

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

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

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

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21.12/22.12/23.12	DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Infusion
2	24.12/25.12/26.12	DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
3	27.12/28.12/29.12	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
		ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
4	30.12/31.12/01.01	DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
		ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
5	02.01/03.01/04.01	DESAYUNO	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo
		ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion
6	05.01/06.01/07.01	DESAYUNO	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes + palta
		ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo mechado + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
7	08.01/09.01/10.01	DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
		ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejas guisadas + Ensalada + Infusion
8	11.01/12.01/13.01	DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
		ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
9	14.01/15.01/16.01	DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
10	17.01/18.01/19.01	DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
		ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion
11	20/01/2019	DESAYUNO	Quinua + Fruta + 03 panes + palta
		ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Sarza + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de hígado + papa + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. Nº 5745

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE DE E.P. CAJAMARCA QUE LABORA 24 X 48 HORAS

DIA MARTES 25 - 12 - 2018

NAVIDAD

POLLADA CON PAPA SANCOCHADA + ENSALADA FRESCA								
ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
Carne de Pollo Entero s/menudencia	200.00	41.20	7.20	0.00	164.80	64.80	0.00	229.60
Papa blanca	100.00	2.10	0.10	22.30	8.40	0.90	89.20	98.50
Lechuga redonda	30.00	0.39	0.06	0.63	1.56	0.54	2.52	4.62
Tomate	20.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Pepinillo o Pepino de mesa	20.00	0.10	0.02	0.52	0.40	0.18	2.08	2.66
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.00	1.55	1.63
SUB TOTAL		43.99	7.44	24.86	175.98	66.94	99.45	
					VCT	342.4		

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE DE E.P. CAJAMARCA QUE LABORA 24 X 48 HORAS

DIA MARTES 01-01-2019

AÑO NUEVO

ADOBO DE CERDO + CAMOTE								
ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
Carne de cerdo	152.00	21.89	22.95	0.00	87.55	206.57	0.00	294.12
Comino	0.20	0.01	0.00	0.16	0.03	0.00	0.64	0.67
Aji panca	2.00	0.05	0.02	0.24	0.21	0.20	0.95	1.36
Sal	0.20	0.00	0.00	0.02	0.01	0.01	0.07	0.08
Acetite vegetal	2.00	0.00	2.00	0.00	0.00	18.00	0.00	18.00
Camote	40.00	7.12	0.08	0.40	28.48	0.72	1.60	30.80
SUB TOTAL		29.07	25.06	0.81	116.28	225.50	3.25	
					VCT			345.03

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	160.00	5.76	0.16	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		30.00	10.47	107.57	120.00	94.23	430.26	
					V.C DESAYUNO			644.49
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	20.00	1.46	0.68	15.24	5.84	6.12	60.96	72.92
SUB TOTAL		68.38	19.21	233.24	273.53	172.91	932.97	
					V.C ALMUERZO			1379.41
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	135.31	132.02	175.99	541.23	
					V.C CENA			849.23
					% DIST. CENA			30
131.39				49.24	476.12			
525.5				443.1	1904.5			
12%				25%	63%			
V.C.T MENU							2873.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 ONI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° 8
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO: Avena + Fruta + 03 panes + queso								
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		25.50	17.17	110.80	101.98	154.53	443.20	
					V.C DESAYUNO			699.71
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco								
Sémola de Trigo	30.00	2.34	0.33	23.52	9.36	2.97	94.08	106.41
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	19.30	251.50	255.94	173.68	1006.01	
					V.C ALMUERZO			1435.64
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anís	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		16.40	6.18	197.05	65.62	55.58	788.19	
					V.C CENA			909.39
					% DIST. CENA			30

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

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	12.0	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	18.78	131.34	131.01	169.04	525.34	
					V.C CENA			825.39
					% DIST. CENA			30
					113.70	69.52	421.13	
					454.8	625.7	1684.5	
					11%	28%	61%	
					V.C.T MENU			2764.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° 13
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	101.93	107.90	171.32	407.72	
					V.C DESAYUNO			686.94
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		54.71	32.69	209.01	218.84	294.23	836.03	
					V.C ALMUERZO			1349.09
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			29
					115.64	80.08	419.59	
					462.6	720.7	1678.3	
					14%	22%	64%	
V.C.T MENU							2861.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo							
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Maíz Mote de	60.00	1.56	0.78	12.66	6.24	7.02	50.64	63.90
Cebolla china	5.00	0.12	0.02	0.38	0.46	0.18	1.50	2.14
Mondongo de res	100.00	16.90	3.50	1.00	67.60	31.50	4.00	103.10
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		26.50	21.44	98.65	106.00	192.96	394.58	
					V.C DESAYUNO			693.54
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta							
Vainitas	40.00	0.20	0.04	7.08	0.80	0.36	28.32	29.48
Zanahoria	30.00	0.18	0.15	2.76	0.72	1.35	11.04	13.11
Papa blanca	60.00	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Remolacha raíz	30.00	0.51	0.03	2.85	2.04	0.27	11.40	13.71
Limón	10.00	0.05	0.02	0.97	0.20	0.18	3.88	4.26
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		72.50	11.65	250.03	289.99	104.81	1000.12	
					V.C ALMUERZO			1394.93
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Sopa sancocado con res (presa) + Fruta + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	100.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Lima	150.00	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		23.55	27.43	86.25	94.20	246.87	344.98	
					V.C CENA			686.05
					% DIST. CENA			25
					122.55	60.52	434.52	
					490.2	544.6	1739.7	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU			2774.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° 8

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

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes con palta							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cocoa	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		18.16	16.28	105.96	72.62	146.48	423.84	
					V.C DESAYUNO			642.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo mechado + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de pollo (presas)	160.00	30.22	4.64	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		65.70	43.17	238.40	262.79	388.49	953.62	
					V.C ALMUERZO			1604.90
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	22.07	117.22	111.44	198.59	468.86	
					V.C CENA			778.90
					% DIST. CENA			26
					111.71	81.51	461.58	
					446.9	733.6	1846.3	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			3026.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erlka Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° 8

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

MENU° 07

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

158

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

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		28.70	7.52	100.09	114.80	67.68	400.34	
					V.C DESAYUNO			582.82
					% DIST. DESAYUNO			19
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Olluquos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			56
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	20.82	126.40	68.85	187.36	505.58	
					V.C CENA			761.79
					% DIST. CENA			25
					106.18	78.46	488.99	
					424.7	706.1	1956.0	
					12%	20%	68%	
V.C.T MENU							3086.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Moza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5746

FORMATO N° 8

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

MENU° 09

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5746

FORMATO N° 8

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

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de pollo (presas)	160.0	32.16	32.32	0.00	128.64	290.88	0.00	419.52
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.54	61.07	233.89	254.17	549.67	935.57	
					V.C ALMUERZO			1739.41
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			25
					113.69	108.09	503.95	
					454.7	972.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3443.4
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° 8

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

MENU° 11

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO: Quinoa + Fruta + 03 panes + Palta								
Quinoa	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	26.00	0.00	0.00	25.56	0.00	0.00	102.23	102.23
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		22.58	22.00	86.87	90.30	197.96	347.47	
					V.C DESAYUNO			635.73
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Zarsa + Fruta + Refresco								
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	26.37	4.61	0.00	105.47	41.47	0.00	146.94
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arvejas frescas	20.00	1.64	0.10	15.56	6.56	0.90	62.24	69.70
Zanahoria	20.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Espinaca negra	10.00	0.22	0.07	0.39	0.90	0.65	1.57	3.11
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	39.31	244.98	255.94	353.81	979.94	
					V.C ALMUERZO			1589.69
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA Arroz graneado + Saltado de higado + papa + Infusion								
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	26.00	0.00	26.00	0.00	0.00	234.00	0.00	234.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Higado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Papa blanca	180.0	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Cebolla de cabeza	60.0	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.34	31.61	149.48	133.36	284.49	597.92	
					V.C CENA			1015.77
					% DIST. CENA			31
					119.90	92.92	481.33	
					479.6	836.3	1925.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3241.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

154

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

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

MENUS CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	Viernes 21/12/2018	DESAYUNO	Maizena+ 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
2	Sabado 22/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche+ 03 panes + Platanos
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res (presa) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
3	Domingo 23/12/2018	DESAYUNO	Café de Cebada+ 03 panes + 01 Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz Chaufa de Pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
4	Lunes 24/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con Leche + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Pota+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de Pollo + Infusion
5	Martes 25/12/2018	DESAYUNO	Soya+ 03 panes + Aceituna
		ALMUERZO	Arroz + Pollo Guisado(presa) + Papa + Ensalada+Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de Arrocillo con Res con Hueso
6	Miercoles 26/12/2018	DESAYUNO	Avena+ 03 panes + Atun Encebollado
		ALMUERZO	Arroz graneado + Guiso de Molleja+ Yuca + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz Graneado + Guiso de Pollo + Infusion
7	Jueves 27/12/2018	DESAYUNO	Café de cebada + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado Frito (entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
8	Viernes 28/12/2018	DESAYUNO	Maizena+ 03 panes + Platanos
		ALMUERZO	Arroz graneado +Saltado de Hgado + Papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz Graneado + Picante de Res+ Infusion
9	Sabado 29/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche+ 03 panes + Camote Frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res (presa) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 Panes
10	Domingo 30/12/2018	DESAYUNO	Café de Cebada+ 03 panes + 01 Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
11	Lunes 31/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con Leche + 03 panes + Mermelada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Res+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de Pollo + Infusion
12	Martes 1/01/2019	DESAYUNO	Soya+ 03 panes + Aceituna
		ALMUERZO	Arroz + Pollo Frito(presa) + Papa + Ensalada+Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
13	Miercoles 2/01/2019	DESAYUNO	Avena+ 03 panes + Manjar Blanco
		ALMUERZO	Arroz graneado + Saltado de Molleja+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
14	Jueves 3/01/2019	DESAYUNO	Café de cebada + 03 panes + Margarina
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
15	Viernes 4/01/2019	DESAYUNO	Maizena+ 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche+ 03 panes + Platano
16	5/01/2019	ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res (presa) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Café de Cebada+ 03 panes + 01 Huevo sancochado
17	6/01/2019	ALMUERZO	Arroz Chaufa de Pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
	Lunes	DESAYUNO	Quinua con Leche + 03 panes + Queso
18	7/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Pota+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de Pollo + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Soya+ 03 panes + Aceituna
19	8/01/2019	ALMUERZO	Arroz + Pollo Guisado(presa) + Papa + Ensalada+Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de Arrocillo con Res con Hueso
	Miercoles	DESAYUNO	Avena+ 03 panes + Atun Encebollado
20	9/01/2019	ALMUERZO	Arros graneado + Guiso de Molleja+ Yuca + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz Graneado + Guiso de Pollo + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café de cebada + 03 panes + Jamonada
21	10/01/2019	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado Frito (entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Maizena+ 03 panes + Platano
22	11/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado +Saltado de Hgado + Papa +Fruta + Refresco
		CENA	Arroz Graneado + Picante de Res+ Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche+ 03 panes + Camote Frito
23	12/01/2019	ALMUERZO	Arros graneado + Seco de res (presa) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 Panes
	Domingo	DESAYUNO	Café de Cebada+ 03 panes + 01 Huevo sancochado
24	13/01/2019	ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
	Lunes	DESAYUNO	Quinua con Leche + 03 panes + Mermelada
25	14/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Res+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de Pollo + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Soya+ 03 panes + Aceituna
26	15/01/2019	ALMUERZO	Arroz + Pollo Frito(presa) + Papa + Ensalada+Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
	Miercoles	DESAYUNO	Avena+ 03 panes + Manjar Blanco
27	16/01/2019	ALMUERZO	Arros graneado + Saltado de Molleja+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café de cebada + 03 panes + Margarina
28	17/01/2019	ALMUERZO	Arros graneado + Pescado sudado (entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Maizena+ 03 panes + Jamonada
29	18/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche+ 03 panes + Platano
30	19/01/2019	ALMUERZO	Arros graneado + Estofado de res (presa) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Café de Cebada+ 03 panes + 01 Huevo sancochado
31	20/01/2019	ALMUERZO	Arroz Chaufa de Pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Maizena + 03 panes + Jamonada							
Maizena	30.00	0.18	0.06	26.01	0.72	0.54	104.04	105.30
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.35	17.17	107.44	69.40	154.53	429.74	
					V.C DESAYUNO			653.67
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		38.77	33.73	238.54	155.06	303.61	954.15	
					V.C ALMUERZO			1412.82
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.09	26.58	90.69	128.38	239.20	362.77	
					V.C CENA			730.35
					% DIST. CENA			26
					88.21	77.48	436.67	
					352.8	697.3	1746.7	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			2796.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con Leche + 03 panes + Platano							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano de isla	150.00	1.35	0.60	35.40	5.40	5.40	141.60	152.40
SUB TOTAL		23.97	16.63	118.02	95.86	149.67	472.06	
					V.C DESAYUNO			717.59
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res (Presa)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	42.00	0.00	42.00	0.00	0.00	378.00	0.00	378.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Mandarina	150.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		52.80	46.35	194.18	211.18	417.13	776.72	
					V.C ALMUERZO			1405.04
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pasas sin semilla	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
SUB TOTAL		12.71	6.18	91.96	50.85	55.64	367.84	
					V.C CENA			474.32
					% DIST. CENA			18
					89.47	69.16	404.15	
					357.9	622.4	1616.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		2596.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 03 - 17 - 31

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Café de Cebada+ 03 panes + Huevo Sancochado							
Cebada tostada y molida	15.00	1.16	0.12	11.96	4.62	1.08	47.82	53.52
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.15	10.47	98.98	80.58	94.23	395.90	
					V.C DESAYUNO			570.71
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz Chaufa de Pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Cebolla china	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Huevo de gallina. Crudo	30.00	3.24	2.02	0.43	12.96	18.14	1.73	32.83
Sillao	5.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		38.76	42.34	191.23	155.05	381.08	764.93	
					V.C ALMUERZO			1301.05
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Infusion + 02 Panes con Camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Aceite vegetal	35.0	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Camote amarillo	100.0	0.96	0.16	22.08	3.84	1.44	88.32	93.60
Pan francés	60.0	5.81	2.83	24.86	23.23	25.49	99.46	148.18
SUB TOTAL		6.77	37.99	71.52	27.07	341.93	286.08	
					V.C CENA			655.08
					% DIST. CENA			26
					65.68	90.80	361.73	
					262.7	817.2	1446.9	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU			2526.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Ing. Erika Karina Sanchez Meza
FIRMIANTE CNP. N° 5745

