEGAL

Lic Yessica Carrin Saavedra Julia
NUTRICIONISTA
CNP 1116

REFERENCIA: Memorando Múltiple N°087-2009- INPE / 01 dicta los Lineamientos para Elaboración de Bases para el Servicio de Alimentación para internos(as), niños y personal INPE del Establecimiento Penitenciario

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
DESAYUNO	HARINA DE TRIGO CON LECHE + 1 PAN + MANJAR BLANCO							
HARINA DE TRIGO	20	2.31	0.44	16.46	9.24	3.96	65.82	79.02
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
MANJAR BLANCO	7	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
SUB TOTAL		7.47	3.68	42.33	29.88	33.12	169.3	
VALOR CALORICO DEL DESAYUNO								232.3
% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO								20.4

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	MANGO							
MANGO	150	0.60	0.30	23.85	2.4	2.7	95.4	100.50
SUB TOTAL		0.60	0.30	23.85	2.4	2.7	95.4	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								100.50
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.8

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
ALMUERZO	AJI DE POLLO + ARROZ + REFRESCO + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
POLLO	120	25.68	3.72	0	102.72	33.48	0	136.20
PAPA AMARILLA	50	1	0.2	11.7	4	1.8	46.6	52.4
AJI AMARILLO	15	0.13	0.10	1.32	0.52	0.90	5.28	6.70
PAN	30	2.5	0	18.9	10.1	0	75.5	85.6
LECHE EVAPORADA	40	2.52	3.1	4.4	10.08	27.7	17.4	55.18
HUEVO	20	2.16	1.9	0	8.64	17	0	25.64
MARACUYA	20	0.18	0.02	3.22	0.72	0.18	12.88	13.78
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
MANDARINA	120	0.55	0.3	7.9	2.22	2.5	31.8	36.52
SUB TOTAL		36.28	9.43	63.2	145.24	84.37	252.5	
VALOR CALORICO DEL ALMUERZO								482.11
% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO								42.4

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	COMPOTA DE PIÑA							
PIÑA	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
SUB TOTAL		0.83	0.33	21.43	3.3	3.37	85.72	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								92.39
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.1

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
CENA	ARROZ + PICANTE DE BROCOLI + POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
POLLO	80	12.8	0.1	0	51.2	0.7	0	51.9
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
BROCOLI	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ACEITE	5	0	5	0	0	45	0	45
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		16.43	5.4	29.19	65.72	48.4	116.76	
VALOR CALORICO DE LA CENA								230.88
% DISTRIBUCION DE LA CENA								20.3

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	61.61	19.14	180	
VCT (kcal)	246.44	172.26	720	
VCT (%)	21.65	15.13	63.26	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1138.18

CONSORCIO LA LECHERITA
[Firma]
Ever F Berrospi Davila
RUC 20800093
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

[Firma]
Lic. Y. Sica Carr. Saavedra, 3 Julio
NUTRICIONISTA
CNP 4118

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	MACAVENA CON LECHE + 1 PAN + QUESO							
AVENA	15	0.93	0.28	5.04	3.72	2.52	20.16	26.40
MACA	10	0.37	0.07	4.81	1.46	0.65	19.22	21.34
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
QUESO	30	3.16	3.50	0.44	12.64	31.50	1.76	45.9
SUB TOTAL		9.41	7.06	34.47	37.62	63.56	137.86	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			239.05
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.4

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	PLATANO							
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								139.05
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								11.8

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + CAUSA DE ATUN + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
ATUN	80	18.72	3.36	0	74.9	30.2	0	105.1
PAPA AMARILLA	100	2	0.4	23.3	8	3.6	93.2	104.8
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
CEBADA	20	0.02	0	1.1	0.08	0.4		4.4
AZUCAR	5	0	0	3.93	0	0	15.73	15.73
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
MANGO	150	0.6	0.3	23.85	2.4	2.7	95.4	100.5
SUB TOTAL		24.31	4.35	74.45	97.26	39.51	293.41	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			429.7
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			36.6

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA MORADA ✓							
MAIZ MORADO	30	1.56	0.22	15.68	6.24	1.98	62.72	70.94
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAYO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	12	0	0	11.80	0	0	47.18	47.18
SUB TOTAL		1.65	0.45	28.89	6.6	4.05	115.54	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			126.19
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			10.7

