

41

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA NIÑOS DEL E.P. PIURA Y SULLANA
DEL 20 DE NOVIEMBRE AL 20 DE DICIEMBRE DE 2018

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 750 KILOCALORIAS POR DIA

N°	FECHA	DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
1	Martes 20/11/18	SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO	LECHE	ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
2	Miércoles 21/11/18	LECHE + 01 PAN CON POLLO	PLATANO DE LA ISLA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAIZENA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION
3	Jueves 22/11/18	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHA + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
4	Viernes 23/11/18	LECHE CON QUINUA + 01 PAN CON ATUN	MANGO CON LECHE	ARROZ GRANEADO + HIGADO FRITO + PURE DE ESPINACA + ENSALADA + INFUSION	COMPOTA DE MANZANA	SOPA DE SEMOLA + POLLO + INFUSION
5	Sábado 24/11/18	LECHE + 01 PAN CON HUEVO DURO	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	PIÑA EN ALMIBAR	AGUADITO CON MENUDENCIA DE POLLO + INFUSION
6	Domingo 25/11/18	KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	SOPA A LA MINUTA CON POLLO + INFUSION
7	Lunes 26/11/18	LECHE CON AVENA + 01 PAN CON MANJAR BLANCO	PAPAYA PICADA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE AVENA + POLLO + INFUSION
8	Martes 27/11/18	SOYA + 01 PAN CON JAMONADA	LECHE	ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO + MENESTRA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
9	Miércoles 28/11/18	LECHE + 01 PAN CON PALTA	PLATANO DE SEDA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA GUISADA CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	SOPA DE SEMOLA + CARNE DE RES + INFUSION
10	Jueves 29/11/18	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
11	Viernes 30/11/18	LECHE + 01 PAN CON PESCADO FRITO	COMPOTA DE MANZANA	ARROZ GRANEADO + CERDO A LA PARRILLA + CAMOTE + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	SOPA DE TRIGO + POLLO + INFUSION
12	Sábado 01/12/18	QUINUA CON LECHE + 01 PAN HOT DOG	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + PURE DE ZAPALLO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	ARROZ GRANEADO + LOCRO DE POLLO + INFUSION
13	Domingo 02/12/18	KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	ARROZ GRANEADO + PESCADO A LA PLANCHA CON YUCA + INFUSION
14	Lunes 03/12/18	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON MERMELEDA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE FIDEO + POLLO + INFUSION
15	Martes 04/12/18	SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO	LECHE	ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN

CONTRATISTA

Laurindo García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
 CNP 2066

**RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA NIÑOS DEL E.P. PIURA Y SULLANA
DEL 20 DE NOVIEMBRE AL 20 DE DICIEMBRE DE 2018**

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 750 KILOCALORIAS POR DIA

Nº	FECHA	DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
16	MIERCOLES	LECHE + 01 PAN CON POLLO	PLATANO DE LA ISLA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAIZENA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION
	05/12/18					
17	VIERNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHA + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	06/12/18					
18	VIERNES	LECHE CON QUINUA + 01 PAN CON ATUN	MANGO CON LECHE	ARROZ GRANEADO + HIGADO FRITO + PURE DE ESPINACA + ENSALADA + INFUSION	COMPOTA DE MANZANA	SOPA DE SEMOLA + POLLO + INFUSION
	07/12/18					
19	SABADO	LECHE + 01 PAN CON HUEVO DURO	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	PIÑA EN ALMIBAR	AGUADITO CON MENUDENCIA DE POLLO + INFUSION
	08/12/18					
20	DOMINGO	KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	SOPA A LA MINUTA CON POLLO + INFUSION
	09/12/18					
21	LUNES	LECHE CON AVENA + 01 PAN CON MANJAR BLANCO	PAPAYA PICADA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE AVENA + POLLO + INFUSION
	10/12/18					
22	MAÑES	SOYA + 01 PAN CON JAMONADA	LECHE	ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO + MENESTRA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	11/12/18					
23	MIERCOLES	LECHE + 01 PAN CON PALTA	PLATANO DE SEDA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA GUISADA CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	SOPA DE SEMOLA + CARNE DE RES + INFUSION
	12/12/18					
24	VIERNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	13/12/18					
25	VIERNES	LECHE + 01 PAN CON PESCADO FRITO	COMPOTA DE MANZANA	ARROZ GRANEADO + CERDO A LA PARRILLA + CAMOTE + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	SOPA DE TRIGO + POLLO + INFUSION
	14/12/18					
26	SABADO	QUINUA CON LECHE + 01 PAN HOT DOG	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + PURE DE ZAPALLO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	ARROZ GRANEADO + LOCRO DE POLLO + INFUSION
	15/12/18					
27	DOMINGO	KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	ARROZ GRANEADO + PESCADO A LA PLANCHA CON YUCA + INFUSION
	16/12/18					
28	LUNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON MERMELEDA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE FIDEO + POLLO + INFUSION
	17/12/18					
29	MAÑES	SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO	LECHE	ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
	18/12/18					
30	MIERCOLES	LECHE + 01 PAN CON POLLO	PLATANO DE LA ISLA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAIZENA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION
	19/12/18					
31	VIERNES	AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHA + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
	20/12/18					

CONTRATISTA
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut: Sergio Antonio Saavedra Cieza
CMP 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 01-15-29

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO									
DESAYUNO :									
SOYA	20,00	80,20	5,64	3,78	7,14	22,56	34,02	28,56	85,14
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
HUEVOS ROSADOS	50,00	0,00	6,75	4,20	0,95	27,00	37,80	3,80	68,60
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
SUBTOTAL		225,10	14,91	8,04	41,98	59,64	72,36	167,9	299,90
						VCT DES.:	300		20%
MEDIA MAÑANA :									
LECHE									
LECHE EVAPORADA	80,00	114,40	5,60	6,48	8,72	22,40	58,32	34,88	115,60
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		133,60	5,60	6,48	13,64	22,40	58,32	54,54	135,26
						VCT DES.:	135		9%
ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
POLLO	120,00	183,60	21,84	12,24	0,00	87,36	110,16	0,00	197,52
FREJOL CANARIO	25,00	84,75	5,48	0,53	15,05	21,90	4,73	60,20	86,83
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		604,81	31,75	21,08	75,95	126,98	189,68	303,80	620,46
						VCT ALM.:	620		41%
MEDIA TARDE :									
MAZAMORRA MORADA									
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
MAIZ MORADO	20,00	71,40	1,46	0,68	15,24	5,84	6,12	60,96	72,92
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	3,00	0,00	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		141,60	1,58	0,72	35,53	6,32	6,48	142,12	154,92
						VCT DES.:	155		10%
CENA									
LECHE EVAPORADA + 01 PAN									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
AZUCAR REFINADA	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		296,77	11,27	10,19	40,629	45,08	91,665	162,52	299,26
						VCT CEN.:	299		20%
TOTAL (g)									
VCT (Kcal.)									
TOTAL %									
						TOTAL VCT MENU:		1510	100%