FORMATO N° A

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

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con Leche + 03 Panes + Queso							
Quinoa Cruda	25.00	3.40	1.45	16.58	13.60	13.05	66.30	92.95
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		29.01	23.48	91.90	116.04	211.32	367.60	
					V.C DESAYUNO			694.96
					% DIST. DESAYUNO			27
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		27.56	41.53	191.12	110.23	373.79	764.49	
					V.C ALMUERZO			1248.51
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Saltadito de Pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.36	19.28	89.89	117.46	173.54	359.54	
					V.C CENA			650.53
					% DIST. CENA			25
					85.93	84.29	372.91	
					343.7	758.6	1491.6	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2594.0	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° A

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

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 Panes +Aceituna							
Soya	25.00	7.05	4.73	8.93	28.20	42.53	35.70	106.43
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
SUB TOTAL		18.42	29.30	74.67	73.68	263.66	298.68	
					V.C DESAYUNO			636.02
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo Guisado (presa) + Papa + Ensalada +Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Zanahoria	30.00	1.97	2.64	13.80	7.87	23.76	55.20	86.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maíz Morado	30.00	1.75	0.82	18.29	7.01	7.34	73.15	87.50
SUB TOTAL		55.23	40.78	242.76	220.91	366.98	971.05	
					V.C ALMUERZO			1558.94
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Sopa de Arrocillo con Res con Hueso							
Arroz Pilado o pulido crudo	40.00	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	200.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Apio	15.00	0.11	0.03	0.72	0.42	0.27	2.88	3.57
Poro	20.00	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
Zanahoria	35.00	0.21	0.18	3.22	0.84	1.58	12.88	15.30
Zapallo macre	50.00	0.35	0.10	3.20	1.40	0.90	12.80	15.10
SUB TOTAL		29.99	2.47	84.38	119.94	22.19	337.52	
					V.C CENA			479.65
					% DIST. CENA			18
				103.63	72.54	401.81		
				414.5	652.8	1607.3		
				11%	26%	63%		
V.C.T MENU							2674.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

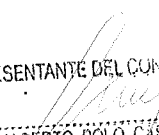
INVERSIONES 1220 EIRL

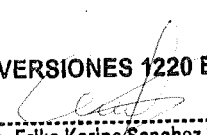
Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Atún encebollado							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
SUB TOTAL		24.18	14.55	86.94	96.70	130.95	347.76	
					V.C DESAYUNO			575.41
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Guiso de molleja + Yuca + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		43.98	48.91	247.11	175.91	440.21	988.43	
					V.C ALMUERZO			1604.55
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Arroz graneado + Guiso de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	15.0	0.35	0.06	1.13	1.38	0.54	4.50	6.42
Tomate	10.0	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		28.39	14.13	86.23	113.56	127.13	344.94	
					V.C CENA			585.63
					% DIST. CENA			21
					96.54	77.59	420.28	
					386.2	698.3	1681.1	
					15%	28%	57%	
V.C.T MENU							2765.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

 JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261968

INVERSIONES 1220 EIRL

 Lic. Erika Karina Sanchez Meza
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 07 - 21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Café de Cebada + 03 panes + Jamonada							
Cebada tostada y molida	10.00	0.77	0.08	7.97	3.08	0.72	31.88	35.68
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.94	17.19	99.23	71.76	154.71	396.90	
					V.C DESAYUNO			623.37
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado Frito (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Pampanito	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Arvejas secas	80.00	4.54	0.38	12.03	18.18	3.46	48.13	69.76
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		64.90	31.58	204.83	259.58	284.25	819.31	
					V.C ALMUERZO			1363.14
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	18.00	0.00	18.00	0.00	0.00	162.00	0.00	162.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	38.50	56.42	47.12	346.52	225.67	
					V.C CENA			619.31
					% DIST. CENA			24
					94.62	87.28	360.47	
					378.5	785.5	1441.9	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			2605.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 08 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Maizena+ 03 panes + Platanó							
Maizena	25.00	0.15	0.05	21.68	0.60	0.45	86.70	87.75
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
SUB TOTAL		12.54	15.66	154.22	50.16	140.94	616.88	
					V.C DESAYUNO			807.98
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Saltado de Hígado + Papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		38.57	36.12	207.34	154.26	325.12	829.35	
					V.C ALMUERZO			1308.73
					% DIST. ALMUERZO			45
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de res pulpa	70.00	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Cebolla de cabeza	10.0	0.18	0.03	0.60	0.74	0.29	2.40	3.42
Papa blanca	150.00	3.15	0.15	33.45	12.60	1.35	133.80	147.75
Arvejas frescas	20.00	1.42	0.12	3.76	5.68	1.08	15.04	21.80
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.04	16.87	127.49	108.18	151.85	509.96	
					V.C CENA			769.98
					% DIST. CENA			27
					78.15	68.66	489.05	
					312.6	617.9	1956.2	
					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			2886.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

MENU° 09 - 23

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con Leche + 03 Panes + Camote Frito							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		23.22	26.13	120.99	92.86	235.17	483.96	
					V.C DESAYUNO			811.99
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res (Presa) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Cilandro	10.00	0.26	0.10	0.56	1.06	0.94	2.24	4.23
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		65.29	45.72	251.32	261.17	411.44	1005.29	
					V.C ALMUERZO			1677.90
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Chuño	40.0	0.20	0.00	1.96	0.80	0.00	7.84	8.64
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	35.0	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
SUB TOTAL		9.56	5.97	70.72	38.24	53.73	282.86	
					V.C CENA			374.83
					% DIST. CENA			13
				98.07	77.82	443.03		
				392.3	700.3	1772.1		
				11%	26%	63%		
					V.C.T MENU		2864.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe de cebada + 03 Panes + Huevo Sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	102.03	83.66	94.95	408.12	
					V.C DESAYUNO			586.73
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz a la jardinera+ pollo picado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		40.89	42.27	216.25	163.56	380.39	864.99	
					V.C ALMUERZO			1408.94
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Camote amarillo	100.0	1.20	0.20	27.60	4.80	1.80	110.40	117.00
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		8.46	18.74	88.17	33.84	168.66	352.68	
					V.C CENA			555.18
					% DIST. CENA			22
					70.27	71.56	406.45	
					281.1	644.0	1625.8	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU		2550.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5746

FORMATO N° A

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

MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con Leche + 03 panes+ Mermelada							
Quinoa Cruda	25.00	3.40	1.45	16.58	13.60	13.05	66.30	92.95
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada De frutas	25.00	0.10	0.05	18.28	0.40	0.45	73.10	73.95
SUB TOTAL		22.79	16.53	94.55	91.16	148.77	378.20	
					V.C DESAYUNO			618.13
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de res + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		41.26	44.04	221.32	165.03	396.38	885.29	
					V.C ALMUERZO			1446.70
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Saltadito de Pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.36	19.28	89.89	117.46	173.54	359.54	
					V.C CENA			650.53
					% DIST. CENA			24
					93.41	79.85	405.76	
					373.6	718.7	1623.0	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2715.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya+ 03 Panes +Aceituna							
Soya	25.00	7.05	4.73	8.93	28.20	42.53	35.70	106.43
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	40.00	0.32	12.84	2.92	1.28	115.56	11.68	128.52
SUB TOTAL		18.26	22.88	87.96	73.04	205.88	351.82	
					V.C DESAYUNO			630.74
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz + Pollo Frito (presa) + Papa + Ensalada+ Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo	150.00	3.60	0.15	37.80	14.40	1.35	151.20	166.95
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	200.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Limón	160.00	0.80	0.32	15.52	3.20	2.88	62.08	68.16
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		43.98	42.19	159.50	175.94	379.71	638.00	
					V.C ALMUERZO			1193.64
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Sopa de fideos con menudencia de Pollo							
Fideos	40.0	3.20	0.07	26.59	12.78	0.61	106.35	119.75
Papa blanca	200.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Apio	15.0	0.09	0.03	0.61	0.36	0.23	2.45	3.03
Porro	20.00	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
Zanahoria	35.0	0.18	0.15	2.74	0.71	1.34	10.95	13.00
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Zapallo macre	50.00	0.35	0.10	3.20	1.40	0.90	12.80	15.10
Menudencia de pollo	80.0	13.46	3.20	0.00	53.86	28.76	0.00	82.62
SUB TOTAL		22.02	33.90	79.26	88.07	305.08	317.03	
					V.C CENA			710.18
					% DIST. CENA			28
					84.26	98.96	326.71	
					337.0	890.7	1306.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2534.6
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erlka Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Manjar Blanco							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Manjarblanco	25.00	6.78	12.75	4.23	27.10	114.75	16.90	158.75
SUB TOTAL		20.99	19.06	83.59	83.96	171.54	334.36	
					V.C DESAYUNO			589.86
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + Saltado de molleja + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Yuca amarilla	150.00	9.84	13.20	69.00	39.36	118.80	276.00	434.16
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		46.98	35.02	253.73	187.91	315.20	1014.93	
					V.C ALMUERZO			1518.04
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz a la cubana + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	200.0	2.40	0.48	33.60	9.60	4.32	134.40	148.32
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.88	15.97	129.28	71.52	143.73	517.10	
					V.C CENA			732.35
					% DIST. CENA			26
					85.85	70.05	466.60	
					343.4	630.5	1866.4	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			2840.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° A

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

MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Café de Cebada + 03 panes + Margarina							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Margarina vegetal con sal	25.00	0.15	20.50	0.00	0.60	184.50	0.00	185.10
SUB TOTAL		11.07	25.82	90.94	44.28	232.38	363.74	
					V.C DESAYUNO			640.40
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Pampanito	220.00	42.24	3.62	2.20	170.72	32.58	8.80	212.10
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Naranja	160.00	0.77	0.26	12.93	3.07	2.30	51.71	57.09
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		72.46	40.72	218.77	289.83	366.49	875.09	
					V.C ALMUERZO			1531.41
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Salchicha "hot dog"	60.0	5.61	17.49	0.51	22.44	157.44	2.04	181.92
Aceite vegetal	18.00	0.00	18.00	0.00	0.00	162.00	0.00	162.00
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.78	38.50	56.42	47.12	346.52	225.67	
					V.C CENA			619.31
					% DIST. CENA			22
					95.31	105.04	366.13	
					381.2	945.4	1464.5	
					12%	20%	68%	
V.C.T MENU							2791.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

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

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menéstras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/12/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Loco de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/12/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/12/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan
8	28/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menéstras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	31/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. Nº 5745

12	1/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
13	2/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
14	3/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo + 01 pan
15	4/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Mehestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

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

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

MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
16	5/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
17	6/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
18	7/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
19	8/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
20	9/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
21	10/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan
22	11/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
23	12/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
24	13/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
25	14/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
26	15/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
27	16/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
28	17/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

135

29	18/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
30	19/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
31	20/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° C
DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO PARA
NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Margarina							
Avena, hojuelas cruda	20.00	2.66	0.80	14.40	10.64	7.20	57.60	75.44
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina	7.00	0.06	0.04	0.74	0.22	0.32	2.94	3.48
SUB TOTAL		10.50	6.60	45.29	41.98	59.355	181.15	
					VCT DESAYUNO			282
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 pan frances							
Pan de labranza o francés	30.0	2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	84
SUB TOTAL		2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	
					VCT MEDIA MAÑANA			84
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
Almuerzo:	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/men	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo (3	60.0	4.92	0.30	46.68	19.68	2.70	186.72	209.10
Frijol canario crudo	60.0	10.77	1.03	5.97	43.10	9.30	23.88	76.28
Aceite vegetal	3.0	0.00	3.00	0.00	0.00	27.00	0.00	27.00
Ajos	2.50	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Plátano de seda	140	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		33.21	7.41	55.90	132.84	66.7278	223.59	
					VCT ALMUERZO			423
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Semola con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.38	25.94	85.98
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Sémola de Trigo	25.0	1.66	0.23	16.66	6.63	2.10	66.64	75.37
SUB TOTAL		5.82	5.05	24.13	23.29	45.47925	96.51	
					VCT MEDIA TARDE			165
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina							
Chufio blanco	25.00	0.13	0.00	15.54	0.50	0.00	62.16	62.66
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Maíz Morado	20.00	1.17	0.54	12.19	4.67	4.90	48.77	58.34
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Margarina	7.00	0.06	0.04	0.74	0.22	0.32	2.94	3.48
SUB TOTAL		4.23	0.67	54.92	16.92	6.021	219.69	
					VCT CENA			243
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	56.20	19.61	196.54				
	VCT (Kcal.)	224.8	178.3	794.2				
	VCT (%)	15%	15%	70%				
					TOTAL VCT MENU		1197.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
 Lic. Erika Karina Sanchez Meza
 NUTRICIONISTA CNP. N° 5746

FORMATO N° C

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

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

ALIMENTO	Peso (g)	PROT —An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 Pan + Hígado frito							
Quinoa	20.00	7.82	6.06	0.36	31.28	54.54	1.44	87.26
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hígado de Pollo	20.00	3.92	0.92	0.00	15.68	8.28	0.00	23.96
SUB TOTAL		19.52	12.74	30.51	78.08	114.66	122.05	
					VCT DESAYUNO			315
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Maicena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.3755	25.94	86
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.42	0.51	0.3825	73.70	75
SUB TOTAL		4.29	4.86	25.89	17.17	43.758	103.57	
					VCT MEDIA MAÑANA			164
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta							
Pescado Toyo	120.0	15.71	0.34	0.84	62.83	3.02	3.36	69.22
Papa blanca	30.00	0.57	0.03	5.62	2.29	0.25	22.48	25.02
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.00	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Zapallo macre	10.00	0.05	0.01	0.43	0.19	0.12	1.72	2.02
Ajos	1.50	0.07	0.01	0.36	0.27	0.09	1.46	1.81
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Vainitas	4.00	0.01	0.00	0.42	0.05	0.02	1.70	1.77
Pera nacional	140.0	0.46	0.23	6.03	1.86	2.09	24.12	28.07
SUB TOTAL		23.46	1.53	76.11	93.82	13.7799	304.45	
					VCT ALMUERZO			412
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Jugo de naranja							
Naranja	140.00	0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	13.38
SUB TOTAL		0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	
					VCT MEDIA TARDE			13
					% DIST. MEDIA TARDE			9
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion							
Aceite vegetal	12.00	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	80.00	1.53	0.07	5.62	6.12	0.66	22.48	29.25
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Huevo de gallina. crudo	50.00	4.52	2.81	0.60	18.09	25.33	2.41	45.83
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		6.17	14.99	17.89	24.69	134.8812	71.57	
					VCT CENA			231
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		53.62	34.18	153.44				
VCT (Kcal.)		214.5	307.6	613.8				
VCT (%)		15%	21%	64%				
TOTAL VCT MENU							1135.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSÉ ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° C