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + ESTOFADO DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
POLLO	80	12.8	0.1	0	51.2	0.7	0	51.9
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ACEITE	6	0	6	0	0	54	0	54
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		16.43	6.4	29.19	65.72	57.4	116.76	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			239.88
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.4

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	54.05	18.71	198.5	
VCT (kcal)	216.2	168.39	794	
VCT (%)	18.42	14.34	67.64	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU			1173.87	

CONSORCIO LA LECHERITA

Eder Berrospi Davila
 RUC 20400093773
 REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

Lic. Yessica Carrin Salazar, 3 Julio
 NUTRICIONISTA
 C.N.P. 4118

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	TRIGO CON LECHE + 1 PAN + MANTEQUILLA							
TRIGO	20	1.26	0.21	11.42	5.04	1.89	45.66	52.59
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
MANTEQUILLA	7	0.06	5.67	0	0.24	51.03	0	51.27
SUB TOTAL		6.27	9.09	35.6	25.08	81.81	142.38	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			249.27
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.8

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	YOGURT							
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			98.02
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.2

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PICANTE DE VAINITA CON CARNE PICADA + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA ✓							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
CARNE DE RES	100	31.95	2.4	0	127.8	21.6	0	149.4
AJOS	2	0.11	0.01	0.60	0.44	0.09	2.40	2.93
VAINITA	30	0.7	0.1	2.4	2.79	0.8	9.4	12.99
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ACEITE	10	0	10	0	0	90	0	90
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
MARACUYA	20	0.18	0.02	3.22	0.72	0.18	12.88	13.78
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PIÑA	150	0.34	0.2	8.4	1.37	1.5	33.5	36.37
SUB TOTAL		36.27	12.94	54.2	145.08	116.06	216.5	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			477.64
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			39.9

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE PLATANO							
PLATANO	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		0.83	0.33	31.37	3.3	3.37	125.48	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			132.15
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			11.0

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + ADOBO DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
ACEITE	4	0	4	0	0	36	0	36
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
AJOS	2	0.11	0.01	0.60	0.44	0.09	2.40	2.93
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
ANIS	5	0.88	0.79	2.5	3.52	7.11	10	20.63
SUB TOTAL		23.92	8.01	18.03	95.68	72.09	72.12	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			239.89
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.0

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	71.06	32.19	155.84	
VCT (kcal)	284.24	289.71	623.36	
VCT (%)	23.75	24.20	52.08	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1196.97

CONSORCIO LA LECHERITA
Ever F. Berrospi Davila
 REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

Lic. Yessica Carrizosa
 NUTRICIONISTA
 CNP 4116

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE TRIGO CON LECHE + 1 PAN + MANJAR BLANCO							
HARINA DE TRIGO	25	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
MANJAR BLANCO	7	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
SUB TOTAL		6.6	3.3	40.99	26.4	29.7	163.96	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			220.06
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.2

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	MANGO							
MANGO	150	0.60	0.30	23.85	2.4	2.7	95.4	100.50
SUB TOTAL		0.60	0.30	23.85	2.4	2.7	95.4	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								100.50
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								9.2

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ADOBO DE POLLO + ARROZ + ARVEJITA PARTIDA + REFRESCO + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	45.76	0.54	60.48	66.78
ACEITE VEGETAL	8	0	8	0	0	72	0	72
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
PAVITA	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
TOMATE	15	0.18	0.1	0.9	0.72	0.5	3.7	4.92
CEBOLLA	3	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
AVERJITA PARTIDA	80	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
CARAMBOLA	20	0.2	0.12	1.48	0.8	1.08	5.92	7.8
AZUCAR	10	0	0	9.83	0	0	39.32	39.32
PIÑA	150	0.6	0.3	14.7	2.4	2.7	58.8	63.9
SUB TOTAL		25.14	11.77	54.06	140.56	105.53	216.34	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			422.43
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			38.7

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE QUNUA ✓							
QUINUA	20	2.72	1.16	13.32	10.88	10.44	53.28	74.6
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	4.48
CLAVO DE OLOR	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	7.76
AZUCAR RUBIA	10	0	0	9.83	0	0	39.32	39.32
SUB TOTAL		2.81	1.39	24.56	11.24	12.51	98.24	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			126.16
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			11.6