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 02-16-30

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

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

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

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

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

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

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 03-17-31

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA									
DESAYUNO :									
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	0,00	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
ACEITUNA	25,00	0,00	0,20	8,03	1,83	0,80	72,23	7,30	80,33
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		181,02	10,28	14,56	45,94	41,12	131,00	183,776	355,89
VCT DES.:						356		TOTAL	20%

MEDIA MAÑANA : JUGO DE PAPAYA									
PAPAYA	140,00	40,32	0,56	0,14	11,48	2,24	1,26	45,92	49,42
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		117,12	0,56	0,14	31,14	2,24	1,26	124,56	128,06
						VCT DES.:	128	TOTAL	7%

ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHA + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
POLLO	120,00	183,60	21,84	12,24	0,00	87,36	110,16	0,00	197,52
PAPA BLANCA	35,00	32,25	0,74	0,04	7,81	2,94	0,32	31,22	34,48
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
AZUCAR REFINADA	28,00	107,52	0,00	0,00	27,52	0,00	0,00	110,10	110,10
LIMON	5,00	0,77	0,03	0,01	0,49	0,10	0,09	1,94	2,13
SUBTOTAL		725,77	27,85	32,65	84,834	111,40	293,81	339,34	744,54
						VCT ALM.:	745	TOTAL	43%

MEDIA TARDE : MANZANA PICADA EN ALMIBAR									
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,60	90,75
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		149,70	0,45	0,15	41,56	1,80	1,35	166,24	169,39
						VCT DES.:	169	TOTAL	10%

CENA LECHE EVAPORADA									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		342,85	11,27	10,19	52,425	45,08	91,665	209,70	346,45
						VCT CEN.:	346	TOTAL	20%

TOTAL (g)	50,41	57,68	255,90
VCT (Kcal.)	201,6	519,1	1.023,61
TOTAL %	12%	30%	59%

TOTAL VCT MENU:	1744	100%
-----------------	------	------

CONTRTISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Sanvedra Cieza
CNP: 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 04-18

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

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

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

COMPOTA DE MANZANA									
MEDIA TARDE :									
MANZANA	140,00	68,04	0,42	0,14	20,44	1,88	1,26	81,76	84,70
MAIZENA	22,00	77,22	0,13	0,04	19,07	0,53	0,40	76,30	77,22
AZUCAR REFINADA	12,00	0,00	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
SUBTOTAL		145,26	0,55	0,18	51,31	2,21	1,66	205,24	209,10
						VCT DES.:	209,10	TOTAL	12%

SOPA DE SEMOLA + POLLO + INFUSION									
CENA									
SEMOLA	28,00	94,12	2,03	0,29	20,38	8,11	2,57	81,54	92,22
PORO	10,00	4,00	0,27	0,08	0,76	1,08	0,72	3,04	4,84
PAPA AMARILLA	25,00	24,46	0,50	0,10	5,83	2,00	0,90	23,30	26,20
POLLO	80,00	122,40	14,56	8,16	0,00	58,24	73,44	0,00	131,68
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		321,78	17,36	8,63	46,629	69,43	77,634	186,52	333,58
						VCT CEN.:	333,58	TOTAL	20%

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

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Dr. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 05-19

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
LECHE + 01 PAN CON HUEVO DURO									
DESAYUNO :									
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
HUEVOS ROSADOS	50,00	0,00	6,75	4,20	0,95	27,00	37,80	3,80	68,60
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		249,50	16,27	12,36	35,91	65,08	111,24	143,62	319,94
VCT DES.:						319,94		TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : JUGO DE MANGO									
MANGO	150,00	74,70	0,60	0,30	23,85	2,40	2,70	95,40	100,50
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		93,90	0,60	0,30	28,77	2,40	2,70	115,06	120,16
VCT DES.:						120,16		TOTAL	8%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	7,00	61,88	0,00	7,00	0,00	0,00	63,00	0,00	63,00
PESCADO	80,00	92,88	17,28	3,12	0,24	69,12	28,08	0,96	98,16
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
TOMATE	20,00	3,76	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
NARANJA DE MESA	50,00	17,10	0,60	0,10	5,45	2,40	0,90	21,80	25,10
AZUCAR REFINADA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ARVERJITA PARTIDA	60,00	210,60	13,02	1,92	36,66	52,08	17,28	146,64	216,00
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		706,44	36,26	12,52	116,73	145,04	112,68	466,90	724,62
VCT ALM.:						724,62		TOTAL	46%
MEDIA TARDE : PIÑA EN ALMIBAR									
PIÑA	140,00	34,05	0,56	0,28	13,72	2,24	2,52	54,88	59,64
AZUCAR REFINADA	12,00	46,08	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
SUBTOTAL		80,13	0,56	0,28	25,52	2,24	2,52	102,06	106,82
VCT DES.:						106,82		TOTAL	7%
AGUADITO CON MENUENCIA DE POLLO + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	20,00	71,80	1,64	0,10	15,56	6,56	0,90	62,24	69,70
PAPA AMARILLA	25,00	24,46	0,50	0,10	5,83	2,00	0,90	23,30	26,20
HIGADO DE POLLO	80,00	125,60	16,40	5,60	1,28	65,60	50,40	5,12	121,12
ZANAHORIA	15,00	5,84	0,09	0,08	1,38	0,36	0,68	5,52	6,56
PORO	15,00	6,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
APIO	15,00	2,99	0,11	0,03	0,72	0,42	0,27	2,88	3,57
ZAPALLO	15,00	3,90	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		317,40	19,25	6,055	46,53	76,98	54,495	186,10	317,58
VCT CEN.:						317,58		TOTAL	20%
TOTAL (g) 72,94 31,52 253,44									
VCT (Kcal.) 291,7 283,6 1.013,7									
TOTAL % 18% 18% 64%									
TOTAL VCT MENU:						1589		100%	