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

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24 - 31

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.21	3.86	0.83	24.84	34.78	3.31	62.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		17.32	10.62	48.98	69.26	95.616	195.92	
					VCT DESAYUNO			361
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 Pan de yema							
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	
					VCT MEDIA MAÑANA			98
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
Almuerzo:	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion							
Carne de res pulpa	70.0	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Ajos	0.50	0.02	0.00	0.12	0.09	0.03	0.49	0.60
Frijol canario crudo	60.00	13.01	1.25	35.76	52.03	11.23	143.04	206.30
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.15	0.04	0.07	0.58	0.69
Arvejas frescas (4)	2.00	0.14	0.01	0.38	0.57	0.11	1.50	2.18
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		34.68	3.30	98.81	138.71	29.7045	395.22	
					VCT ALMUERZO			564
					% DIST. ALMUERZO			44
REFRIGERIO	Yogurt							
Yogurt	125.0	5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	57.75
SUB TOTAL		5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			7
CENA:	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada							
Apio	1.00	0.01	0.00	0.05	0.03	0.02	0.19	0.24
Poro	1.00	0.02	0.01	0.06	0.09	0.06	0.24	0.38
Yuca amarilla	20.00	0.55	3.96	0.71	2.22	35.64	2.85	40.71
Fideos	20.00	1.86	0.04	13.02	7.44	0.36	52.08	59.88
Carne de Pollo Entero s/men	100.00	16.27	2.84	0.00	65.10	25.60	0.00	90.69
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
SUB TOTAL		18.72	6.85	13.88	74.90	61.6896	55.53	
					VCT CENA			192
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		78.72	22.12	189.71				
VCT (Kcal.)		314.9	199.1	758.8				
VCT (%)		15%	20%	65%				
TOTAL VCT MENU							1272.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° C

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

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna							
Quinua	20.00	7.04	5.45	2.38	28.15	49.09	9.52	86.76
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Aceituna	25.00	8.40	5.00	0.99	33.60	45.00	3.96	82.56
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		23.22	16.21	33.03	92.87	145.926	132.13	
					VCT DESAYUNO			371
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de papaya							
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Papaya	140.0	0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	42
SUB TOTAL		0.48	0.12	10.25	1.90	1.071	41.00	
					VCT MEDIA MAÑANA			44
					% DIST. MEDIA MAÑANA			5
ALMUERZO:	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Hígado de res	80.0	3.80	2.30	0.50	15.20	20.70	2.00	37.90
Aceite vegetal	1.50	0.00	1.50	0.00	0.00	13.50	0.00	13.50
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
Papa blanca	80.0	3.80	0.05	11.15	15.20	0.45	44.60	60.25
Zapallo macre	10.00	0.07	0.02	0.64	0.28	0.18	2.56	3.02
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Hierba luisa	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		14.28	4.28	75.31	57.12	38.5101	301.22	
					VCT ALMUERZO			397
					% DIST. ALMUERZO			43
REFRIGERIO	Maicena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.12	4.76	6.41	16.46	42.8652	25.64	85
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.21	0.50	0.378	72.83	74
SUB TOTAL		4.24	4.80	25.11	16.97	43.2432	100.43	
					VCT MEDIA TARDE			161
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + infusion							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.13	0.03	0.06	0.52	0.62
Carne de Pollo Entero s/menu	100.0	16.89	2.95	15.43	67.57	26.57	61.72	155.86
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		18.58	3.04	33.89	74.32	27.3519	135.57	
					VCT CENA			237
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		60.80	28.46	177.59				
VCT (Kcal.)		243.2	256.1	710.3				
VCT (%)		15%	21%	64%				
TOTAL VCT MENU					1209.6		100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

130

FORMATO Nº C

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

MENU Nº 05 - 12 - 19 - 26

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Margarina							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
leche evaporada	70.00	3.92	4.54	6.10	15.68	40.82	24.42	80.92
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sal	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
SUB TOTAL		8.56	10.67	44.35	34.25	95.994	177.40	
					VCT DESAYUNO			308
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de piña							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Piña	200.0	0.68	0.34	16.66	2.72	3.06	66.64	72
SUB TOTAL		0.68	0.34	18.63	2.72	3.06	74.50	
					VCT MEDIA MAÑANA			80
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
ALMUERZO:	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/men	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Papa blanca	60.0	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Zapallo macre	60.00	0.42	0.12	3.84	1.68	1.08	15.36	18.12
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Arvejas frescas (4)	10.00	0.38	0.03	1.02	1.53	0.29	4.06	5.89
Manzana	140.00	0.42	0.14	20.44	1.68	1.26	81.76	84.70
Manzanilla	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
SUB TOTAL		26.49	8.82	102.81	105.96	79.4142	411.26	
					VCT ALMUERZO			597
					% DIST. ALMUERZO			45
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Manzana	160.0	0.41	0.14	19.86	1.63	1.224	79.42	82
SUB TOTAL		0.41	0.14	21.82	1.63	1.224	87.29	
					VCT MEDIA TARDE			90
					% DIST. MEDIA TARDE			8
CENA:	Sopa de fideos con pollo + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/men	100.0	14.42	2.52	0.00	57.68	22.68	0.00	80.36
Fideos	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Apio	5	0.04	0.01	0.24	0.14	0.09	0.96	1.19
Porro	5	0.14	0.04	0.38	0.54	0.36	1.52	2.42
Hierba luisa	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
SUB TOTAL		14.59	2.57	1.11	58.36	23.13	4.45	
					VCT CENA			86
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	50.73	22.54	188.72				
	VCT (Kcal.)	202.9	202.8	754.9				
	VCT (%)	15%	20%	65%				
TOTAL VCT MENU							1160.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. Nº 5745

FORMATO N° C

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

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 01 pan + mermelada							
Soya	20.00	0.38	0.10	1.62	1.52	0.90	6.48	8.90
Mermelada De frutas	20.00	0.08	4.20	14.62	0.32	37.80	58.48	96.60
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		3.34	4.39	40.70	13.36	39.51	162.80	
					VCT DESAYUNO			216
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de mango							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Mango	140.00	0.56	0.28	22.3	2.24	2.52	89.04	93.80
SUB TOTAL		0.56	0.28	25.18	2.24	2.52	100.72	
					VCT MEDIA MAÑANA			105
					% DIST. MEDIA MAÑANA			12
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion							
Pescado Toyo	80.0	3.26	0.32	0.80	13.04	2.88	3.20	19.12
Arroz Pilado o pulido crudo (3	60.0	3.26	0.30	46.68	13.04	2.70	186.72	202.46
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Perejil	1.00	0.03	0.00	0.04	0.11	0.04	0.15	0.29
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Frijol canario crudo	60.00	13.14	1.26	36.12	52.56	11.34	144.48	208.38
Cebolla de cabeza (2)	2.00	0.02	0.00	0.15	0.08	0.02	0.61	0.70
Sal	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		19.75	2.89	88.95	79.00	26.03763	355.79	
					VCT ALMUERZO			460.83
					% DIST. ALMUERZO			38
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Manzana	150.00	0.29	0.10	14.02	1.15	0.86	56.06	58.08
SUB TOTAL		0.29	0.10	14.51	1.15	0.864	58.03	
					VCT MEDIA TARDE			60.05
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Arroz con leche + 01 pan + Margarina							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Arroz Pilado o pulido crudo (3	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sal	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		11.08	11.63	53.54	44.33	104.625	214.14	
					VCT CENA			363
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		35.02	19.28	222.87				
VCT (Kcal.)		140.1	173.6	891.5				
VCT (%)		13%	21%	66%				
TOTAL VCT MENU					1205.1		100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

FORMATO N° 0

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

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
Leche evaporada	70.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.75	4.20	0.90	27.00	37.80	3.60	68.40
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		11.35	4.59	38.16	45.40	41.31	152.65	
					VCT DESAYUNO			239
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Pure de platano							
Plátano de seda	140.0	1.68	0.34	23.52	6.72	3.024	94.08	104
SUB TOTAL		1.68	0.34	23.52	6.72	3.024	94.08	
					VCT MEDIA MAÑANA			104
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
ALMUERZO:	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Papa blanca	60.0	1.03	0.05	10.97	4.13	0.44	43.89	48.46
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Carne de Pollo Entero s/men	120	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Sal	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.43	10.47	88.69	17.71	94.2156	354.74	
					VCT ALMUERZO			467
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Anis + 01 pan + queso							
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hierbas	6.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Queso fresco de vaca	20.0	2.53	2.80	0.35	10.11	25.2	1.41	37
SUB TOTAL		5.41	2.89	22.88	21.63	26.01	91.50	
					VCT MEDIA TARDE			139
					% DIST. MEDIA TARDE			11
CENA:	Aguadito de higado de pollo + 01 pan							
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Papa blanca	40.0	0.69	0.03	7.31	2.76	0.30	29.26	32.31
Arroz Pilado o pulido crudo (3	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Espinaca blanca (2)	5.00	0.10	0.03	0.32	0.38	0.27	1.26	1.91
Apio	2.00	0.01	0.00	0.10	0.06	0.04	0.38	0.48
Poro	2.00	0.05	0.02	0.15	0.22	0.14	0.61	0.97
Hígado de Pollo	50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		7.13	1.32	49.60	28.50	11.853	198.39	
					VCT CENA			239
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	29.99	19.60	222.84				
	VCT (Kcal.)	120.0	176.4	891.4				
	VCT (%)	10%	20%	70%				
TOTAL VCT MENU					1187.7		100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
Lic. Erika Karina Sanchez Meza
NUTRICIONISTA CNP. N° 5745

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
		DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
1	21.12/22.12/23.12	ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Infusion
		DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
2	24.12/25.12/26.12	ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
3	27.12/28.12/29.12	ALMUERZO	Papa a la huancaina + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
		DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
4	30.12/31.12/01.01	ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Higado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo
5	02.01/03.01/04.01	ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion
		DESAYUNO	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes + palta
6	05.01/06.01/07.01	ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arros graneado + Pollo mechado + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
		DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
7	08.01/09.01/10.01	ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejititas guisadas + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
8	11.01/12.01/13.01	ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
9	14.01/15.01/16.01	ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
10	17.01/18.01/19.01	ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion
		DESAYUNO	Quinua + Fruta + 03 panes + palta
11	20/01/2019	ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Sarza + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de higado + papa + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE DE E.P. CHOTA QUE LABORA 24 X 48 HORAS

DIA MARTES 25 - 12 - 2018

NAVIDAD

POLLADA CON PAPA SANCOCHADA + ENSALADA FRESCA								
ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
Carne de Pollo Entero s/menudencia	200.00	41.20	7.20	0.00	164.80	64.80	0.00	229.60
Papa blanca	100.00	2.10	0.10	22.30	8.40	0.90	89.20	98.50
Lechuga redonda	30.00	0.39	0.06	0.63	1.56	0.54	2.52	4.62
Tomate	20.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Pepinillo o Pepino de mesa	20.00	0.10	0.02	0.52	0.40	0.18	2.08	2.66
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Limon	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.00	1.55	1.63
SUB TOTAL		43.99	7.44	24.86	175.98	66.94	99.45	
					VCT	342.4		

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE DE E.P. CHOTA QUE LABORA 24 X 48 HORAS

DIA MARTES 01 - 01 - 2019

AÑO NUEVO

ADOBO DE CERDO + CAMOTE							
ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES		
					PROT	GRASAS	CHO
Carne de cerdo	152.00	21.89	22.95	0.00	87.55	206.57	0.00
Comino	0.20	0.01	0.00	0.16	0.03	0.00	0.64
Aji panca	2.00	0.05	0.02	0.24	0.21	0.20	0.95
Sal	0.20	0.00	0.00	0.02	0.01	0.01	0.07
Aceite vegetal	2.00	0.00	2.00	0.00	0.00	18.00	0.00
Camote	40.00	7.12	0.08	0.40	28.48	0.72	1.60
SUB TOTAL		29.07	25.06	0.81	116.28	225.50	3.25
					VCT		345.03

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI: 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

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

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILocalorias-POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		30.00	10.47	107.57	120.00	94.23	430.26	
					V.C DESAYUNO			644.49
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	20.00	1.46	0.68	15.24	5.84	6.12	60.96	72.92
SUB TOTAL		68.38	19.21	233.24	273.53	172.91	932.97	
					V.C ALMUERZO			1379.41
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	135.31	132.02	175.99	541.23	
					V.C CENA			849.23
					% DIST. CENA			30
					131.39	49.24	476.12	
					525.5	443.1	1904.5	
					12%	25%	63%	
V.C.T MENU							2873.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

.....
Celia Soza Ramirez
RSTACNP 68

FORMATO N° 8

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

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		25.50	17.17	110.80	101.98	154.53	443.20	
					V.C DESAYUNO			699.71
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco							
Sémola de Trigo	30.00	2.34	0.33	23.52	9.36	2.97	94.08	106.41
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	19.30	251.50	255.94	173.68	1006.01	
					V.C ALMUERZO			1435.64
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		16.40	6.18	197.05	65.62	55.58	788.19	
					V.C CENA			909.39
					% DIST. CENA			30
					105.89	42.64	559.35	
					423.5	383.8	2237.4	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3044.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

FORMATO N° 03

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

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Papa a la huancaína +Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	12.0	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	18.78	131.34	131.01	169.04	525.34	
					V.C CENA			825.39
					% DIST. CENA			30
				113.70	69.52	421.13		
				454.8	625.7	1684.5		
				11%	28%	61%		
					V.C.T MENU		2764.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