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + PICANTE DE BROCOLI + POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
POLLO	80	12.8	0.1	0	51.2	0.7	0	51.9
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
BROCOLI	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ACEITE	4	0	4	0	0	36	0	36
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		16.43	4.4	29.19	65.72	39.4	116.76	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			221.88
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.3

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	51.58	21.16	172.65	
VCT (kcal)	206.32	190.44	690.60	
VCT (%)	18.91	17.46	63.30	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1091.03

CONSORCIO LA LECHERITA
Ever F. Berrospi Davila
RUC 20600937
REPRESENTANTE LEON. QUINUA... CONSORCIO

Lic. Yessica Carrizosa
NUTRICIONISTA
CNP 4118

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	QUINUA CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA							
QUINUA	20	2.04	0.87	9.95	8.16	7.83	39.78	55.77
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
JAMONADA	30	1.6	3.0	0	6.3	26.6	0	32.83
SUB TOTAL		8.59	7.08	34.13	34.26	63.32	136.5	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			234.01
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.41

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARR	(Kcal)
REFRIGERIO	1 PORCION DE PAPAYA							
PAPAYA	300	1.20	0.30	24.60	4.8	2.7	98.4	105.90
SUB TOTAL		1.20	0.30	24.60	4.8	2.7	98.4	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			105.90
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			9.24

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO SANCOCHADO + REFresco + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
CEBOLLA	4	0.03	0	1	0.12	0	1	1.12
HUEVO	65	8.78	5.46	1.17	35.1	49.14	88.92	88.92
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		13.95	6.13	83.27	55.78	55.17	414.32	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			441.03
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			38.46

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE PERA ✓							
PERA	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		0.83	0.33	31.37	3.3	3.37	125.48	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			132.15
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			11.52

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + GUISO DE QUINUA CON POLLO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
QUINUA	20	2.04	0.87	9.95	8.16	7.83	39.78	55.77
POLLO	100	18.72	3.36	0	74.9	30.2	0	105.1
AJOS	2	0.11	0.01	0.60	0.44	0.09	2.40	2.93
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
AJOS	2	0.11	0.01	0.60	0.44	0.09	2.40	2.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		22.51	4.36	26.08	90.06	39.2	104.3	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			233.56
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.37

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	47.08	18.2	199.45	
VCT(kcal)	188.32	163.8	797.8	
VCT(%)	16.42	14.29	69.58	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1146.65

CONSORCIO LA LECHERITA
[Firma]
Ever F. Berrospi Davila
RUC 20600093208
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

[Firma]
Lic. Yessica Carrizosa Salazar Julia
NUTRICIONISTA
CNP 4112

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	7 SEMILLAS CON LECHE + 1 PAN+ QUESO							
7 SEMILLAS	20	1.33	0.4	7.2	5.32	3.6	28.8	37.72
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
QUESO	30	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
SUB TOTAL		6.49	3.64	42.79	25.96	32.76	171.16	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			229.88
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.10

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO					MANDARINA			
MANDARINA	250	1.50	0.75	21.50	6	6.75	86	98.75
SUB TOTAL		1.50	0.75	21.50	6	6.75	86	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			98.75
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.64

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PESCADO FRITO + PAPA + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
PESCADO	80	18.72	3.36	0	74.9	30.2	0	105.1
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ACEITE	5	0	4	0	0	36	0	36
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PAPA	100	2.1	0.1	22.3	8.4	0.9	89.2	98.5
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		23.74	8.11	75.53	94.98	72.95	302.12	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			470.05
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			41

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE PIÑA							
PIÑA	30	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
CANELA	3	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
MAIZENA	10	0.06	0.02	8.67	0.24	0.18	34.68	35.1
CLAVO	3	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	15	0	0	14.75	0	0	58.98	58.98
SUB TOTAL		0.23	0.29	26.79	0.92	2.61	107.14	
					VALOR CALORICO DEL DREFRIGERIO			110.67
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			9.68

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE HOT DOG + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
HOT DOG	25	4.2	4.38	0	16.8	39.42	0	56.22
SILLAO	3	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
CEBOLLA CHINA	20	0.39	0.1	1.3	1.56	0.6	5.1	7.26
ACEITE	4	0	8	0	0	72	0	72
HUEVO	30	4.05	2.52	0.54	16.2	22.68	2.16	41.04
SUB TOTAL		10	15.08	14.72	40	135.42	58.78	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			234.2
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.48