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 06-20

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO ✓									
DESAYUNO :									
KIWICHA	20,00	75.40	2.70	1.42	12.90	10.80	12.78	51.60	75.18
LECHE EVAPORADA	70,00	100.10	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
PAN FRANCES	30,00	87.30	2.52	0.06	19.14	10.08	0.54	76.56	87.18
QUESO	20,00	0.00	3.26	2.06	0.68	13.04	18.54	2.72	34.30
AZUCAR REFINADA	5,00	19.20	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUBTOTAL		282.00	13.38	9.21	45.27	53.52	82.89	181.06	317.47
VCT DES.:						317		TOTAL	20%

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

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

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

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

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

TOTAL VCT MENU: 1604 100%

CONTRATISTA

Lauriano García Iñigo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP° 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 07-21

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP° 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 08-22

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

CONTRATISTA

Lauriano García Iñigo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP° 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 09-23

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : LECHE + 01 PAN CON PALTA									
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
PALTA	25,00	0,00	0,43	3,13	1,40	1,70	28,13	5,60	35,43
AZUCAR REFINADA	5,00	0,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		230,30	9,95	11,29	36,36	39,78	101,57	145,42	286,77
VCT DES.:						287		TOTAL	20%

MEDIA MAÑANA : PLATANO DE SEDA PICADO									
PLATANO DE SEDA	150,00	84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
VCT DES.:						139			TOTAL 10%

ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + GALLINA GUISADA CON PAPA + ENSALADA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
CARNE DE GALLINA	120,00	129,60	24,72	4,32	0,00	98,88	38,88	0,00	137,76
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
LIMON	1,00	0,15	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
PAPA AMARILLA	40,00	39,14	0,80	0,16	9,32	3,20	1,44	37,28	41,92
AZUCAR REFINADA	10,00	38,40	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		521,79	30,81	14,84	68,617	123,22	133,58	274,47	531,27
VCT ALM.:						531			TOTAL 38%

MEDIA TARDE: MAZAMORRA DE NARANJA									
MAIZENA	25,00	87,75	0,15	0,05	21,68	0,60	0,45	86,70	87,75
NARANJA DE MESA	100,00	34,20	1,20	0,20	10,90	4,80	1,80	43,60	50,20
AZUCAR REFINADA	6,00	23,04	0,00	0,00	5,90	0,00	0,00	23,59	23,59
SUBTOTAL		144,99	1,35	0,25	38,47	5,40	2,25	153,89	161,54
VCT DES.:						162			TOTAL 12%

CENA SOPA DE SEMOLA + CARNE DE RES + INFUSION									
SEMOLA	20,00	72,40	1,56	0,22	15,88	6,24	1,98	62,72	70,94
CARNE DE RES	50,00	47,25	10,65	0,80	0,00	42,60	7,20	0,00	49,80
PAPA AMARILLA	25,00	24,46	0,50	0,10	5,83	2,00	0,90	23,30	26,20
ZAPALLO	10,00	2,60	0,07	0,02	0,64	0,28	0,18	2,56	3,02
ZANAHORIA	10,00	3,90	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
SUBTOTAL		278,93	12,84	9,19	37,81	51,36	82,71	151,24	285,31
VCT CEN.:						285			TOTAL 20%

TOTAL (g)	57,19	36,02	212,76
VCT (Kcal.)	228,8	324,2	851,0
TOTAL %	16%	23%	61%

TOTAL VCT MENU: 1404 100%

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut: Sergio Antonio Saavedra Cleza
CNP 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 10-24

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA									
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	0,00	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
ACEITUNA	25,00	0,00	0,20	8,03	1,83	0,80	72,23	7,30	80,33
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		181,02	10,28	14,56	45,94	41,12	131,00	183,776	355,89
VCT DES.:						356		TOTAL	20%

MEDIA MAÑANA : JUGO DE PAPAYA									
PAPAYA	140,00	40,32	0,56	0,14	11,48	2,24	1,26	45,92	49,42
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		117,12	0,56	0,14	31,14	2,24	1,26	124,56	128,06
						VCT DES.:	128		TOTAL 7%

ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
POLLO	120,00	183,60	21,84	12,24	0,00	87,36	110,16	0,00	197,52
LENTEJAS SECAS	60,00	203,40	13,56	0,60	36,60	54,24	5,40	146,40	206,04
TOMATE	20,00	3,76	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
SILLAO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
LIMON	5,00	0,77	0,03	0,01	0,49	0,10	0,09	1,94	2,13
SUBTOTAL		800,15	40,79	23,23	111,46	163,14	209,07	445,84	818,05
						VCT ALM.:	818		TOTAL 46%

MEDIA TARDE : MANZANA PICADA EN ALMIBAR									
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,60	90,75
AZUCAR REFINADA	10,00	38,40	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
SUBTOTAL		111,30	0,45	0,15	31,73	1,80	1,35	126,92	130,07
						VCT DES.:	130		TOTAL 7%

CENA LECHE EVAPORADA									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
AZUCAR REFINADA	22,00	84,48	0,00	0,00	21,63	0,00	0,00	86,50	86,50
SUBTOTAL		350,53	11,27	10,19	54,391	45,08	91,665	217,56	354,31
						VCT CEN.:	354		TOTAL 20%

TOTAL (g)	63,35	48,26	274,67
VCT (Kcal.)	253,4	434,3	1.098,66
TOTAL %	14%	24%	62%

TOTAL VCT MENU: 1786 100%

CONTRTISTA

Lauriano Careta Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cioza
CNP 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 11-25

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

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

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

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

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

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

TOTAL VCT MENÚ: 1611 100%

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut: Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP° 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 12-26

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

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

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

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

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

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

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

CONTRATISTA

Lauriano Garcia Ibarro
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 13-27

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

CONTRATISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - B

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

MENU N° 14-28

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

CONTRATISTA

Lauriano García Jorogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Inc. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP: 2066

25

**RELACIÓN DE MENÚS PROPUESTOS PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA Y SULLANA
DEL 20 DE NOVIEMBRE AL 20 DE DICIEMBRE DE 2018**