FORMATO N° 8

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

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	101.93	107.90	171.32	407.72	
					V.C DESAYUNO			686.94
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		54.71	32.69	209.01	218.84	294.23	836.03	
					V.C ALMUERZO			1349.09
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			29
					115.64	80.08	419.59	
					462.6	720.7	1678.3	
					14%	22%	64%	
V.C.T MENU							2861.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP-6919

FORMATO N° B

MENU° 05

122.55	60.52	434.92
490.2	544.6	1739.7
13%	25%	62%

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

FORMATO N° 13

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

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes con palta							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cocoa	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		18.16	16.28	105.96	72.62	146.48	423.84	
					V.C DESAYUNO			642.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo mechado + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de pollo (presas)	160.00	30.22	4.64	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		65.70	43.17	238.40	262.79	388.49	953.62	
					V.C ALMUERZO			1604.90
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	22.07	117.22	111.44	198.59	468.86	
					V.C CENA			778.90
					% DIST. CENA			26
					111.71	81.51	461.58	
					446.9	733.6	1846.3	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			3026.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

FORMATO N° AB

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

MENU° 07

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pantoja Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA - GNP 6919

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

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		28.70	7.52	100.09	114.80	67.68	400.34	
					V.C DESAYUNO			582.82
					% DIST. DESAYUNO			19
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			56
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	20.82	126.40	68.85	187.36	505.58	
					V.C CENA			761.79
					% DIST. CENA			25
					106.18	78.46	488.99	
					424.7	706.1	1956.0	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			3086.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

FORMATO N° 18
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA
MENU° 09

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

FORMATO N° 8
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de pollo (presas)	160.0	32.16	32.32	0.00	128.64	290.88	0.00	419.52
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.54	61.07	233.89	254.17	549.67	935.57	
					V.C ALMUERZO			1739.41
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			25
					113.69	108.09	503.95	
					454.7	972.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU		3443.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

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

MENU° 11

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinua + Fruta + 03 panes + Palta							
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	26.00	0.00	0.00	25.56	0.00	0.00	102.23	102.23
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		22.58	22.00	86.87	90.30	197.96	347.47	
					V.C DESAYUNO			635.73
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Zarsa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	26.37	4.61	0.00	105.47	41.47	0.00	146.94
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arvejas frescas	20.00	1.64	0.10	15.56	6.56	0.90	62.24	69.70
Zanahoria	20.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Espinaca negra	10.00	0.22	0.07	0.39	0.90	0.65	1.57	3.11
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	39.31	244.98	255.94	353.81	979.94	
					V.C ALMUERZO			1589.69
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltado de higado + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	26.00	0.00	26.00	0.00	0.00	234.00	0.00	234.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Papa blanca	180.0	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Cebolla de cabeza	60.0	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.34	31.61	149.48	133.36	284.49	597.92	
					V.C CENA			1015.77
					% DIST. CENA			31
					119.90	92.92	481.33	
					479.6	836.3	1925.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3241.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

.....
Pamela Salazar Ramirez
RECIBIDA CNP 6919

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

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

MENUES CON APORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	Viernes 21/12/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + 01 Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz graneado + olluito con carne+ Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 2 panes con hot dog frito
2	Sabado 22/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche+ 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arroz graneado + Chantainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra de harina de trigo con leche + 02 panes
3	Domingo 23/12/2018	DESAYUNO	Quinua + 03 panes + Atun encebollado
		ALMUERZO	Arroz graneado + seco de res (presa) + menestra + Fruta + Refresco+ ensalada
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
4	Lunes 24/12/2018	DESAYUNO	avena + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + infusion
5	Martes 25/12/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + 01 huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de pulmon de res + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de chochoca con menudencia de pollo
6	Miercoles 26/12/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado a la chorrillana (entero) + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
7	Jueves 27/12/2018	DESAYUNO	Avena con cocoa + 03 panes + Queso
		ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
8	Viernes 28/12/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera + Huevo sancochado+ Fruta + Refresco
		CENA	infusion + 2 panes con hot dog frito
9	Sabado 29/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche+ 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
10	Domingo 30/12/2018	DESAYUNO	Quinua + 03 panes + Manjar blanco
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res (presa)+ menestra + Fruta + Refresco + Ensalada
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
11	Lunes 31/12/2018	DESAYUNO	Avena+ 03 panes + queso
		ALMUERZO	Arroz graneado + pollo frito(presa)+ papa +Ensalada+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + infusion
12	Martes 1/01/2019	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de moron con res con hueso
13	Miercoles 2/01/2019	DESAYUNO	Soya+ 03 panes + jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (entero)+ menestra + Fruta + Refresco + Ensalada
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
14	Jueves 3/01/2019	DESAYUNO	Avena con cocoa + 03 panes + mantequilla
		ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
15	Viernes 4/01/2019	DESAYUNO	Café + 03 panes + 01 Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz graneado + olluito con carne+ Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 2 panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Pamela Salazar Ramirez
DIRECCIONISTA CNP 6919

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

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

MENUS CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche+ 03 panes + aceituna
16	5/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra de harina de trigo con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Quinua + 03 panes + Atun encebollado
17	6/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + seco de res (presa) + menestra + Fruta + Refresco+ ensalada
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
	Lunes	DESAYUNO	avena + 03 panes + platano
18	7/01/2019	ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + infusion
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + 01 huevo sancocado
19	8/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de pulmon de res + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de chochoca con menudencia de pollo
	Miercoles	DESAYUNO	Soya + 03 panes + camote frito
20	9/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado a la chorrillana (entero) + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Avena con cocoa + 03 panes + Queso
21	10/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Viernes	DESAYUNO	Café + 03 panes + Jamonada
22	11/01/2019	ALMUERZO	Arroz a la jardinera + Huevo sancocado+ Fruta + Refresco
		CENA	infusion + 2 panes con hot dog frito
	Sabado	DESAYUNO	Avena con leche+ 03 panes + aceituna
23	12/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Quinua + 03 panes + Manjar blanco
24	13/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res (presa)+ menestra + Fruta + Refresco + Ensalada
		CENA	Infusion + 02 Panes con camote
	Lunes	DESAYUNO	Avena+ 03 panes + queso
25	14/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + pollo frito(presa)+ papa +Ensalada+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + infusion
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + mermelada
26	15/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de moron con res con hueso
	Miercoles	DESAYUNO	Soya+ 03 panes + jamonada
27	16/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (entero)+ menestra + Fruta + Refresco + Ensalada
		CENA	Arroz a la cubana + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Avena con cocoa + 03 panes + mantequilla
28	17/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Viernes	DESAYUNO	Café + 03 panes + 01 Huevo sancocado
29	18/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + olluquito con carne+ Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 2 panes con hot dog frito

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

450

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA
MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Café + 03 panes + 01 Huevo sancocado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		19.02	10.36	92.02	76.08	93.24	368.06	
					V.C DESAYUNO			537.38
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + olluito con carne + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	33.00	0.00	33.00	0.00	0.00	297.00	0.00	297.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	200.00	1.76	0.16	22.88	7.04	1.44	91.52	100.00
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		41.76	36.29	205.90	167.03	326.63	823.61	
					V.C ALMUERZO			1317.27
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Infusion + 02 panes + hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	43.0	0.00	0.00	42.27	0.00	0.00	169.08	169.08
Pan francés	60.0	5.81	2.83	24.86	23.23	25.49	99.46	148.18
Salchicha "hot dog"	60.00	6.60	20.58	0.60	26.40	185.22	2.40	214.02
Aceite vegetal	13.0	0.00	13.00	0.00	0.00	117.00	0.00	117.00
SUB TOTAL		12.41	36.41	67.73	49.63	327.71	270.93	
					V.C CENA			648.27
					% DIST. CENA			26
					VCT (Gr.)	73.19	83.06	365.65
					VCT (Kcal.)	292.7	747.6	1462.6
					VCT (%)	12%	30%	58%
					V.C.T MENU			2502.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
 Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
 NUTRICIONISTA CNP 6919

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

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con Leche + 03 panes + Platano							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano de isla	150.00	1.35	0.60	35.40	5.40	5.40	141.60	152.40
SUB TOTAL		23.97	16.63	118.02	95.86	149.67	472.06	
					V.C DESAYUNO			717.59
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res (Presa)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	42.00	0.00	42.00	0.00	0.00	378.00	0.00	378.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Mandarina	150.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		52.80	46.35	194.18	211.18	417.13	776.72	
					V.C ALMUERZO			1405.04
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pasas sin semilla	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
SUB TOTAL		12.71	6.18	91.96	50.85	55.64	367.84	
					V.C CENA			474.32
					% DIST. CENA			18
					89.47	69.16	404.15	
					357.9	622.4	1616.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2596.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6019

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

MENU° 03 - 17 - 31

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa + 03 panes + Atún encebollado							
Quinoa Cruda	25.00	3.40	1.45	16.58	13.60	13.05	66.30	92.95
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
SUB TOTAL		24.25	15.00	80.60	97.00	135.00	322.40	
					V.C DESAYUNO			554.40
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + seco de res (presa) + menestra + Fruta + Refresco + Ensalada							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	0.50	0.03	0.00	0.15	0.11	0.04	0.61	0.76
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Espinaca negra	10.00	0.22	0.07	0.39	0.90	0.65	1.57	3.11
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	60.00	0.01	0.19	3.60	0.04	1.73	14.40	16.17
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	25.00	1.83	0.85	19.05	7.30	7.65	76.20	91.15
SUB TOTAL		61.54	45.40	215.89	246.16	408.56	863.57	
					V.C ALMUERZO			1518.30
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Infusión + 02 panes con camote							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	23.59	0.00	0.00	94.37	94.37
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Camote amarillo	100.00	1.20	0.20	27.60	4.80	1.80	110.40	117.00
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
SUB TOTAL		8.46	23.74	82.27	33.84	213.66	329.09	
					V.C CENA			576.59
					% DIST. CENA			22

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

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

MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + plátano							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		15.72	11.61	150.55	62.86	104.49	602.18	
					V.C DESAYUNO			769.53
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Tallarines rojos + Pollo (presa) + Fruta + Refresco							
Fideos tallarín	180.00	17.10	0.18	125.28	68.40	1.62	501.12	571.14
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	0.50	0.03	0.00	0.15	0.11	0.04	0.61	0.76
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	0.14	0.12	2.21	0.58	1.08	8.83	10.49
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		53.55	26.70	204.58	214.18	240.27	818.33	
					V.C ALMUERZO			1272.78
					% DIST. ALMUERZO			46
CENA	Arroz chaufa de pollo + infusión							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Cebolla china	10.0	0.23	0.04	0.75	0.92	0.36	3.00	4.28
Huevo de gallina. Crudo	30.0	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.01	0.48	0.05	0.04	4.32	0.20	4.56
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
SUB TOTAL		32.27	27.09	86.11	129.08	243.81	344.42	
					V.C CENA			717.31
					% DIST. CENA			26
VCT (Gr.)		101.53	65.40	441.23				
VCT (Kcal.)		406.1	588.6	1764.9				
VCT (%)		15%	21%	64%				
V.C.T MENU							2759.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP- 6919

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

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + 01 huevo sancochado							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua Cruda	25.00	3.40	1.45	16.58	13.60	13.05	66.30	92.95
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		30.79	21.52	87.19	123.16	193.68	348.74	
					V.C DESAYUNO			665.58
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de pulmon de res + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Hierba buena	5.00	0.16	0.05	0.35	0.62	0.45	1.40	2.47
Tomate	20.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		38.59	33.91	244.33	154.36	305.21	977.30	
					V.C ALMUERZO			1436.86
					% DIST. ALMUERZO			57
CENA	Sopa de chochoca con menudencia de pollo							
Chochoca de Maíz	40.0	0.20	0.00	1.96	0.80	0.00	7.84	8.64
Menudencia de pollo	80.00	15.84	3.76	0.00	63.36	33.84	0.00	97.20
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	15.0	0.08	0.02	0.58	0.34	0.22	2.30	2.86
Porro	20.0	0.43	0.13	1.22	1.73	1.15	4.86	7.74
Zanahoria	35.00	0.17	0.14	2.58	0.67	1.26	10.30	12.24
Zapallo macre	50.00	0.28	0.08	2.56	1.12	0.72	10.24	12.08
SUB TOTAL		20.36	19.29	44.57	81.46	173.63	178.27	
					V.C CENA			433.36
					% DIST. CENA			17
VCT (Gr.)					89.74	74.72	376.08	
VCT (Kcal.)					359.0	672.5	1504.3	
VCT (%)					14%	27%	59%	
V.C.T MENU							2535.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

net Pamela Salazar Ramirez
LICENCIADA CNP 6919

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA
MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + camote frito							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		11.97	15.54	87.02	47.86	139.82	348.08	
					V.C DESAYUNO			535.76
					% DIST. DESAYUNO			18
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado a la chorrillana (entero) + menestra + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Arvejas secas	80.00	13.89	2.05	39.10	55.55	18.43	156.42	230.40
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	0.01	0.19	3.60	0.04	1.73	14.40	16.17
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		71.81	47.08	220.66	287.23	423.75	882.63	
					V.C ALMUERZO			1593.60
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz a la cubana + Infusión							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Plátano verde sancochado (2)	200.00	1.12	0.48	58.88	4.48	4.32	235.52	244.32
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		16.60	20.97	144.73	66.40	188.73	578.90	
					V.C CENA			834.03
					% DIST. CENA			28
					VCT (Gr.)	100.37	83.59	452.40
					VCT (Kcal.)	401.5	752.3	1809.6
					VCT (%)	14%	25%	61%
					V.C.T MENU		2963.4	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