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	41.96	27.87	181.33	
VCT (kcal)	167.84	250.83	725.32	
VCT (%)	14.68	21.93	63.43	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1143.55

CONSORCIO LA LECHERITA
Ever F. Berrospi Davila
RUC 20900093294
REPRESENTANTE LEON COMUNA DEL CONSORCIO

Dr. Veronica Carrizosa Julia
NUTRICIONISTA
C.R. 4160

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE PLATANO CON LECHE + 1 PAN + ACEITUNA							
HARINA DE PLATANO	20	0.37	0.05	9.55	1.49	0.43	38.21	40.13
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
ACEITUNA	20	0.14	5.6	1.3	0.56	50.3	5.1	55.96
SUB TOTAL		5.46	8.86	35.03	21.85	79.62	140.03	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			241.5
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.14

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	YOGURT							
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								98.02
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.17

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARVEJITA PARTIDA + POLLO A LA OLLA + ARROZ + ENSALADA +REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
ARVEJA PARTIDA	40	8.64	0.4	25.8	34.56	4	103	141.56
POLLO	120	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
ACEITE	4	0	4	0	0	36	0	36
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		32.14	7.7	66.6	128.56	69.7	266.2	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			464.46
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			38.73

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE SEMOLA							
SEMOLA	20	1.56	0.22	15.68	6.24	1.96	62.72	70.94
MAIZENA	10	0.06	0.02	8.67	0.24	0.18	34.68	35.1
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
SUB TOTAL		1.71	0.47	35.48	6.84	4.21	141.92	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			152.99
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			12.76

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + SALTADO DE HIGADO + PAPA + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
PAPA BLANCA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
HIGADO DE POLLO	60	10.8	2.34	2.04	43.2	21.06	8.16	72.42
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ACEITE	4	0	4	0	0	36	0	36
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
SUB TOTAL		14.43	6.64	31.23	57.72	59.76	124.92	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			242.4
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.21

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	57.51	25.49	184.98	
VCT (kcal)	230.04	229.41	739.92	
VCT (%)	19.18	19.13	61.69	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1199.37

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila

RUC 20600003011

CONSORCIO

REFERENCIA: Memorando Multiple N°087-2009-INPE / Oiditica los Lineamientos para Elaboración de Bases para el Servicio de Alimentación para internos(as), niños y personal INPE del Establecimiento Penitenciario

Yesica Cami Saavedra Julia
NUTRICIONISTA
CNP 4116

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	HARINA DE HABAS CON LECHE + 1 PAN + JAMONADA							
HARINA DE HABAS	20	2.92	0.23	7.15	11.66	2.05	28.61	42.32
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
JAMONADA	30	1.6	3.0	0	6.3	26.6	0	32.83
SUB TOTAL		9.47	6.44	31.33	37.76	57.54	125.33	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			220.56
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.3

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	HUEVO SANCOCHADO							
HUEVO	65	8.78	5.46	1.17	35.10	49.14	88.92	88.92
		8.78	5.46	1.17	35.10	49.14	88.92	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			88.92
					% DISTRIBUCION DEL REFRGERIO			8.2

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + PURE DE ESPINACA +POLLO A LA OLLA + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	45.76	0.54	60.48	66.78
ACEITE VEGETAL	4	0	4	0	0	36	0	36
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
PAVITA	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ESPINACA	8	0.22	0.1	0.4	0.9	0.6	1.6	3.1
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
CARAMBOLA	20	0.2	0.12	1.48	0.8	1.08	5.92	7.8
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
PLATANO	150	2.25	0.45	31.5	9	4.05	126	139.05
SUB TOTAL		26.81	7.92	71.1	147.26	70.98	284.4	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			462.64
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			42.5

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE MANZANA ✓							
MANZANA	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
SUB TOTAL		0.83	0.33	21.43	3.3	3.37	85.72	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			92.39
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.5

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	GUISO DE CAIGUA CON POLLO PICADO +ARROZ + INFUSION ✓							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
CAIGUA	70	0.34	0.1	2.2	1.34	1.2	8.9	11.44
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
POLLO	100	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
ACEITE	3	0	3	0	0	27	0	27
SUB TOTAL		20.41	5.99	21.93	81.62	54.21	87.82	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			223.65
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.6