MENÚS CON APORTE CALÓRICO MAYOR A 2,750 KILOCALORIAS POR DÍA

N° DE MENÚ	FECHA	DETALLE DEL MENÚ	
1	MARTES 20/11/2018	DESAYUNO	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA (PANAMITO) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (LIMONADA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPAS FRITAS + ENSALADA + INFUSION
2	MIÉRCOLES 21/11/2018	DESAYUNO	QUINUA CON AVENA + 3 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (PIÑA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJITA) + ENSALADA + INFUSION
3	JUEVES 22/11/2018	DESAYUNO	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + MONDONGO A LA ITALIANA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION
		CENA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
4	VIERNES 23/11/2018	DESAYUNO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO ENSALADA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJAS SECAS) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (NARANJA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALADA + INFUSION
5	SABADO 24/11/2018	DESAYUNO	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (MAIZ MORADO)
		CENA	ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
6	DOMINGO 25/11/2018	DESAYUNO	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA (FREJOL CASTILLA) + ZARZA + FRUTA + REFRESCO (LIMONADA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS + INFUSION
7	LUNES 26/11/2018	DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA (FREJOL CASTILLA) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (LIMA)
		CENA	SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
8	MARTES 27/11/2018	DESAYUNO	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA (PANAMITO) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (LIMONADA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPAS FRITAS + ENSALADA + INFUSION
9	MIÉRCOLES 28/11/2018	DESAYUNO	QUINUA CON AVENA + 3 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (PIÑA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJITA) + ENSALADA + INFUSION
10	JUEVES 29/11/2018	DESAYUNO	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + MONDONGO A LA ITALIANA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION
		CENA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
11	VIERNES 30/11/2018	DESAYUNO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO ENSALADA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJAS SECAS) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (NARANJA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALADA + INFUSION
12	SABADO 01/12/2018	DESAYUNO	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (MAIZ MORADO)
		CENA	ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
13	DOMINGO 02/12/2018	DESAYUNO	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA (FREJOL CASTILLA) + ZARZA + FRUTA + REFRESCO (LIMONADA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS + INFUSION
14	LUNES 03/12/2018	DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA (FREJOL CASTILLA) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (LIMA)
		CENA	SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
15	MARTES 04/12/2018	DESAYUNO	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA
		ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA (PANAMITO) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (LIMONADA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPAS FRITAS + ENSALADA + INFUSION

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nur. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP: 2066

24

**RELACIÓN DE MENÚS PROPUESTOS PARA PERSONAL INPE DEL E.P. DE PIURA Y SULLANA
DEL 20 DE NOVIEMBRE AL 20 DE DICIEMBRE DE 2018**

MENÚS CON APOORTE CALÓRICO MAYOR A 2.750 KILOCALORIAS POR DÍA

N° DE MENÚ	FECHA	DETALLE DEL MENÚ	
16	MIÉRCOLES 05/12/2018	DESAYUNO	QUINUA CON AVENA + 3 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO
		ALMUERZO	ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (PINA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJITA) + ENSALADA + INFUSION
17	JUEVES 06/12/2018	DESAYUNO	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA
		ALMUERZO	ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGO A LA ITALIANA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION
		CENA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
18	VIERNES 07/12/2018	DESAYUNO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO
		ALMUERZO	ENSALADA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJAS SECAS) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (NARANJA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALADA + INFUSION
19	SABADO 08/12/2018	DESAYUNO	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS
		ALMUERZO	ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (MAIZ MORADO)
		CENA	ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
20	DOMINGO 09/12/2018	DESAYUNO	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA
		ALMUERZO	ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA (FREJOL CASTILLA) + ZARZA + FRUTA + REFRESCO (LIMONADA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS + INFUSION
21	LUNES 10/12/2018	DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO
		ALMUERZO	CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA (FREJOL CASTILLA) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (LIMA)
		CENA	SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
22	MARTES 11/12/2018	DESAYUNO	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO
		ALMUERZO	ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA (PANAMITO) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (LIMONADA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPAS FRITAS + ENSALADA + INFUSION
23	MIÉRCOLES 12/12/2018	DESAYUNO	QUINUA CON AVENA + 3 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO
		ALMUERZO	ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (PINA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJITA) + ENSALADA + INFUSION
24	JUEVES 13/12/2018	DESAYUNO	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA
		ALMUERZO	ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGO A LA ITALIANA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION
		CENA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
25	VIERNES 14/12/2018	DESAYUNO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO
		ALMUERZO	ENSALADA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJAS SECAS) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (NARANJA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALADA + INFUSION
26	SABADO 15/12/2018	DESAYUNO	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS
		ALMUERZO	ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (MAIZ MORADO)
		CENA	ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
27	DOMINGO 16/12/2018	DESAYUNO	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA
		ALMUERZO	ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA (FREJOL CASTILLA) + ZARZA + FRUTA + REFRESCO (LIMONADA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS + INFUSION
28	LUNES 17/12/2018	DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO
		ALMUERZO	CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA (FREJOL CASTILLA) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (LIMA)
		CENA	SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
29	MARTES 18/12/2018	DESAYUNO	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO
		ALMUERZO	ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA (PANAMITO) + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (LIMONADA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPAS FRITAS + ENSALADA + INFUSION
30	MIÉRCOLES 19/12/2018	DESAYUNO	QUINUA CON AVENA + 3 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO
		ALMUERZO	ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA + FRUTA + REFRESCO (PINA)
		CENA	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJITA) + ENSALADA + INFUSION
31	JUEVES 20/12/2018	DESAYUNO	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA
		ALMUERZO	ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGO A LA ITALIANA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION
		CENA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Ciego
CNP- 2066

23

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

MENU N° 01-06 - 15-22-29

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
 CNP 2066

FORMATO - C

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

MENÚ N° 02-G1-16-23-30

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Inc. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP° 2066

FORMATO - C

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

MENU N° 03 - 10 - 17 - 29 - 31

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CMP 2066

FORMATO - C

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

MENU N° 04 - 11-18-25

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - C

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

MENÚ N° 05 - 12 - 19 - 26

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

CONTRATISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - C

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

MENU N° 06-11-20-27

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
MACA	10,00	31,40	1,18	0,16	6,64	4,72	1,44	26,56	32,72
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
HOTDOG DE POLLO	30,00	109,80	3,30	10,29	0,00	13,20	92,61	0,00	105,81
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
SUBTOTAL		710,04	22,87	24,70	101,34	91,46	222,30	405,36	719,12
						V.C. DESAYUNO			719,12
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + ZARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CABRITO	160,00	351,36	27,20	30,40	0,00	108,80	273,60	0,00	382,40
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
CULANTRO	10,00	2,86	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
LECHUGA	20,00	3,61	0,30	0,04	0,78	1,20	0,36	3,12	4,68
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		1253,37	59,46	36,47	182,16	237,83	328,24	728,65	1294,72
						V.C. ALMUERZO			1294,72
						% DIST. ALMUERZO			45%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPA FRITAS +									
CENA:									
INFUSIÓN									
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	60,00	55,29	1,26	0,06	13,38	5,04	0,54	53,52	59,10
TOMATE	35,00	6,58	0,28	0,07	1,51	1,12	0,63	6,02	7,77
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
BROCOLI	25,00	10,00	1,23	0,23	1,43	4,90	2,03	5,70	12,63
ACEITE VEGETAL	14,00	123,76	0,00	14,00	0,00	0,00	126,00	0,00	126,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	35,00	134,40	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,62	137,62
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		823,12	28,95	25,09	125,30	115,79	225,82	501,19	842,80
						V.C. CENA			842,80
						% DIST. ALMUERZO			30%
	VCT (Gr.)	111,27	86,26	408,80					
	VCT (Kcal.)	445,08	776,36	1635,20					
	VCT (%)	16%	27%	57%					
						V.C.T. MENU			2857