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

MENU° 07 - 21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con cocoa + 03 Panes + Queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cocoa	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		21.49	14.17	82.64	85.94	127.49	330.54	
					V.C DESAYUNO			543.97
					% DIST. DESAYUNO			19
ALMUERZO	Arroz graneado + Cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Arvejas secas	30.00	5.21	0.77	14.66	20.83	6.91	58.66	86.40
Zanahoria	30.00	0.14	0.12	2.21	0.58	1.08	8.83	10.49
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	1.75	0.82	18.29	7.01	7.34	73.15	87.50
SUB TOTAL		43.63	45.97	224.32	174.51	413.69	897.26	
					V.C ALMUERZO			1485.47
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Cebolla de cabeza	60.0	0.71	0.10	5.76	2.86	0.92	23.05	26.83
Azúcar rubia	15.0	0.00	0.00	12.53	0.00	0.00	50.13	50.13
Menta	10.0	0.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		8.39	10.76	160.32	33.58	96.84	641.27	
					V.C CENA			771.69
					% DIST. CENA			28
					VCT (Gr.)	73.51	70.89	467.27
					VCT (Kcal.)	294.0	638.0	1869.1
					VCT (%)	10%	23%	67%
					V.C.T MENU			2801.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

FORMATO N° A

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

MENU° 08 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 03 panes + Jamonada							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.20	17.12	76.59	68.80	154.08	306.36	
					V.C DESAYUNO			529.24
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz a la jardinera + Huevo sancochado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Zanahoria	25.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Arvejas frescas	30.00	1.70	0.14	4.51	6.82	1.30	18.05	26.16
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		27.65	26.72	225.90	110.60	240.50	903.58	
					V.C ALMUERZO			1254.68
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Infusion + 02 panes con hot dog frito							
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	45.0	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
salchicha hot dog	60.0	7.74	26.40	0.60	30.96	237.60	2.40	270.96
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		15.00	39.94	75.92	60.00	359.46	303.66	
					V.C CENA			723.12
					% DIST. CENA			29
					VCT (Gr.)	59.85	83.78	378.40
					VCT (Kcal.)	239.4	754.0	1513.6
					VCT (%)	10%	30%	60%
					V.C.T MENU		2507.0	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

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

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceituna	40.00	0.32	12.84	2.92	1.28	115.56	11.68	128.52
SUB TOTAL		22.94	28.87	95.37	91.74	259.83	381.46	
					V.C DESAYUNO			733.03
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de hígado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		40.56	37.37	225.56	162.22	336.29	902.23	
					V.C ALMUERZO			1400.75
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pasas sin semilla	5.0	0.10	0.02	2.71	0.41	0.15	10.85	11.41
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		11.65	5.66	97.92	46.61	50.90	391.70	
					V.C CENA			489.21
					% DIST. CENA			19
					VCT (Gr.)	75.14	71.89	418.85
					VCT (Kcal.)	300.6	647.0	1675.4
					VCT (%)	11%	25%	64%
					V.C.T MENU			2623.0
								100%

REPRESNTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6019

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

MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe de cebada + 03 Panes + Huevo Sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	102.03	83.66	94.95	408.12	
					V.C DESAYUNO			586.73
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz a la jardinera+ pollo picado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		40.89	42.27	216.25	163.56	380.39	864.99	
					V.C ALMUERZO			1408.94
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Camote amarillo	100.0	1.20	0.20	27.60	4.80	1.80	110.40	117.00
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		8.46	18.74	88.17	33.84	168.66	352.68	
					V.C CENA			555.18
					% DIST. CENA			22
					70.27	71.56	406.45	
					281.1	644.0	1625.8	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU		2550.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez:
NUTRICIONISTA CNP 6919

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

MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
SUB TOTAL		20.54	13.31	90.08	82.14	119.79	360.30	
					V.C DESAYUNO			562.23
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Arroz graneado + pollo frito (presa)+ papa + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	2.00	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Lechuga americana	10.00	0.06	0.01	0.24	0.24	0.09	0.96	1.29
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		48.92	42.17	195.05	195.67	379.52	780.18	
					V.C ALMUERZO			1355.37
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.01	0.48	0.05	0.04	4.32	0.20	4.56
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.10	27.06	90.74	128.42	243.52	362.97	
					V.C CENA			734.91
					% DIST. CENA			28
VCT (Gr.)		101.56	82.54	375.86				
VCT (Kcal.)		406.2	742.8	1503.5				
VCT (%)		15%	28%	57%				
					V.C.T MENU			2652.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
 NUTRICIONISTA CNP 6919

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

MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + mermelada							
leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua Cruda	25.00	3.40	1.45	16.58	13.60	13.05	66.30	92.95
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mermelada de fruta	25.00	0.01	0.03	12.50	0.04	0.23	50.00	50.27
SUB TOTAL		22.70	16.51	123.18	90.80	148.55	492.72	
					V.C DESAYUNO			732.07
					% DIST. DESAYUNO			26
ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de hígado de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	2.00	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Hígado de Pollo	120.00	23.52	5.52	0.00	94.08	49.68	0.00	143.76
Papa blanca	200.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Hierba buena	0.50	0.01	0.00	0.03	0.05	0.04	0.11	0.20
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maíz Morado	25.00	1.83	0.85	19.05	7.30	7.65	76.20	91.15
SUB TOTAL		46.25	47.92	254.45	185.01	431.30	1017.80	
					V.C ALMUERZO			1634.12
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Sopa de moron con res con hueso							
Trigo resbalado crudo (3)	40.0	4.56	0.72	28.72	18.24	6.48	114.88	139.60
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Papa blanca	200.0	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Apio	10.0	0.06	0.02	0.38	0.22	0.14	1.54	1.90
Porro	10.0	0.01	0.06	0.61	0.04	0.58	2.43	3.05
Zanahoria	25.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Zapallo macre	40.00	0.22	0.06	2.05	0.90	0.58	8.19	9.66
SUB TOTAL		29.63	7.72	69.28	118.52	69.52	277.12	
					V.C CENA			465.16
					% DIST. CENA			16
					VCT (Gr.)	98.58	72.15	446.91
					VCT (Kcal.)	394.3	649.4	1787.6
					VCT (%)	14%	23%	63%
					V.C.T MENU			2831.3
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL
 Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
 NUTRICIONISTA CNP 6919

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

MENU° 13-27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.65	17.24	73.62	70.58	155.12	294.48	
					V.C DESAYUNO			520.18
					% DIST. DESAYUNO			18
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (entero) + menestra + Fruta + Refresco + Ensalada							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	0.50	0.03	0.00	0.15	0.11	0.04	0.61	0.76
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Tomate	45.00	0.02	0.07	1.55	0.08	0.65	6.19	6.92
Cebolla de cabeza	60.00	0.01	0.20	3.83	0.04	1.84	15.30	17.18
Lechuga americana	40.00	0.19	0.03	0.77	0.77	0.29	3.07	4.13
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	180.00	2.16	0.43	30.24	8.64	3.89	120.96	133.49
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		72.10	40.69	233.29	288.41	366.20	933.17	
					V.C ALMUERZO			1587.78
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Arroz a la cubana + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.00	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Plátano verde sancochado (2)	200.00	1.12	0.48	58.88	4.48	4.32	235.52	244.32
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		16.60	15.97	144.73	66.40	143.73	578.90	
					V.C CENA			789.03
					% DIST. CENA			27
					VCT (Gr.)	106.35	73.89	451.64
					VCT (Kcal.)	425.4	665.0	1806.6
					VCT (%)	15%	23%	62%
					V.C.T MENU			2897.0
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP. 6919

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA
MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con cocoa+ 03 panes + Mantequilla							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cocoa	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mantequilla con sal	25.00	0.15	20.00	0.00	0.60	180.00	0.00	180.60
SUB TOTAL		15.32	27.17	76.84	61.26	244.49	307.36	
					V.C DESAYUNO			613.11
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Zanahoria	30.00	0.14	0.12	2.21	0.58	1.08	8.83	10.49
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	1.75	0.82	18.29	7.01	7.34	73.15	87.50
SUB TOTAL		40.36	31.18	215.92	161.46	280.64	863.67	
					V.C ALMUERZO			1305.77
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + infusión							
Arroz Pilado o pulido crudo	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Molleja de Pollo	80.00	15.76	3.60	0.00	63.04	32.40	0.00	95.44
Aceite vegetal	13.0	0.00	13.00	0.00	0.00	117.00	0.00	117.00
Cebolla de cabeza	60.0	0.67	0.10	5.42	2.69	0.86	21.70	25.25
Ajos	5.0	0.22	0.03	1.22	0.90	0.29	4.86	6.05
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		24.04	17.18	86.49	96.14	154.60	345.96	
					V.C CENA			596.71
					% DIST. CENA			24
					VCT (Gr.)	79.72	75.53	379.25
					VCT (Kcal.)	318.9	679.7	1517.0
					VCT (%)	13%	27%	60%
					V.C.T MENU			2515.6
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

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

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

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/12/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/12/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/12/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan
8	28/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	31/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez

12	1/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
13	2/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
14	3/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo + 01 pan
15	4/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
REGISTRISTA CNP 6919

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

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

MENUES CON APORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
16	5/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
17	6/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
18	7/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
19	8/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
20	9/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
21	10/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan
22	11/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
23	12/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
24	13/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
25	14/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
26	15/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
27	16/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
28	17/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan

REP
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6819

29	18/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
30	19/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
31	20/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

FORMATO N° C
DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO PARA
NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CHOTA

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Margarina							
Avena, hojuelas cruda	20.00	2.66	0.80	14.40	10.64	7.20	57.60	75.44
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina	7.00	0.06	0.04	0.74	0.22	0.32	2.94	3.48
SUB TOTAL		10.50	6.60	45.29	41.98	59.355	181.15	
					VCT DESAYUNO			282
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 pan frances							
Pan de labranza o francés	30.0	2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	84
SUB TOTAL		2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	
					VCT MEDIA MAÑANA			84
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
Almuerzo:	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/meni	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo (3	60.0	4.92	0.30	46.68	19.68	2.70	186.72	209.10
Frijol canario crudo	60.0	10.77	1.03	5.97	43.10	9.30	23.88	76.28
Aceite vegetal	3.0	0.00	3.00	0.00	0.00	27.00	0.00	27.00
Ajos	2.50	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Plátano de seda	140	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		33.21	7.41	55.90	132.84	66.7278	223.59	
					VCT ALMUERZO			423
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Semola con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.38	25.94	85.98
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Sémola de Trigo	25.0	1.66	0.23	16.66	6.63	2.10	66.64	75.37
SUB TOTAL		5.82	5.05	24.13	23.29	45.47925	96.51	
					VCT MEDIA TARDE			165
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina							
Chuño blanco	25.00	0.13	0.00	15.54	0.50	0.00	62.16	62.66
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Maíz Morado	20.00	1.17	0.54	12.19	4.67	4.90	48.77	58.34
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Margarina	7.00	0.06	0.04	0.74	0.22	0.32	2.94	3.48
SUB TOTAL		4.23	0.67	54.92	16.92	6.021	219.69	
					VCT CENA			243
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	56.20	19.81	198.54				
	VCT (Kcal.)	224.8	178.3	794.2				
	VCT (%)	15%	15%	70%				
TOTAL VCT MENU							1197.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6019

FORMATO N° C

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

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 Pan + Hígado frito							
Quinoa	20.00	7.82	6.06	0.36	31.28	54.54	1.44	87.26
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hígado de Pollo	20.00	3.92	0.92	0.00	15.68	8.28	0.00	23.96
SUB TOTAL		19.52	12.74	30.51	78.08	114.66	122.05	
					VCT DESAYUNO			315
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Maicena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.3755	25.94	86
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.42	0.51	0.3825	73.70	75
SUB TOTAL		4.29	4.86	25.89	17.17	43.758	103.57	
					VCT MEDIA MAÑANA			164
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta							
Pescado Toyo	120.0	15.71	0.34	0.84	62.83	3.02	3.36	69.22
Papa blanca	30.00	0.57	0.03	5.62	2.29	0.25	22.48	25.02
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.00	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Zapallo macre	10.00	0.05	0.01	0.43	0.19	0.12	1.72	2.02
Ajos	1.50	0.07	0.01	0.36	0.27	0.09	1.46	1.81
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Vainitas	4.00	0.01	0.00	0.42	0.05	0.02	1.70	1.77
Pera nacional	140.0	0.46	0.23	6.03	1.86	2.09	24.12	28.07
SUB TOTAL		23.46	1.53	76.11	93.82	13.7799	304.45	
					VCT ALMUERZO			412
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Jugo de naranja							
Naranja	140.00	0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	13.38
SUB TOTAL		0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	
					VCT MEDIA TARDE			13
					% DIST. MEDIA TARDE			9
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion							
Aceite vegetal	12.00	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	80.00	1.53	0.07	5.62	6.12	0.66	22.48	29.25
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Huevo de gallina. crudo	50.00	4.52	2.81	0.60	18.09	25.33	2.41	45.83
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		6.17	14.99	17.89	24.69	134.8812	71.57	
					VCT CENA			231
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		53.62	34.18	153.44				
VCT (Kcal.)		214.5	307.6	613.8				
VCT (%)		15%	21%	64%				
					TOTAL VCT MENU		1135.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Patricia Salazar Ramirez
CONISTA CNP 6919

FORMATO N° C

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

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24 - 31

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.21	3.86	0.83	24.84	34.78	3.31	62.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		17.32	10.62	48.98	69.26	95.616	195.92	
					VCT DESAYUNO			361
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 Pan de yema							
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	
					VCT MEDIA MAÑANA			98
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
Almuerzo:	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion							
Carne de res pulpa	70.0	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Ajos	0.50	0.02	0.00	0.12	0.09	0.03	0.49	0.60
Frijol canario crudo	60.00	13.01	1.25	35.76	52.03	11.23	143.04	206.30
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.15	0.04	0.07	0.58	0.69
Arvejas frescas (4)	2.00	0.14	0.01	0.38	0.57	0.11	1.50	2.18
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		34.68	3.30	98.81	138.71	29.7045	395.22	
					VCT ALMUERZO			564
					% DIST. ALMUERZO			44
REFRIGERIO	Yogurt							
Yogurt	125.0	5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	57.75
SUB TOTAL		5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			7
CENA:	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada							
Apio	1.00	0.01	0.00	0.05	0.03	0.02	0.19	0.24
Poro	1.00	0.02	0.01	0.06	0.09	0.06	0.24	0.38
Yuca amarilla	20.00	0.55	3.96	0.71	2.22	35.64	2.85	40.71
Fideos	20.00	1.86	0.04	13.02	7.44	0.36	52.08	59.88
Carne de Pollo Entero s/menu	100.00	16.27	2.84	0.00	65.10	25.60	0.00	90.69
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
SUB TOTAL		18.72	6.85	13.88	74.90	61.6896	55.53	
					VCT CENA			192
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	78.72	22.12	189.71				
	VCT (Kcal.)	314.9	199.1	758.8				
	VCT (%)	15%	20%	65%				
					TOTAL VCT MENU		1272.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Pamela Salazar Ramirez
RICIONISTA C.NP 6919