VCT (g)	PROT	GRAS	CARB	
VCT (kcal)	66.3	26.14	146.96	
VCT (%)	265.20	235.26	587.84	
	24.37	21.62	54.02	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1088.16

CONSORCIO LA LEONERITA
[Firma]
Ever F. Berrospi Davila
RUC 208000937-4
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

[Firma]
CC. Yesenia Carrin Saavedra J. Juica
NUTRICIONISTA
CNP 4118

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO								
					AVENA CON LECHE + 1 PAN+ QUESO			
AVENA	20	0.93	0.28	5.04	3.72	2.52	20.16	26.40
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
QUESO	30	3.16	3.50	0.44	12.64	31.50	1.76	45.9
SUB TOTAL		9.04	6.99	29.66	36.16	62.91	118.64	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			
								20.75

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO								
					YOGURT			
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			
								9.34

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA								
					TALLARINES ROJOS CON BAZO + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA			
FIDEOS	60	5.64	0.12	46.62	22.56	1.08	186.48	210.12
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
ZANAHORIA	20	0.12	0.1	1.84	0.48	0.9	7.36	8.74
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.4	2.93
ACEITE	8	0	8	0	0	72	0	72
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
BAZO	80	15.12	1	0	60.48	8.6	0	69.08
HIERBA LUISA	3	0	0	0	0	0	0	0
PEPINILLO	25	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
LIMON	3	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
NARANJA	150	0.12	0.04	2.02	0.48	0.36	38.88	8.92
SUB TOTAL		21.61	9.37	54.67	86.44	83.93	249.48	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			
								37.08

CC	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO								
					MAZAMORRA DE PLATANO			
PLATANO	70	0.74	0.1	10.3	2.94	1.3	41.2	45.44
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		0.83	0.33	31.37	3.3	3.37	125.48	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			
								12.60

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO								
					ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO SANCOCHADO + INFUSION			
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
CEBOLLA	4	0.03	0	1	0.12	0	1	1.12
HUEVO	55	7.42	4.62	0.99	29.68	41.58	3.96	75.22
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ZAPALLO	20	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
AZUCAR	7	0	0	6.88	0	0	27.52	27.52
SUB TOTAL		9.88	4.76	33.2	39.52	42.84	129.8	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			
								20.22

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	45.13	23.27	165.54	
VCT (kcal)	180.52	209.43	662.16	
VCT (%)	17.21	19.96	63.12	
	VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU			1049.09

CONSORCIO LA LECHERITA
[Firma]
Ever F Berrospi Davila
RUC 20800093711
REPRESENTANTE LEGAL DEL CONSORCIO

[Firma]
Lic. Yessica Carrizosa
NUTRICIONISTA
CNP 4118

DOSEIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENAL DE PASCO

MENU N°29

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	MAZAMORRA DE SEMOLA CON LECHE + PAN + JAMONADA ✓							
SEMOLA	20	0.83	0.12	7.4	3.32	1.08	29.6	34
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
JAMONADA	30	1.6	3.0	0	6.3	26.6	0	32.83
AZUCAR	5	0	0	4.92	0	0	19.66	19.66
SUB TOTAL		7.38	6.33	36.5	29.42	56.57	145.98	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			231.9
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.4

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	GRANADILLA							
1 GRANADILLA	150	2.64	2.4	18.72	10.56	21.6	74.88	107.04
SUB TOTAL		2.64	2.4	18.72	10.56	21.6	74.88	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								107.04
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								9.4

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	TALLARINES ROJO CON CARNE PICADA + ENSALADA + REFRESCO + FRUTA ✓							
FIDEOS TALLARINES	60	5.64	0.12	46.62	22.56	1.08	186.48	210.12
CEBOLLA	15	1.06	0.09	2.82	4.24	0.81	11.28	16.33
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
LAUREL	3	0.12	0.03	1.41	0.48	0.27	5.64	6.39
CARNE DE RES	70	14.91	1.12	0	59.64	10.08	0	69.72
ACEITE	4	0	2	0	0	18	0	18
PEPINILLO	30	0.15	0.03	0.78	0.6	0.27	3.12	3.99
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
MARACUYA	20	0.18	0.02	3.22	0.72	0.18	12.88	13.78
AZUCAR	10	0	0	9.72	0	0	38.88	38.88
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		23.1	3.9	78.59	92.4	35.1	314.36	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			441.86
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			38.9