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - C

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

MENU N° 07-14-21-28

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

CONTRATISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Nut: Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

02

**RELACIÓN DE MENÚS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE PIURA Y SULLANA
DEL 20 DE NOVIEMBRE AL 20 DE DICIEMBRE DE 2018**

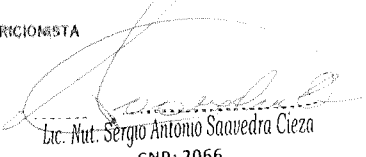
MENÚS CON APORTE CALÓRICO MAYOR A 2.400 K CALORIAS POR DÍA

N° DE MENÚ	FECHA	DETALLE DEL MENÚ	
1	MARTES	DESAYUNO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA
	20/11/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (JUNTURA) + ENSALADA (DE POLLO) + FRUTA (NARANJA) + REFRESCO (SOBRE)
2	MIERCOLES	CENA	SOPEA DE TRIGO + RES CONTRIBUSO
	21/11/2018	DESAYUNO	CHIRITA + 03 PANES CON MERMELADA
3	MIERCOLES	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + CORAZÓN DE POLLO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEBA) + REFRESCO (SOBRE)
	21/11/2018	CENA	ARROZ CON LECHE + 02 PANES
4	JUEVES	DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA
	22/11/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + CAJACA A LA CHIRITA + ENSALADA (DE POLLO) + FRUTA (NARANJA) + REFRESCO (SOBRE)
5	JUEVES	CENA	ARROZ GRANEADO + SALTADO DE CORAZÓN DE POLLO + PAPAS + INFUSIÓN
	22/11/2018	DESAYUNO	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA
6	VIERNES	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJA PARILLA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEBA) + REFRESCO (SOBRE)
	23/11/2018	CENA	ARROZ GRANEADO + CHAMPAÑITA + INFUSIÓN
7	SABADO	DESAYUNO	QUINUA + 03 PANES CON QUESO
	24/11/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO (PICADILLO) + ENSALADA (DE POLLO) + FRUTA (NARANJA) + REFRESCO (SOBRE)
8	SABADO	CENA	MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
	24/11/2018	DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MANJAR BLANCO
9	DOMINGO	ALMUERZO	TALLAHINES ROJOS + QUESO DE RES CON QUESO + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEBA) + REFRESCO (SOBRE)
	25/11/2018	CENA	ARROZ GRANEADO + QUESO DE POLLO CONTRIBUSO + INFUSIÓN
10	LUNES	DESAYUNO	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA
	26/11/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + CHAMPAÑITA + ENSALADA (DE POLLO) + FRUTA (NARANJA) + REFRESCO (SOBRE)
11	LUNES	CENA	AQUADOL DE POLLO
	26/11/2018	DESAYUNO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA
12	MARTES	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (JUNTURA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEBA) + REFRESCO (SOBRE)
	27/11/2018	CENA	ARROZ GRANEADO + HIGADO DE POLLO QUESADO + PAPA SANCOCRIADA + INFUSIÓN
13	MIERCOLES	DESAYUNO	CHIRITA + 03 PANES CON MERMELADA
	28/11/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + CORAZÓN DE POLLO CARPAJO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (DE POLLO) + FRUTA (NARANJA) + REFRESCO (SOBRE)
14	MIERCOLES	CENA	ARROZ CON LECHE + 02 PANES
	28/11/2018	DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA
15	JUEVES	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + POLLO QUESADO + PAPA SANCOCRIADA + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEBA) + REFRESCO (SOBRE)
	29/11/2018	CENA	SOPEA DE SEMOLA CON VERDURAS + RES CONTRIBUSO
16	VIERNES	DESAYUNO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON ACEITUNA
	30/11/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + CONSERVA DE PESCADO + MENESTRA (ARVEJA PARILLA) + ENSALADA (DE POLLO) + FRUTA (NARANJA) + REFRESCO (SOBRE)
17	VIERNES	CENA	ARROZ GRANEADO + CHAMPAÑITA + INFUSIÓN
	30/11/2018	DESAYUNO	QUINUA + 03 PANES CON QUESO
18	SABADO	ALMUERZO	ARROZ CHUFA CON HOT DOGS + POLLO (PICADILLO) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (NARANJA) + REFRESCO (SOBRE)
	01/12/2018	CENA	MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
19	DOMINGO	DESAYUNO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CONTRIBUSO DURO
	02/12/2018	ALMUERZO	TALLAHINES ROJOS + QUESO DE RES CON QUESO + ENSALADA (DE POLLO) + FRUTA (NARANJA) + REFRESCO (SOBRE)
20	DOMINGO	CENA	ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO QUESADO + INFUSIÓN
	02/12/2018	DESAYUNO	CHIRITA + 03 PANES CON JAMONADA
21	LUNES	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + POLLO QUESADO + PAPA SANCOCRIADA + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEBA) + REFRESCO (SOBRE)
	03/12/2018	CENA	SOPEA DE FIDEOS CON VERDURAS + POLLO
22	MARTES	DESAYUNO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA
	04/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (JUNTURA) + ENSALADA (DE POLLO) + FRUTA (NARANJA) + REFRESCO (SOBRE)
23	MARTES	CENA	SOPEA DE TRIGO + RES CONTRIBUSO
	04/12/2018	DESAYUNO	CHIRITA + 03 PANES CON MERMELADA
24	MIERCOLES	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO + CORAZÓN DE POLLO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEBA) + REFRESCO (SOBRE)
	05/12/2018	CENA	ARROZ CON LECHE + 02 PANES

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP: 2066

**RELACIÓN DE MENÚS PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE PIURA Y SULLANA
DEL 20 DE NOVIEMBRE AL 20 DE DICIEMBRE DE 2018**