FORMATO N° C

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

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT.	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna							
Quinua	20.00	7.04	5.45	2.38	28.15	49.09	9.52	86.76
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Aceituna	25.00	8.40	5.00	0.99	33.60	45.00	3.96	82.56
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		23.22	16.21	33.03	92.87	145.926	132.13	
					VCT DESAYUNO			371
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de papaya							
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Papaya	140.0	0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	42
SUB TOTAL		0.48	0.12	10.25	1.90	1.071	41.00	
					VCT MEDIA MAÑANA			44
					% DIST. MEDIA MAÑANA			5
ALMUERZO:	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Hígado de res	80.0	3.80	2.30	0.50	15.20	20.70	2.00	37.90
Aceite vegetal	1.50	0.00	1.50	0.00	0.00	13.50	0.00	13.50
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
Papa blanca	80.0	3.80	0.05	11.15	15.20	0.45	44.60	60.25
Zapallo macre	10.00	0.07	0.02	0.64	0.28	0.18	2.56	3.02
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Hierba luisa	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		14.28	4.28	75.31	57.12	38.5101	301.22	
					VCT ALMUERZO			397
					% DIST. ALMUERZO			43
REFRIGERIO	Maicena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.12	4.76	6.41	16.46	42.8652	25.64	85
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.21	0.50	0.378	72.83	74
SUB TOTAL		4.24	4.80	25.11	16.97	43.2432	100.43	
					VCT MEDIA TARDE			161
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + infusion							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.13	0.03	0.06	0.52	0.62
Carne de Pollo Entero s/men	100.0	16.89	2.95	15.43	67.57	26.57	61.72	155.86
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		18.58	3.04	33.89	74.32	27.3519	135.57	
					VCT CENA			237
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		60.80	28.46	177.59				
VCT (Kcal.)		243.2	256.1	710.3				
VCT (%)		15%	21%	64%				
					TOTAL VCT MENU		1209.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

FORMATO N° C

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

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Margarina							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
leche evaporada	70.00	3.92	4.54	6.10	15.68	40.82	24.42	80.92
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sal	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
SUB TOTAL		8.56	10.67	44.35	34.25	95.994	177.40	
					VCT DESAYUNO			308
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de piña							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Piña	200.0	0.68	0.34	16.66	2.72	3.06	66.64	72
SUB TOTAL		0.68	0.34	18.63	2.72	3.06	74.50	
					VCT MEDIA MAÑANA			80
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
ALMUERZO:	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/menú	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Papa blanca	60.0	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Zapallo macre	60.00	0.42	0.12	3.84	1.68	1.08	15.36	18.12
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Arvejas frescas (4)	10.00	0.38	0.03	1.02	1.53	0.29	4.06	5.89
Manzana	140.00	0.42	0.14	20.44	1.68	1.26	81.76	84.70
Manzanilla	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
SUB TOTAL		26.49	8.82	102.81	105.96	79.4142	411.26	
					VCT ALMUERZO			597
					% DIST. ALMUERZO			45
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Manzana	160.0	0.41	0.14	19.86	1.63	1.224	79.42	82
SUB TOTAL		0.41	0.14	21.82	1.63	1.224	87.29	
					VCT MEDIA TARDE			90
					% DIST. MEDIA TARDE			8
CENA:	Sopa de fideos con pollo + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/menú	100.0	14.42	2.52	0.00	57.68	22.68	0.00	80.36
Fideos	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Apio	5	0.04	0.01	0.24	0.14	0.09	0.96	1.19
Poro	5	0.14	0.04	0.38	0.54	0.36	1.52	2.42
Hierba luisa	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
SUB TOTAL		14.59	2.57	1.11	58.36	23.13	4.45	
					VCT CENA			86
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	50.73	22.54	188.72				
	VCT (Kcal.)	202.9	202.8	754.9				
	VCT (%)	15%	20%	65%				
					TOTAL VCT MENU		1160.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6019

FORMATO N° C

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

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 01 pan + mermelada							
Soya	20.00	0.38	0.10	1.62	1.52	0.90	6.48	8.90
Mermelada De frutas	20.00	0.08	4.20	14.62	0.32	37.80	58.48	96.60
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		3.34	4.39	40.70	13.36	39.51	162.80	
					VCT DESAYUNO			216
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de mango							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Mango	140.00	0.56	0.28	22.3	2.24	2.52	89.04	93.80
SUB TOTAL		0.56	0.28	25.18	2.24	2.52	100.72	
					VCT MEDIA MAÑANA			105
					% DIST. MEDIA MAÑANA			12
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion							
Pescado Toyo	80.0	3.26	0.32	0.80	13.04	2.88	3.20	19.12
Arroz Pilado o pulido crudo (3	60.0	3.26	0.30	46.68	13.04	2.70	186.72	202.46
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Perejil	1.00	0.03	0.00	0.04	0.11	0.04	0.15	0.29
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Frijol canario crudo	60.00	13.14	1.26	36.12	52.56	11.34	144.48	208.38
Cebolla de cabeza (2)	2.00	0.02	0.00	0.15	0.08	0.02	0.61	0.70
Sal	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		19.75	2.89	88.95	79.00	26.03763	355.79	
					VCT ALMUERZO			460.83
					% DIST. ALMUERZO			38
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Manzana	150.00	0.29	0.10	14.02	1.15	0.86	56.06	58.08
SUB TOTAL		0.29	0.10	14.51	1.15	0.864	58.03	
					VCT MEDIA TARDE			60.05
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Arroz con leche + 01 pan + Margarina							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Arroz Pilado o pulido crudo (3	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sal	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		11.08	11.63	53.54	44.33	104.625	214.14	
					VCT CENA			363
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		35.02	19.28	222.87				
VCT (Kcal.)		140.1	173.6	891.5				
VCT (%)		13%	21%	66%				
TOTAL VCT MENU							1205.1	100%

REPRESENTANTE DEL COMITÉ

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

80

FORMATO N° C

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

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
Leche evaporada	70.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.75	4.20	0.90	27.00	37.80	3.60	68.40
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		11.35	4.59	38.16	45.40	41.31	152.65	
					VCT DESAYUNO			239
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Pure de platano							
Plátano de seda	140.0	1.68	0.34	23.52	6.72	3.024	94.08	104
SUB TOTAL		1.68	0.34	23.52	6.72	3.024	94.08	
					VCT MEDIA MAÑANA			104
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
ALMUERZO:	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Papa blanca	60.0	1.03	0.05	10.97	4.13	0.44	43.89	48.46
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Carne de Pollo Entero s/men	120	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Sal	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.43	10.47	88.69	17.71	94.2156	354.74	
					VCT ALMUERZO			467
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Anis + 01 pan + queso							
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hierbas	6.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Queso fresco de vaca	20.0	2.53	2.80	0.35	10.11	25.2	1.41	37
SUB TOTAL		5.41	2.89	22.88	21.63	26.01	91.50	
					VCT MEDIA TARDE			139
					% DIST. MEDIA TARDE			11
CENA:	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan							
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Papa blanca	40.0	0.69	0.03	7.31	2.76	0.30	29.26	32.31
Arroz Pilado o pulido crudo (3	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Espinaca blanca (2)	5.00	0.10	0.03	0.32	0.38	0.27	1.26	1.91
Apio	2.00	0.01	0.00	0.10	0.06	0.04	0.38	0.48
Poro	2.00	0.05	0.02	0.15	0.22	0.14	0.61	0.97
Hígado de Pollo	50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		7.13	1.32	49.60	28.50	11.853	198.39	
					VCT CENA			239
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		29.99	19.60	222.84				
VCT (Kcal.)		120.0	176.4	891.4				
VCT (%)		10%	20%	70%				
TOTAL VCT MENU					1187.7		100%	

REPRESENTANTE DE LA INSTITUCIÓN

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

INVERSIONES 1220 EIRL

Lic. Janet Pamela Salazar Ramirez
NUTRICIONISTA CNP 6919

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

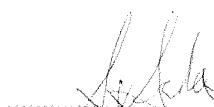
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
		DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
1	21.12/22.12/23.12	ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Infusion
		DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
2	24.12/25.12/26.12	ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
3	27.12/28.12/29.12	ALMUERZO	Papa a la huancaína + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
		DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
4	30.12/31.12/01.01	ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Higado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo
5	02.01/03.01/04.01	ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion
		DESAYUNO	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes + palta
6	05.01/06.01/07.01	ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo mechado + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
		DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
7	08.01/09.01/10.01	ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejitas guisadas + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
8	11.01/12.01/13.01	ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
9	14.01/15.01/16.01	ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
10	17.01/18.01/19.01	ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion
		DESAYUNO	Quinua + Fruta + 03 panes + palta
11	20.01/2019	ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Sarza + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de higado + papa + Infusion


Dr. Roberto A. Vilches (Ingeniero)
 BIOMATELOGO NUTRICIONISTA
 CNE 5211

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE DE E.P. JAEN QUE LABORA 24 X 48 HORAS

DIA MARTES 25 - 12 - 2018

NAVIDAD

POLLADA CON PAPA SANCOCHADA + ENSALADA FRESCA								
ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
Carne de Pollo Entero s/menudencia	200.00	41.20	7.20	0.00	164.80	64.80	0.00	229.60
Papa blanca	100.00	2.10	0.10	22.30	8.40	0.90	89.20	98.50
Lechuga redonda	30.00	0.39	0.06	0.63	1.56	0.54	2.52	4.62
Tomate	20.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Pepinillo o Pepino de mesa	20.00	0.10	0.02	0.52	0.40	0.18	2.08	2.66
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.00	1.55	1.63
SUB TOTAL		43.99	7.44	24.86	175.98	66.94	99.45	
					VCT	342.4		


 Lic. Marlene A. Velazquez Castorena
 NUTRICIONISTA
 BROMATOLOGO NUTRICIONISTA
 C.R. 0214

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE DE E.P. JAEN QUE LABORA 24 X 48 HORAS

DIA MARTES 01 - 01 - 2019

AÑO NUEVO

ADOBO DE CERDO + CAMOTE							
ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES		
					PROT	GRASAS	CHO
Carne de cerdo	152.00	21.89	22.95	0.00	87.55	206.57	0.00
Comino	0.20	0.01	0.00	0.16	0.03	0.00	0.64
Aji panca	2.00	0.05	0.02	0.24	0.21	0.20	0.95
Sal	0.20	0.00	0.00	0.02	0.01	0.01	0.07
Aceite vegetal	2.00	0.00	2.00	0.00	0.00	18.00	0.00
Camote	40.00	7.12	0.08	0.40	28.48	0.72	1.60
SUB TOTAL		29.07	25.06	0.81	116.28	225.50	3.25
					VCT		345.03

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

Dr. Mariana Valdez Quirós
BROMATOLOGO NUTRICIONISTA

MENU° 01


 Lic. Marion A. Wilkes Castañeda
 MOWATOLÓGICA S. de C.V.
 CNP 5814

FORMATO N° B

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

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		25.50	17.17	110.80	101.98	154.53	443.20	
					V.C DESAYUNO			699.71
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco							
Sémola de Trigo	30.00	2.34	0.33	23.52	9.36	2.97	94.08	106.41
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	19.30	251.50	255.94	173.68	1006.01	
					V.C ALMUERZO			1435.64
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		16.40	6.18	197.05	65.62	55.58	788.19	
					V.C CENA			909.39
					% DIST. CENA			30
					105.89	42.64	559.35	
					423.5	383.8	2237.4	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3044.7
								100%



CPMA
BROMATOLOGO NUTRICIONISTA
CNP 5215

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

FORMATO N° 8

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

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Papa a la huancaína +Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	12.0	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	18.78	131.34	131.01	169.04	525.34	
					V.C CENA			825.39
					% DIST. CENA			30
				113.70	69.52	421.13		
				454.8	625.7	1684.5		
				11%	28%	61%		
					V.C.T MENU		2764.9	100%

INSTITUTO NACIONAL DE PENITENCIARISMO
 740 5374

REPRESENTANTE DEL COMANDO
 JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

FORMATO N° B

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

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	101.93	107.90	171.32	407.72	
					V.C DESAYUNO			686.94
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		54.71	32.69	209.01	218.84	294.23	836.03	
					V.C ALMUERZO			1349.09
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			29
					115.64	80.08	419.59	
					462.6	720.7	1678.3	
					14%	22%	64%	
V.C.T MENU							2861.6	100%


 EL MANEJO DEL MENÚ (CÓDIGO)
 BONIFICACIÓN AUTOMÁTICA
 CNA 5314

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

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

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo							
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Maíz Mote de	60.00	1.56	0.78	12.66	6.24	7.02	50.64	63.90
Cebolla china	5.00	0.12	0.02	0.38	0.46	0.18	1.50	2.14
Mondongo de res	100.00	16.90	3.50	1.00	67.60	31.50	4.00	103.10
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		26.50	21.44	98.65	106.00	192.96	394.58	
					V.C DESAYUNO			693.54
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta							
Vainitas	40.00	0.20	0.04	7.08	0.80	0.36	28.32	29.48
Zanahoria	30.00	0.18	0.15	2.76	0.72	1.35	11.04	13.11
Papa blanca	60.00	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Remolacha raíz	30.00	0.51	0.03	2.85	2.04	0.27	11.40	13.71
Limón	10.00	0.05	0.02	0.97	0.20	0.18	3.88	4.26
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		72.50	11.65	250.03	289.99	104.81	1000.12	
					V.C ALMUERZO			1394.93
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Sopa sancocado con res (presa) + Fruta + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	100.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Lima	150.00	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		23.55	27.43	86.25	94.20	246.87	344.98	
					V.C CENA			686.05
					% DIST. CENA			25
					122.55	60.52	434.92	
					490.2	544.6	1739.7	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU			2774.5
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988