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	MAZAMORRA DE GELATINA ✓							
GELATINA	25	0.35	0	3.50	1.40	0	14	15.40
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	25	0	0	24.58	0	0	98.3	98.3
SUB TOTAL		0.44	0.23	29.49	1.76	2.07	117.94	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			121.77
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			10.7

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ CHAUFA DE POLLO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
POLLO	100	21.4	3.1	0	85.6	27.9	0	113.5
SILLAO	3	0.16	0.03	0.28	0.64	0.27	1.12	2.03
CEBOLLA CHINA	20	0.39	0.1	1.3	1.56	0.6	5.1	7.26
HUEVO	40	5.40	3.36	0.72	21.60	30.24	2.88	54.72
SUB TOTAL		28.55	6.64	14.9	114.2	59.46	59.5	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			233.16
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.5

	PROT	GRAS	CARB	
VCT(g)	✓ 62.11	✓ 19.5	✓ 178.2	
VCT(kcal)	248.44	175.5	712.8	
VCT(%)	21.87	15.45	62.76	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1135.73

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F Berrospi Davila
RUC 20600093278
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

Lic Yessica Carin Saavedra Julia
NUTRICIONISTA
C.O.P.N. 8

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 1 PAN + ACEITUNA							
AVENA	25	1.33	0.4	7.2	5.32	3.6	28.8	37.72
LECHE EVAPORADA	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
ACEITUNA	30	0.13	5.14	1.17	0.51	46.22	4.67	51.41
SUB TOTAL		6.41	8.75	32.55	25.63	78.71	130.19	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			234.54
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.14

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	(Kcal)
REFRIGERIO	1 MANDARINA							
MANDARINA	250	1.50	0.75	21.50	6	6.75	86	98.75
SUB TOTAL		1.50	0.75	21.50	6	6.75	86	
VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO								98.75
% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO								8.48

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + OLLUQUITO CON RES + REFRESCO + ENSALADA + FRUTA							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
ACEITE VEGETAL	3	0	3	0	0	27	0	27
AJOS	2	0.11	0.01	0.6	0.44	0.09	2.40	2.93
RES	100	23.4	4.2	0	93.6	37.8	0	131.4
OLLUQUITO	60	8.64	0.4	25.8	34.56	4	103	141.56
TOMATE	20	0.99	0.39	2.10	3.96	3.51	8.40	15.87
PEPEINILLO	20	3.20	0.1	9.2	12.80	0.5	36.6	49.9
NARANJA	20	0.12	0.04	2.02	0.48	0.36	38.88	8.92
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		38.8	8.65	67.74	155.2	77.85	301.36	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			503.61
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			43.24

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE MANZANA							
MANZANA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	20	0	0	19.66	0	0	78.64	78.64
SUB TOTAL		0.08	0.04	21.62	0.32	0.36	86.48	
					VALOR CALORICO DEL DREFRIGERIO			87.16
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			7.48

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
CENA	ARROZ + GUIZO DE QUINUA CON POLLO PICADO + INFUSION							
ARROZ	50	1.2	0.05	12.6	4.8	0.45	50.4	55.65
QUINUA	70	0.34	0.1	2.2	1.34	1.2	8.9	11.44
ZANAHORIA	15	0.09	0.07	1.38	0.36	0.63	5.52	6.51
ARVEJA	15	0.71	0.06	1.88	2.84	0.54	7.52	10.9
PAPA	50	1	0.2	11.7	4	1.8	46.6	52.4
TOMATE	15	0.12	0.03	0.64	0.48	0.27	2.56	3.31
CEBOLLA	15	0.21	0.03	1.69	0.84	0.27	6.76	7.87
POLLO	100	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
SUB TOTAL		20.95	3.15	32.09	83.78	28.65	128.26	
					VALOR CALORICO DE LA CENA			240.69
					% DISTRIBUCION DE LA CENA			20.66

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	67.74	21.34	175.5	
VCT (kcal)	270.96	192.06	702	
VCT (%)	23.26	16.49	60.27	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1164.75