MENÚS CON APORTE CALÓRICO MAYOR A 2500 K CALORÍAS POR DÍA

N° DE MENÚ	FECHA	DETALLE DEL MENÚ	
17	JUEVES	DESAYUNO	AVENA CON LECHE - 03 PANES CON MORTADELA
	06/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - CAU CAU A LA CREOLITA - ENSALADA (DE POLLO) - FRUTA (NARANJA) - REFRESCO (SOBRE)
18	VIERNES	DESAYUNO	LECHE - 03 PANES CON ACEITUNA
	07/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
19	SABADO	DESAYUNO	QUINUA - 03 PANES CON QUESO
	08/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - ABACO CON POLLO PICADITO - ENSALADA (DE POLLO) - FRUTA (NARANJA) - REFRESCO (SOBRE)
20	DOMINGO	DESAYUNO	MAIZENA CON LECHE - 02 PANES
	09/12/2018	ALMUERZO	AVENA CON LECHE - 03 PANES CON MORTADELA
21	LUNES	DESAYUNO	MAÍZ EN SUZALADO - 03 PANES CON MORTADELA
	10/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
22	MARTES	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	11/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
23	MIERCOLES	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	12/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
24	JUEVES	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	13/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
25	VIERNES	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	14/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
26	SABADO	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	15/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
27	DOMINGO	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	16/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
28	LUNES	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	17/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
29	MARTES	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	18/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
30	MIERCOLES	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	19/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
31	JUEVES	DESAYUNO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)
	20/12/2018	ALMUERZO	ARROZ GRANEADO - PESCADO FRÍO - MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) - ENSALADA (PEPINILLO) - FRUTA (PLÁTANO DE SIDA) - REFRESCO (SOBRE)

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - A

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

MENU N° 01-15-29

20/12/2018 - 04/12/2018 - 18/12/2018

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP: 2066

FORMATO - A

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

MENU N° 02-16-30

21/11/2018 - 05/12/2018 - 19/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA								
DESAYUNO :								
CHUFLA	25,00	2,25	1,13	18,45	9,00	10,13	73,80	92,93
MERMELADA	20,00	0,08	0,04	11,72	0,32	0,36	46,88	47,56
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		9,89	1,35	112,17	39,56	12,11	448,66	500,33
				V.C. DESAYUNO				500,33
				% DIST. DESAYUNO				20%
ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CORAZON DE POLLO	100,00	20,50	7,00	1,60	82,00	63,00	6,40	151,40
ARVEJAS SECAS	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
CEBOLLA	18,00	0,25	0,04	2,03	1,01	0,32	8,14	9,47
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
ACEITE VEGETAL	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SUBTOTAL		53,26	30,98	253,91	213,04	278,78	1015,65	1507,47
				V.C. ALMUERZO				1507,47
				% DIST. ALMUERZO				60%
ARROZ CON LECHE + 02 PANES								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	40,00	3,28	0,20	31,12	13,12	1,80	124,48	139,40
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
AZUCAR RUBIA	27,00	0,00	0,00	26,54	0,00	0,00	106,16	106,16
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LECHE EVAPORADA	50,00	3,50	4,05	5,45	14,00	36,45	21,80	72,25
SUBTOTAL		11,82	4,37	101,39	47,28	39,33	405,56	492,17
				V.C. CENA				492,17
				% DIST. ALMUERZO				20%
	VCT (Gr.)	74,97	36,69	467,47				
	VCT (Kcal.)	299,88	330,21	1869,87				
	VCT (%)	12%	13%	75%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - A

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

MENU N° 03-17-31

22/11/2018 - 06/12/2018 - 20/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA								
DESAYUNO :								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
MORTADELA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,50	15,70	107,63	81,98	141,30	430,50	653,78
				V.C. DESAYUNO				653,78
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA								
(REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
MONDONGO DE RES	100,00	16,90	3,50	0,00	67,60	31,50	0,00	99,10
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ARVEJAS FRESCAS	20,00	1,42	0,12	3,76	5,68	1,08	15,04	21,80
ZANAHORIA	20,00	0,12	0,10	1,84	0,48	0,90	7,36	8,74
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
CEBOLLA	12,00	0,17	0,02	1,86	0,67	0,22	5,42	6,31
CHOCLO DESGRANADO	20,00	0,76	0,20	5,86	3,04	1,80	23,44	28,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	190,00	3,99	0,19	42,37	15,96	1,71	169,48	187,15
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
AZUCAR RUBIA	42,00	0,00	0,00	41,29	0,00	0,00	165,14	165,14
ACEITE VEGETAL	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		37,48	25,47	240,60	149,92	229,22	962,42	1341,56
				V.C. ALMUERZO				1341,56
				% DIST. ALMUERZO				54%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO CORAZON DE POLLO CON PAPAS +								
INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
CORAZON DE POLLO	60,00	12,30	4,20	0,96	49,20	37,80	3,84	90,84
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	4,00	0,00	0,00	3,93	0,00	0,00	15,73	15,73
ACEITE VEGETAL	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
SUBTOTAL		20,92	7,78	87,67	83,67	70,00	350,69	504,37
				V.C. CENA				504,37
				% DIST. ALMUERZO				20%
VCT (Gr.)		78,89	48,95	435,90				
VCT (Kcal.)		315,57	440,52	1743,61				
VCT (%)		13%	18%	70%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

11

FORMATO - A

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

MENU N° 04-18

23/11/2018 - 07/12/2018

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut: Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP- 2066

FORMATO - A

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

MENU N° 05-19

24/11/2018 - 08/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA + 03 PANES CON QUESO								
DESAYUNO :								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
QUESO	30,00	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,08	51,45
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
SUBTOTAL		15,85	4,72	104,51	63,40	42,48	418,02	523,90
					V.C. DESAYUNO			523,90
					% DIST. DESAYUNO			21%
ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO (PICADILLO) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + IREF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
OLLUCO	140,00	1,54	0,14	20,02	6,16	1,26	80,08	87,50
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CEBOLLA	25,00	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	16,00	0,00	16,00	0,00	0,00	144,00	0,00	144,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		49,293	34,03	251,18	197,17	306,24	1004,72	1508,14
					V.C. ALMUERZO			1.508,14
					% DIST. ALMUERZO			60%
MAIZENA CON LECHE + 02 PANES								
CENA								
MAIZENA	40,00	0,24	0,08	34,68	0,96	0,72	138,72	140,40
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
CANELA ENTERA	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	39,00	0,00	0,00	38,34	0,00	0,00	153,35	153,35
SUBTOTAL		5,28	0,20	111,30	21,12	1,80	445,19	468,11
					V.C. CENA			468,11
					% DIST. ALMUERZO			19%
VCT (Gr.)	70,42	38,95	466,98					
VCT (Kcal.)	281,69	350,52	1867,93					
VCT (%)	11%	14%	75%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut: Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP: 2066