Alfonso A. Vilchez Castañeda
 NUTRICIONISTA
 DNI 12345678

FORMATO N° 8

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

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes con palta							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cocoa	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		18.16	16.28	105.96	72.62	146.48	423.84	
					V.C DESAYUNO			642.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo mechado + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de pollo (presas)	160.00	30.22	4.64	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		65.70	43.17	238.40	262.79	388.49	953.62	
					V.C ALMUERZO			1604.90
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	22.07	117.22	111.44	198.59	468.86	
					V.C CENA			778.90
					% DIST. CENA			26
					111.71	81.51	461.58	
					446.9	733.6	1846.3	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			3026.7
								100%



Ministerio de Salud
BIOLOGICO

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° 8
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 07

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988



INPE
INSTITUTO NACIONAL
DE ADMINISTRACION PENITENCIARIA

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

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		28.70	7.52	100.09	114.80	67.68	400.34	
					V.C DESAYUNO			582.82
					% DIST. DESAYUNO			19
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			56
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	20.82	126.40	68.85	187.36	505.58	
					V.C CENA			761.79
					% DIST. CENA			25
					106.18	78.46	488.99	
					424.7	706.1	1956.0	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU			3086.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 ONI 07261988

[Firma]
 Lic. Marcel A. Vilchez Castañeda
 BROMATOLOGO NUTRICIONISTA
 CNP 5814

FORMATO N° 0

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

MENU° 09

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



Ministerio de Salud
BIOLOGO NUTRICIONISTA

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTIÑEDA
DNI 07261988

FORMATO N° 13
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de pollo (presas)	160.0	32.16	32.32	0.00	128.64	290.88	0.00	419.52
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.54	61.07	233.89	254.17	549.67	935.57	
					V.C ALMUERZO			1739.41
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			25
					113.69	108.09	503.95	
					454.7	972.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3443.4
								100%


 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEJA
 DNI 07261988

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEJA
 DNI 07261988

FORMATO N° 8

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

MENU° 11

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa + Fruta + 03 panes + Palta							
Quinoa	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	26.00	0.00	0.00	25.56	0.00	0.00	102.23	102.23
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		22.58	22.00	86.87	90.30	197.96	347.47	
					V.C DESAYUNO			635.73
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Zarsa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	26.37	4.61	0.00	105.47	41.47	0.00	146.94
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arvejas frescas	20.00	1.64	0.10	15.56	6.56	0.90	62.24	69.70
Zanahoria	20.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Espinaca negra	10.00	0.22	0.07	0.39	0.90	0.65	1.57	3.11
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	39.31	244.98	255.94	353.81	979.94	
					V.C ALMUERZO			1589.69
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltado de higado + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	26.00	0.00	26.00	0.00	0.00	234.00	0.00	234.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Papa blanca	180.0	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Cebolla de cabeza	60.0	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.34	31.61	149.48	133.36	284.49	597.92	
					V.C CENA			1015.77
					% DIST. CENA			31
					119.90	92.92	481.33	
					479.6	836.3	1925.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3241.2
								100%

 **Consorcio**
BOMARCA
Cajamarca

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

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

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

MENUS CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	Viernes 21/12/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado a la cubana + infusion
2	Sabado 22/12/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
3	Domingo 23/12/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla de verduras
4	Lunes 24/12/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Pota+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
5	Martes 25/12/2018	DESAYUNO	Quinua + 03 panes + queso
		ALMUERZO	arroz graneado + estofado de pollo (presa) + papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de arrozillo con res con hueso
6	Miercoles 26/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
7	Jueves 27/12/2018	DESAYUNO	Café + 03 panes + 01 huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (entero)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
8	Viernes 28/12/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + guiso de pollo + infusion
9	Sabado 29/12/2018	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arroz graneado + estofado de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
10	Domingo 30/12/2018	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + manjar blanco
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
11	Lunes 31/12/2018	DESAYUNO	Soya + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de res + Infusion
12	Martes 1/01/2019	DESAYUNO	Avena + 03 panes + mantequilla
		ALMUERZO	Arroz graneado con pollo mechado(presa) + papa+ Fruta + Refresco+ Ensalada
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
13	Miercoles 2/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja +Yuca+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
14	Jueves 3/01/2019	DESAYUNO	Café de cebada + 03 panes + 01 Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito (entero)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
15	Viernes 4/01/2019	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado a la cubana + infusion

 **INVERSIONES 1220 EIRL**
BOLIVAR, COLOMBIA
CALLE 52 N° 10

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
C.C. 07261988

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

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

MENUS CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
16	Sabado 5/01/2019	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
17	Domingo 6/01/2019	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla de verduras
18	Lunes 7/01/2019	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Pota+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
19	Martes 8/01/2019	DESAYUNO	Quinua + 03 panes + queso
		ALMUERZO	arroz graneado + estofado de pollo (presa) + papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de arrozillo con res con hueso
20	Miercoles 9/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
21	Jueves 10/01/2019	DESAYUNO	Café + 03 panes + 01 huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (entero)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
22	Viernes 11/01/2019	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + guiso de pollo + infusion
23	Sabado 12/01/2019	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + atun encebollado
		ALMUERZO	Arrosz graneado + estofado de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
24	Domingo 13/01/2019	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + manjar blanco
		ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
25	Lunes 14/01/2019	DESAYUNO	Soya + 03 panes + camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de res + Infusion
26	Martes 15/01/2019	DESAYUNO	Avena + 03 panes + mantequilla
		ALMUERZO	Arroz graneado con pollo mechado(presa) + papa+ Fruta + Refresco+ Ensalada
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
27	Miercoles 16/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + aceituna
		ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja +Yuca+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
28	Jueves 17/01/2019	DESAYUNO	Café de cebada + 03 panes + 01 Huevo sancochado
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito (entero)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
29	Viernes 18/01/2019	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado a la cubana + infusion
30	Sabado 19/01/2019	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + mermelada
		ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
31	Domingo 20/01/2019	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito
		ALMUERZO	Arroz graneado + cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla de verduras



CONSORCIO INVERSIONES 1220 EIRL
CALLE 5219

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		17.65	17.24	73.62	70.58	155.12	294.48	
					V.C DESAYUNO			520.18
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		37.69	33.85	215.50	150.74	304.69	862.01	
					V.C ALMUERZO			1317.44
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado a la cubana + infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	200.0	2.40	0.48	33.60	9.60	4.32	134.40	148.32
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.0	0.03	0.01	1.15	0.12	0.09	4.60	4.81
SUB TOTAL		17.91	15.98	125.51	71.64	143.82	502.04	
					V.C CENA			717.50
					% DIST. CENA			28
					VCT (Gr.)	73.24	67.07	414.63
					VCT (Kcal.)	293.0	603.6	1658.5
					VCT (%)	11%	24%	65%
					V.C.T MENU		2555.1	100%


 INSTITUTO VETERINARIO Y ZOOLOGICO
 ESEVIZO
 CND 5213

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

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

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con Leche + 03 panes + Platano							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano de isla	150.00	1.35	0.60	35.40	5.40	5.40	141.60	152.40
SUB TOTAL		23.97	16.63	118.02	95.86	149.67	472.06	
					V.C DESAYUNO			717.59
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res (Presa)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	42.00	0.00	42.00	0.00	0.00	378.00	0.00	378.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Mandarina	150.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		52.80	46.35	194.18	211.18	417.13	776.72	
					V.C ALMUERZO			1405.04
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pasas sin semilla	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
SUB TOTAL		12.71	6.18	91.96	50.85	55.64	367.84	
					V.C CENA			474.32
					% DIST. CENA			18
					89.47	69.16	404.15	
					357.9	622.4	1616.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2596.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

[Firma]
Marlene A. Vilches Castañeda
BIOTECNOLÓGICA NUTRICION
CNP 5814

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 03 - 17 - 31

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		29.67	32.71	88.70	118.66	294.35	354.78	
					V.C DESAYUNO			767.79
					% DIST. DESAYUNO			30
ALMUERZO	Arroz graneado + cau cau de pollo + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	15.00	0.21	0.03	1.70	0.84	0.27	6.78	7.89
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Arvejas frescas	30.00	1.70	0.14	4.51	6.82	1.30	18.05	26.16
Zanahoria	25.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	1.75	0.82	18.29	7.01	7.34	73.15	87.50
SUB TOTAL		41.43	31.24	214.47	165.74	281.20	857.86	
					V.C ALMUERZO			1304.80
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Infusion + 02 panes con tortilla de verduras							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Huevo de gallina. Crudo	30.0	3.44	2.14	0.46	13.77	19.28	1.84	34.88
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Harina de trigo	10.00	1.05	0.20	7.48	4.20	1.80	29.92	35.92
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		10.66	15.35	68.76	42.65	138.16	275.05	
					V.C CENA			455.86
					% DIST. CENA			18
					VCT (Gr.)	81.76	79.30	371.92
					VCT (Kcal.)	327.1	713.7	1487.7
					VCT (%)	13%	28%	59%
					V.C.T MENU			2528.4
								100%



 INSTITUTO VENEZOLANO DE INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS Y TECNOLÓGICAS

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 04 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + platano							
Soya	25.00	7.05	4.73	8.93	28.20	42.53	35.70	106.43
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		19.44	20.34	131.64	77.76	183.02	526.56	
					V.C DESAYUNO			787.34
					% DIST. DESAYUNO			29
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Plátano de seda	160.00	1.92	0.38	26.88	7.68	3.46	107.52	118.66
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		31.58	27.73	237.56	126.31	249.57	950.25	
					V.C ALMUERZO			1326.13
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Cebolla de cabeza	60.0	0.67	0.10	5.42	2.69	0.86	21.70	25.25
Azúcar rubia	5.0	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.75	20.05	80.36	111.01	180.41	321.44	
					V.C CENA			612.86
					% DIST. CENA			22
					VCT (Gr.)	78.77	68.11	449.56
					VCT (Kcal.)	315.1	613.0	1798.2
					VCT (%)	12%	22%	66%
					V.C.T MENU		2726.3	100%


 Consorcio de Alimentos de la Provincia de Jaén
 S.R.L.

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

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

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa + 03 panes + queso							
Quinoa Cruda	25.00	3.40	1.45	16.58	13.60	13.05	66.30	92.95
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		20.61	13.76	108.31	82.44	123.84	433.24	
					V.C DESAYUNO			639.52
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + estofado de pollo (presa) + papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	2.00	0.01	0.02	0.61	0.04	0.14	2.43	2.62
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	45.00	0.02	0.07	1.55	0.08	0.65	6.19	6.92
Cebolla de cabeza	60.00	0.01	0.20	3.83	0.04	1.84	15.30	17.18
Zanahoria	40.00	0.04	0.16	2.94	0.16	1.44	11.78	13.38
Naranja	150.00	0.00	0.24	12.12	0.00	2.16	48.48	50.64
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.02	0.03	3.95	0.08	0.23	15.80	16.11
SUB TOTAL		47.88	42.35	202.86	191.52	381.12	811.44	
					V.C ALMUERZO			1384.08
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Sopa de arrozillo con res con hueso							
Arroz Pilado o pulido crudo	40.00	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Zapallo macre	50.00	0.01	0.10	3.20	0.04	0.90	12.80	13.74
Apio	15.00	0.11	0.03	0.72	0.42	0.27	2.88	3.57
Poro	20.00	0.02	0.16	1.52	0.08	1.44	6.08	7.60
Zanahoria	35.00	0.00	0.18	3.22	0.00	1.58	12.88	14.46
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	100.0	1.79	0.09	18.96	7.14	0.77	75.82	83.73
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		26.50	17.35	58.74	106.00	156.15	234.94	
					V.C CENA			497.09
					% DIST. CENA			20


Consorcio de Alimentos de la Penitenciaría de Jaén
 SECRETARÍA GENERAL

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + Aceituna							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena	25.00	6.05	5.13	0.25	24.20	46.13	1.00	71.33
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		25.82	39.42	64.33	103.28	354.74	257.32	
					V.C DESAYUNO			715.34
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de molleja + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		21.87	22.83	309.54	87.46	205.51	1238.15	
					V.C ALMUERZO			1531.12
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.57	0.48	0.05	2.26	4.32	0.20	6.78
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.66	17.06	90.74	130.64	153.52	362.97	
					V.C CENA			647.13
					% DIST. CENA			22
					VCT (Gr.)	80.35	79.31	464.61
					VCT (Kcal.)	321.4	713.8	1858.4
					VCT (%)	11%	25%	64%
					V.C.T MENU			2893.6
								100%


 CONSORCIO
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 07 - 21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Café + 03 panes + 01 Huevo sancochado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		19.02	10.36	82.19	76.08	93.24	328.74	
					V.C DESAYUNO			498.06
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado(Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	32.00	0.00	32.00	0.00	0.00	288.00	0.00	288.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.94	37.41	203.77	255.77	336.71	815.07	
					V.C ALMUERZO			1407.54
					% DIST. ALMUERZO			56
CENA	Infusion + 2 panes con hot dog frito							
Menta	40.0	0.12	0.04	4.60	0.48	0.36	18.40	19.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Salchicha "hot dog"	60.00	3.60	20.58	0.60	14.40	185.22	2.40	202.02
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		10.98	34.16	65.77	43.92	307.44	263.08	
					V.C CENA			614.44
					% DIST. CENA			24
</								



SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN
PENITENCIARIA DE JAEN

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
CNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 08 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado+ Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		39.66	37.21	212.80	158.63	334.89	851.21	
					V.C ALMUERZO			1344.73
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado + guiso de pollo + infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Tomate	10.0	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		28.32	19.11	95.84	113.28	172.03	383.36	
					V.C CENA			668.66
					% DIST. CENA			26
					VCT (Gr.)	85.72	73.58	392.50
					VCT (Kcal.)	342.9	662.3	1570.0
					VCT (%)	13%	26%	61%
					V.C.T MENU			2575.1
								100%