CONSORCIO LA LECHERITA

Ever F. Berrospi Davila
RUC 20800093773
REPRESENTANTE LEGAL COMUNAL DEL CONSORCIO


Yessica Carrizosa
NUTRICIONISTA
CNP 4118

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

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
DESAYUNO	SOYA CON LECHE + 1 PAN + MERMELADA							
SOYA	20	4.2	2.8	5.4	16.9	25.5	21.4	63.86
LECHE	90	2.79	3.15	4.32	11.16	28.35	17.28	56.79
PAN	30	2.16	0.06	19.86	8.64	0.54	79.44	88.62
MERMELADA	10	0.04	0.02	5.86	0.16	0.18	23.44	23.78
SUB TOTAL		9.19	6.03	35.44	36.86	54.57	141.56	
					VALOR CALORICO DEL DESAYUNO			233.05
					% DISTRIBUCION DEL DESAYUNO			20.73

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	YOGURT							
YOGURT	130	3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	98.02
SUB TOTAL		3.77	1.82	16.64	15.08	16.38	66.56	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			98.02
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			8.72

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	ARROZ + LOCRO DE ZAPALLO + HUEVO + REFRESCO + ENSALADA + FRUTA ✓							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
CEBOLLA	4	0.03	0	1	0.12	0	1	1.12
HUEVO	55	7.42	4.62	0.99	29.68	41.58	3.96	75.22
PAPA	50	1.05	0.05	11.15	4.2	0.45	44.6	49.25
ZAPALLO	50	0.18	0.04	0.58	0.72	0.36	2.32	3.4
PIÑA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
AZUCAR	25	0	0	24.58	0	0	98.3	98.3
PEPINILLO	25	0.12	0.02	0.65	0.48	0.18	2.6	3.26
ACEITE	10	0	10	0	0	90	0	90
LIMON	5	0.02	0.01	0.48	0.08	0.09	1.92	2.09
MANDARINA	150	0.9	0.45	12.9	3.6	4.05	51.6	59.25
SUB TOTAL		11.24	15.29	69.41	44.96	137.61	274.62	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			457.19
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			40.68

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
REFRIGERIO	COMPOTA DE MANZANA							
MANZANA	20	0.08	0.04	1.96	0.32	0.36	7.84	8.52
CANELA	1	0.03	0.03	0.8	0.12	0.27	3.2	3.59
MAIZENA	10	0.06	0.02	8.67	0.24	0.18	34.68	35.1
CLAVO	1	0.06	0.2	0.61	0.24	1.8	2.44	4.48
AZUCAR	15	0	0	14.75	0	0	58.98	58.98
SUB TOTAL		0.23	0.29	26.79	0.92	2.61	107.14	
					VALOR CALORICO DEL REFRIGERIO			110.67
					% DISTRIBUCION DEL REFRIGERIO			9.85

	PESO BRUTO	PROT	GRAS	CARB	KILOCALORIAS POR NUTRIENTE			TOTAL (Kcal)
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRAS	CARB	
ALMUERZO	AJI DE POLLO + ARROZ + INFUSION							
ARROZ	60	1.44	0.06	15.12	5.76	0.54	60.48	66.78
POLLO	90	17.28	2.61	0	69.12	23.49	0	92.61
AJI AMARILLO	5	0.05	0.04	0.44	0.18	0.32	1.76	2.26
GALLETA	20	1.01	1.47	6.8	4.04	13.23	27.2	44.47
LECHE EVAPORADA	30	0.93	1.05	1.44	3.72	9.45	5.76	18.93
HIERBA LUISA	5	0	0	0	0	0	0	0
SUB TOTAL		20.71	5.23	23.8	82.82	47.03	95.2	
					VALOR CALORICO DEL ALMUERZO			225.05
					% DISTRIBUCION DEL ALMUERZO			20.02

	PROT	GRAS	CARB	
VCT (g)	45.14	28.66	172.08	
VCT (kcal)	180.56	257.94	688.32	
VCT (%)	16.06	22.95	61.24	
VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU				1123.98

CONSORCIO LA LECHERITA
Bea D
Ever F Berrospi Davila
RUC 20800093219
REPRESENTANTE LEGAL COMUN DEL CONSORCIO

[Firma]
Lt. Yesica Carrin Saavedra Julia
NUTRICIONISTA
CNP 4512