FORMATO - A

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

MENU N° 06-20

25/11/2018 - 09/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA CON LECHE+ 03 PANES CON MANJAR BLANCO								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,520	101,15
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,620	137,62
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
MANJAR BLANCO	25,00	1,98	2,30	13,43	7,90	20,70	53,700	82,30
SUBTOTAL		17,76	9,15	130,88	71,04	82,35	523,52	676,91
					V.C. DESAYUNO			676,91
					% DIST. DESAYUNO			27%
TALLARINES ROJOS + GUIISO DE RES + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	150,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
RES CON HUESO	150,00	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
PAPA BLANCA	160,00	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
ACEITE VEGETAL	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	38,00	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
AJI AMARILLO	3,00	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	1,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
AZUCAR RUBIA	36,00	0,00	0,00	35,39	0,00	0,00	141,55	141,55
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		52,91	23,46	225,13	211,64	211,17	900,52	1323,33
					V.C. ALMUERZO			1323,33
					% DIST. ALMUERZO			53%
CENA ARROZ GRANEADO + GUIISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACEITE VEGETAL	2,00	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	4,00	0,00	0,00	3,93	0,00	0,00	15,73	15,73
SUBTOTAL		25,69	12,67	74,73	102,76	114,03	298,93	515,72
					V.C. CENA			515,72
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	96,36	45,28	430,74					
VCT (Kcal.)	385,44	407,55	1722,97					
VCT (%)	15%	16%	68%					
					V.C.T. MENU			2516

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP: 2066

FORMATO - A

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

MENU N° 07-21

26/11/2018 - 10/12/2018

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - A

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

MENU N° 06-22

27/11/2018 - 11/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE + 03 PANES CON MARGARINA								
DESAYUNO :								
MARGARINA	20,00	0,12	16,20	0,06	0,48	145,80	0,240	146,52
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,640	78,64
SUBTOTAL		16,43	26,51	90,77	65,72	238,55	363,06	667,33
				V.C. DESAYUNO				667,33
				% DIST. DESAYUNO				27%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (PEPINILLO)+ FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF.								
ALMUERZO : (SOBRE)								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
LENTEJAS GRANDES	80,00	18,56	0,88	48,80	74,24	7,92	195,20	277,36
LIMON	1,00	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	1,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
ACEITE VEGETAL	5,00	0,00	5,00	0,00	0,00	45,00	0,00	45,00
AZUCAR RUBIA	23,00	0,00	0,00	22,61	0,00	0,00	90,44	90,44
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		68,05	13,47	232,56	272,22	121,24	930,24	1323,70
					V.C. ALMUERZO			1323,70
					% DIST. ALMUERZO			53%
ARROZ GRANEADO + HIGADO DE POLLO GUISADO + PAPA SANCOCHADA + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
MENUDENCIA DE POLLO (HIGADO)	60,00	10,92	6,12	0,00	43,68	55,08	0,00	98,76
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
ACEITE VEGETAL	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
CEBOLLA	6,00	0,08	0,01	0,68	0,34	0,11	2,71	3,16
TOMATE	6,00	0,05	0,01	0,26	0,19	0,11	1,03	1,33
AZUCAR RUBIA	4,00	0,00	0,00	3,93	0,00	0,00	15,73	15,73
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		19,48	9,64	86,04	77,93	86,80	344,15	508,88
					V.C. CENA			508,88
					% DIST. ALMUERZO			20%
	VCT (Gr.)	103,97	49,62	409,36				
	VCT (Kcal.)	415,86	446,58	1637,45				
	VCT (%)	17%	18%	66%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut: Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP: 2066

06

FORMATO - A

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

MENU N° 09-23

28/11/2018 - 12/11/20218

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

08

FORMATO - A

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

MENU N° 10-24

29/11/2018 - 13/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA								
DESAYUNO :								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
MORTADELA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		20,50	15,70	107,63	81,98	141,30	430,50	653,78
					V.C. DESAYUNO			653,78
					% DIST. DESAYUNO			26%
ARROZ GRANEADO + POLLO GUISADO + PAPA SANCOCHADA + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
PAPA BLANCA	170,00	3,57	0,17	37,91	14,28	1,53	151,64	167,45
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
AZUCAR RUBIA	42,00	0,00	0,00	41,29	0,00	0,00	165,14	165,14
ACEITE VEGETAL	12,00	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		47,73	29,84	240,02	190,93	268,52	960,08	1419,54
					V.C. ALMUERZO			1419,54
					% DIST. ALMUERZO			57%
SOPA DE SEMOLA CON VERDURAS + RES CON HUESO								
CENA								
SEMOLA	40,00	3,12	0,44	31,36	12,48	3,96	125,44	141,88
RES CON HUESO	100,00	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
PORO	20,00	0,54	0,16	1,52	2,16	1,44	6,08	9,68
APIO	20,00	0,14	0,04	0,96	0,56	0,36	3,84	4,76
OREGANO SECO	1,00	0,02	0,01	0,11	0,06	0,05	0,45	0,56
ACEITE VEGETAL	6,00	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
ZANAHORIA	10,00	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
ZAPALLO	10,00	0,07	0,02	0,64	0,28	0,18	2,56	3,02
PAPA BLANCA	110,00	2,31	0,11	24,53	9,24	0,99	98,12	108,35
SAZONADOR BLANCO	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		27,56	8,43	60,04	110,22	75,83	240,17	426,22
					V.C. CENA			426,22
					% DIST. ALMUERZO			17%
VCT (Gr.)		95,78	53,96	407,69				
VCT (Kcal.)		383,14	485,65	1630,75				
VCT (%)		15%	19%	65%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

FORMATO - A

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

MENU N° 11-25

30/11/2018 - 14/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE DE SOYA + 03 PANES CON ACEITUNA								
DESAYUNO :								
ACEITUNA	30,00	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,760	96,39
SOYA	25,00	7,05	4,73	8,93	28,20	42,53	35,700	106,43
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,300	98,30
SUBTOTAL		14,85	14,54	93,11	59,40	130,82	372,44	562,66
					V.C. DESAYUNO			562,66
					% DIST. DESAYUNO			22%
ARROZ GRANEADO + CONSERVA DE PESCADO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
ATUN	60,00	14,52	12,30	0,00	58,08	110,70	0,00	168,78
ARVERJITA PARTIDA	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
CEBOLLA	10,00	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	24,00	0,00	24,00	0,00	0,00	216,00	0,00	216,00
AZUCAR RUBIA	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		46,07	40,19	223,97	184,29	361,73	895,87	1441,89
					V.C. ALMUERZO			1441,89
					% DIST. ALMUERZO			58%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
BOFE DE RES	60,00	8,04	1,32	0,00	32,16	11,88	0,00	44,04
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
AZUCAR RUBIA	11,00	0,00	0,00	10,81	0,00	0,00	43,25	43,25
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		16,80	5,94	93,90	67,20	53,42	375,58	496,21
					V.C. CENA			496,21
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)		77,72	60,66	410,97				
VCT (Kcal.)		310,89	545,97	1643,89				
VCT (%)		12%	22%	66%				
					V.C.T. MENU			2501

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

03

FORMATO - A

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

MENU N° 12-26

01/12/2018 - 15/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA + 03 PANES CON QUESO								
DESAYUNO :								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
QUESO	30,00	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,08	51,45
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
SUBTOTAL		15,85	4,72	114,34	63,40	42,48	457,34	563,22
					V.C. DESAYUNO			563,22
					% DIST. DESAYUNO			23%
ARROZ CHAUF A CON HOT DOG + POLLO (PICADILLO) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
HOTDOG DE POLLO	25,00	2,75	8,58	0,00	11,00	77,18	0,00	88,18
HUEVOS	30,00	4,05	2,52	0,57	16,20	22,68	2,28	41,16
CEBOLLA CHINA	20,00	0,46	0,08	1,50	1,84	0,72	6,00	8,56
AZUCAR RUBIA	45,00	0,00	0,00	44,24	0,00	0,00	176,94	176,94
PALILLO MOLIDO	1,00	0,00	0,04	0,06	0,02	0,32	0,23	0,57
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	36,00	0,00	36,00	0,00	0,00	324,00	0,00	324,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		38,674	58,50	186,25	154,70	526,46	744,98	1426,14
					V.C. ALMUERZO			1.426,14
					% DIST. ALMUERZO			57%
MAIZENA CON LECHE + 02 PANES								
CENA								
MAIZENA	50,00	0,30	0,10	43,35	1,20	0,90	173,40	175,50
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
CANELA ENTERA	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	41,00	0,00	0,00	40,30	0,00	0,00	161,21	161,21
SUBTOTAL		5,34	0,22	121,93	21,36	1,98	487,73	511,07
					V.C. CENA			511,07
					% DIST. ALMUERZO			20%
	VCT (Gr.)	59,86	63,44	422,51				
	VCT (Kcal.)	239,46	570,92	1690,06				
	VCT (%)	10%	23%	68%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066

05

FORMATO - A

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

MENÚ N° 13-27

02/12/2018 - 16/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA CON LECHE+ 03 PANES CON HUEVO DURO								
DESAYUNO :								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,520	101,15
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,620	137,62
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
HUEVOS	55,00	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,180	75,46
SUBTOTAL		23,21	11,47	118,50	92,84	103,23	474,00	670,07
					V.C. DESAYUNO			670,07
					% DIST. DESAYUNO			27%
TALLARINES ROJOS + GUISO DE RES + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	150,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
RES CON HUESO	150,00	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
ACEITE VEGETAL	23,00	0,00	23,00	0,00	0,00	207,00	0,00	207,00
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
LIMON	1,00	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	25,00	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
TOMATE	16,00	0,13	0,03	0,69	0,51	0,29	2,75	3,55
AJI AMARILLO	3,00	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	1,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
AZUCAR RUBIA	45,00	0,00	0,00	44,24	0,00	0,00	176,94	176,94
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		52,22	26,43	220,17	208,88	237,91	880,69	1327,47
					V.C. ALMUERZO			1.327,47
					% DIST. ALMUERZO			53%
ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO GUISADO + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
TOMATE	4,00	0,03	0,01	0,17	0,13	0,07	0,69	0,89
CEBOLLA	4,00	0,06	0,01	0,45	0,22	0,07	1,81	2,10
ACEITE VEGETAL	2,00	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	4,00	0,00	0,00	3,93	0,00	0,00	15,73	15,73
SUBTOTAL		25,67	12,67	74,58	102,67	113,99	298,30	514,97
					V.C. CENA			514,97
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	101,10	50,57	413,25					
VCT (Kcal.)	404,39	455,13	1653,00					
VCT (%)	16%	18%	66%					
					V.C.T. MENU			2513

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut: Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP-2066

FORMATO - A

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

MENU N° 14-28

03/12/2018 - 17/12/2018

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
CHUFLA + 03 PANES CON JAMONADA								
DESAYUNO :								
CHUFLA	25,00	2,25	1,13	18,45	9,00	10,13	73,80	92,93
JAMONADA	30,00	4,71	8,85	0,00	18,84	79,65	0,00	98,49
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	25,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
SUBTOTAL		14,52	10,16	100,45	58,08	91,40	401,78	551,26
				V.C. DESAYUNO				551,26
				% DIST. DESAYUNO				22%
ARROZ GRANEADO + POLLO GUISADO + PAPA SANCOCHADA + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF.								
ALMUERZO : (SOBRE)								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
PAPA BLANCA	120,00	2,52	0,12	26,76	10,08	1,08	107,04	118,20
AJOS	3,00	0,17	0,02	0,91	0,67	0,22	3,65	4,54
CEBOLLA	20,00	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
AJI AMARILLO	5,00	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
TOMATE	20,00	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
ACEITE VEGETAL	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SUBTOTAL		47,07	37,86	230,42	188,28	340,73	921,67	1450,68
					V.C. ALMUERZO			1450,68
					% DIST. ALMUERZO			58%
SOPA DE FIDEO CON VERDURAS + POLLO								
CENA								
FIDEOS SURTIDO	50,00	4,70	0,10	39,10	18,80	0,90	156,40	176,10
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
OREGANO SECO	1,00	0,02	0,01	0,11	0,06	0,05	0,45	0,56
AJOS	1,00	0,06	0,01	0,30	0,22	0,07	1,22	1,51
ACEITE VEGETAL	2,50	0,00	2,50	0,00	0,00	22,50	0,00	22,50
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PORO	20,00	0,54	0,16	1,52	2,16	1,44	6,08	9,68
APIO	20,00	0,14	0,04	0,96	0,56	0,36	3,84	4,76
PAPA BLANCA	120,00	2,52	0,12	26,76	10,08	1,08	107,04	118,20
SUBTOTAL		26,17	13,13	68,76	104,69	118,20	275,03	497,91
					V.C. CENA			497,91
					% DIST. ALMUERZO			20%
	VCT (Gr.)	87,76	61,15	399,62				
	VCT (Kcal.)	351,04	550,32	1598,48				
	VCT (%)	14%	22%	64%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Nut. Sergio Antonio Saavedra Cieza
CNP 2066