CONSORCIO
PENITENCIARIO DE JAEN

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

FORMATO N° A

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

MENU° 09 - 23

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + atun encebollado							
Cebada tostada y molida	15.00	0.02	0.12	11.96	0.08	1.08	47.82	48.98
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.01	0.08	1.50	0.04	0.72	6.00	6.76
SUB TOTAL		20.60	13.71	94.88	82.40	123.39	379.52	
					V.C DESAYUNO			585.31
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + estofado de res (presa)+ menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	2.00	0.01	0.02	0.61	0.04	0.14	2.43	2.62
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
arverjas secas	80.00	13.70	1.22	39.62	54.78	10.94	158.46	224.19
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Lechuga redonda	40.00	0.01	0.06	0.67	0.04	0.58	2.69	3.30
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Mandarina	150.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		61.30	45.91	223.60	245.22	413.15	894.41	
					V.C ALMUERZO			1552.78
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.00	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Pasas sin semilla	3.00	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
SUB TOTAL		12.71	6.18	101.79	50.85	55.64	407.16	
					V.C CENA			513.64
					% DIST. CENA			19
					VCT (Gr.)	94.62	65.80	420.27
					VCT (Kcal.)	378.5	592.2	1681.1
					VCT (%)	14%	22%	63%
					V.C.T MENU			2651.7
								100%

[Firma]
 J. Alberto Polo Castañeda
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe de cebada + 03 Panes + Huevo Sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	102.03	83.66	94.95	408.12	
					V.C DESAYUNO			586.73
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz a la jardinera+ pollo picado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		40.89	42.27	216.25	163.56	380.39	864.99	
					V.C ALMUERZO			1408.94
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Camote amarillo	100.0	1.20	0.20	27.60	4.80	1.80	110.40	117.00
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		8.46	18.74	88.17	33.84	168.66	352.68	
					V.C CENA			555.18
					% DIST. CENA			22
					70.27	71.56	406.45	
					281.1	644.0	1625.8	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU		2550.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

[Firma]
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
BROMATOLOGO NUTRICIONISTA
CNP 5814

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN
MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Camote frito							
Soya	25.00	7.05	4.73	8.93	28.20	42.53	35.70	106.43
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		18.54	25.14	93.92	74.16	226.22	375.68	
					V.C DESAYUNO			676.06
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	25.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		31.35	32.67	252.35	125.38	294.07	1009.40	
					V.C ALMUERZO			1428.85
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Arroz graneado + saltadito de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Cebolla de cabeza	60.00	0.71	0.10	5.76	4.42	1.73	23.05	29.20
Ajos	5.00	0.24	0.03	1.29	0.95	0.31	5.17	6.43
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.63	22.19	101.65	118.53	199.67	406.60	
					V.C CENA			724.80
					% DIST. CENA			26
					VCT (Gr.)	79.52	80.00	447.92
					VCT (Kcal.)	318.1	720.0	1791.7
					VCT (%)	11%	25%	63%
					V.C.T MENU			2829.7
								100%



 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

FORMATO N° A

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

MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Mantequilla							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mantequilla con sal	25.00	0.15	20.00	0.00	0.60	180.00	0.00	180.60
SUB TOTAL		14.37	26.31	108.86	57.46	236.79	435.42	
					V.C DESAYUNO			729.67
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado con Pollo mechado(presa) + papa + Fruta + Refresco+ Ensalada							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Zanahoria	30.00	0.14	0.12	2.21	0.58	1.08	8.83	10.49
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		52.41	32.56	218.77	209.64	293.08	875.09	
					V.C ALMUERZO			1377.82
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
Fideos	40.00	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Papa blanca	200.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Apio	15.0	0.09	0.03	0.61	0.36	0.23	2.45	3.03
Porro	20.00	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
Zanahoria	35.0	0.18	0.15	2.74	0.71	1.34	10.95	13.00
Zapallo macre	50.00	0.35	0.10	3.20	1.40	0.90	12.80	15.10
Menudencia de pollo	80.0	13.46	3.20	0.00	53.86	28.76	0.00	82.62
SUB TOTAL		22.58	3.91	83.95	90.33	35.19	335.80	
					V.C CENA			461.32
					% DIST. CENA			18
					VCT (Gr.)	89.36	62.78	411.58
					VCT (Kcal.)	357.4	565.1	1646.3
					VCT (%)	14%	22%	64%
					V.C.T MENU		2568.8	100%


 Consorcio de
 SACOMEDICO Y TALENTO
 C.R. 0214

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

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

MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		23.10	35.29	87.00	92.38	317.61	347.98	
					V.C DESAYUNO			757.97
					% DIST. DESAYUNO			29
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Molleja +Yuca+ Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Yuca amarilla	150.00	0.72	0.24	46.92	2.88	2.16	187.68	192.72
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		18.58	7.80	299.02	74.33	70.22	1196.07	
					V.C ALMUERZO			1340.62
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Cebolla china	10.0	0.18	0.03	0.60	0.74	0.29	2.40	3.42
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
sillao	5.0	0.57	0.48	0.05	2.26	4.32	0.20	6.78
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	7.86	0.00	0.00	31.46	31.46
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.78	12.08	79.07	131.12	108.74	316.30	
					V.C CENA			556.15
					% DIST. CENA			21
					VCT (Gr.)	74.46	55.17	465.09
					VCT (Kcal.)	297.8	496.6	1860.3
					VCT (%)	11%	19%	70%
					V.C.T MENU			2654.7
								100%


 J. M. Polo Castañeda
 Representante del Consorcio

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

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

MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Café de Cebada + 03 panes + 01 Huevo sancochado							
Cebada tostada y molida	15.00	0.01	0.12	11.96	0.04	1.08	47.82	48.94
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		19.00	10.47	94.06	76.00	94.23	376.24	
					V.C DESAYUNO			546.47
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado Frito (entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	2.00	0.00	0.02	0.61	0.00	0.14	2.43	2.58
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Cebolla de cabeza	60.00	0.01	0.19	3.60	0.04	1.73	14.40	16.17
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	0.01	0.43	30.24	0.04	3.89	120.96	124.89
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.02	0.03	4.74	0.08	0.27	18.96	19.31
SUB TOTAL		69.78	35.68	237.33	279.14	321.10	949.30	
					V.C ALMUERZO			1549.54
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 panes + hot dog frito							
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Salchicha "hot dog"	60.00	3.60	20.58	0.60	14.40	185.22	2.40	202.02
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
SUB TOTAL		10.86	34.12	61.17	43.44	307.08	244.68	
					V.C CENA			595.20
					% DIST. CENA			22



REPRESENTANTE DEL
JOSE ALBERTO POLO CASTAÑO
 DNI 07261988

REPRESENTANTE DEL
JOSE ALBERTO POLO CASTAÑO
 DNI 07261988

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

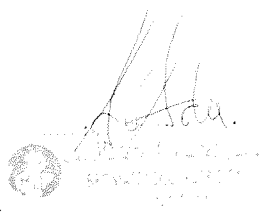
RELACION DE MENUS PROPUESTOS PARA NIÑOS DE 06 MESES A 03 AÑOS DEL E.P JAEN
MENUES CON APOORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/12/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/12/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/12/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/12/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/12/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan
8	28/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/12/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	31/12/2018	DESAYUNO	Quinua con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

12	1/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
13	2/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
14	3/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo + 01 pan
15	4/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina



REPRESENTANTE DE

JOSE ALBERTO POCO CASTAÑO
DNI 07261988

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

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

MENUES CON APORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
16	5/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
17	6/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
18	7/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
19	8/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
20	9/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
21	10/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan
22	11/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
23	12/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
24	13/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
25	14/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
26	15/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
27	16/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
28	17/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan

[Firma]
EL VICEPRESIDENTE
CONSORCIO INVERSIONES 1220 EIRL

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

29	18/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
30	19/01/2019	CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
		DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
31	20/01/2019	MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
		DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada

REPRESENTANTE DEL CONSEJO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

FORMATO N° C
DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO PARA
NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE JAEN

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Margarina							
Avena, hojuelas cruda	20.00	2.66	0.80	14.40	10.64	7.20	57.60	75.44
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina	7.00	0.06	0.04	0.74	0.22	0.32	2.94	3.48
SUB TOTAL		10.50	6.60	45.29	41.98	59.355	181.15	
					VCT DESAYUNO			282
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 pan frances							
Pan de labranza o francés	30.0	2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	84
SUB TOTAL		2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	
					VCT MEDIA MAÑANA			84
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
Almuerzo:	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/men	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo (3	60.0	4.92	0.30	46.68	19.68	2.70	186.72	209.10
Frijol canario crudo	60.0	10.77	1.03	5.97	43.10	9.30	23.88	76.28
Aceite vegetal	3.0	0.00	3.00	0.00	0.00	27.00	0.00	27.00
Ajos	2.50	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Plátano de seda	140	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		33.21	7.41	55.90	132.84	66.7278	223.59	
					VCT ALMUERZO			423
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Semola con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.38	25.94	85.98
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Sémola de Trigo	25.0	1.66	0.23	16.66	6.63	2.10	66.64	75.37
SUB TOTAL		5.82	5.05	24.13	23.29	45.47925	96.51	
					VCT MEDIA TARDE			165
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina							
Chuño blanco	25.00	0.13	0.00	15.54	0.50	0.00	62.16	62.66
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Maíz Morado	20.00	1.17	0.54	12.19	4.67	4.90	48.77	58.34
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Margarina	7.00	0.06	0.04	0.74	0.22	0.32	2.94	3.48
SUB TOTAL		4.23	0.67	54.92	16.92	6.021	219.69	
					VCT CENA			243
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		56.20	19.61	196.54				
VCT (Kcal.)		224.8	178.3	794.2				
VCT (%)		15%	15%	70%				
TOTAL VCT MENU							1197.3	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

[Firma]
 MARIANA A. VILCHES CASTAÑEDA
 NUTRICIONISTA
 CNP 5214

FORMATO N° C

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

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 Pan + Hígado frito							
Quinoa	20.00	7.82	6.06	0.36	31.28	54.54	1.44	87.26
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hígado de Pollo	20.00	3.92	0.92	0.00	15.68	8.28	0.00	23.96
SUB TOTAL		19.52	12.74	30.51	78.08	114.66	122.05	
					VCT DESAYUNO			315
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Maicena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.3755	25.94	86
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.42	0.51	0.3825	73.70	75
SUB TOTAL		4.29	4.86	25.89	17.17	43.758	103.57	
					VCT MEDIA MAÑANA			164
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta							
Pescado Toyo	120.0	15.71	0.34	0.84	62.83	3.02	3.36	69.22
Papa blanca	30.00	0.57	0.03	5.62	2.29	0.25	22.48	25.02
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.00	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Zapallo macre	10.00	0.05	0.01	0.43	0.19	0.12	1.72	2.02
Ajos	1.50	0.07	0.01	0.36	0.27	0.09	1.46	1.81
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Vainitas	4.00	0.01	0.00	0.42	0.05	0.02	1.70	1.77
Pera nacional	140.0	0.46	0.23	6.03	1.86	2.09	24.12	28.07
SUB TOTAL		23.46	1.53	76.11	93.82	13.7799	304.45	
					VCT ALMUERZO			412
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Jugo de naranja							
Naranja	140.00	0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	13.38
SUB TOTAL		0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	
					VCT MEDIA TARDE			13
					% DIST. MEDIA TARDE			9
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion							
Aceite vegetal	12.00	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	80.00	1.53	0.07	5.62	6.12	0.66	22.48	29.25
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Huevo de gallina. crudo	50.00	4.52	2.81	0.60	18.09	25.33	2.41	45.83
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		6.17	14.99	17.89	24.69	134.8812	71.57	
					VCT CENA			231
					% DIST. CENA			20
		VCT (Gr.)	53.62	34.18	153.44			
		VCT (Kcal.)	214.5	307.6	613.8			
		VCT (%)	15%	21%	64%			
TOTAL VCT MENU						1135.9	100%	



CONSORCIO DE ALIMENTOS DE JAEN

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° C

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

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24 - 31

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.21	3.86	0.83	24.84	34.78	3.31	62.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		17.32	10.62	48.98	69.26	95.616	195.92	
					VCT DESAYUNO			361
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 Pan de yema							
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	
					VCT MEDIA MAÑANA			98
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
Almuerzo:	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion							
Carne de res pulpa	70.0	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Ajos	0.50	0.02	0.00	0.12	0.09	0.03	0.49	0.60
Frijol canario crudo	60.00	13.01	1.25	35.76	52.03	11.23	143.04	206.30
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.15	0.04	0.07	0.58	0.69
Arvejas frescas (4)	2.00	0.14	0.01	0.38	0.57	0.11	1.50	2.18
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		34.68	3.30	98.81	138.71	29.7045	395.22	
					VCT ALMUERZO			564
					% DIST. ALMUERZO			44
REFRIGERIO	Yogurt							
Yogurt	125.0	5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	57.75
SUB TOTAL		5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			7
CENA:	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada							
Apio	1.00	0.01	0.00	0.05	0.03	0.02	0.19	0.24
Poro	1.00	0.02	0.01	0.06	0.09	0.06	0.24	0.38
Yuca amarilla	20.00	0.55	3.96	0.71	2.22	35.64	2.85	40.71
Fideos	20.00	1.86	0.04	13.02	7.44	0.36	52.08	59.88
Carne de Pollo Entero s/menu	100.00	16.27	2.84	0.00	65.10	25.60	0.00	90.69
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
SUB TOTAL		18.72	6.85	13.88	74.90	61.6896	55.53	
					VCT CENA			192
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	78.72	22.12	189.71				
	VCT (Kcal.)	314.9	199.1	758.8				
	VCT (%)	15%	20%	65%				
TOTAL VCT MENU							1272.8	100%



Consorcio de Servicios de Alimentación y Nutrición de la Provincia de Jaén

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
ONI 07261988

FORMATO Nº C

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

MENU Nº 04 - 11 - 18 - 25

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna							
Quinoa	20.00	7.04	5.45	2.38	28.15	49.09	9.52	86.76
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Aceituna	25.00	8.40	5.00	0.99	33.60	45.00	3.96	82.56
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		23.22	16.21	33.03	92.87	145.926	132.13	
					VCT DESAYUNO			371
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de papaya							
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Papaya	140.0	0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	42
SUB TOTAL		0.48	0.12	10.25	1.90	1.071	41.00	
					VCT MEDIA MAÑANA			44
					% DIST. MEDIA MAÑANA			5
ALMUERZO:	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Hígado de res	80.0	3.80	2.30	0.50	15.20	20.70	2.00	37.90
Aceite vegetal	1.50	0.00	1.50	0.00	0.00	13.50	0.00	13.50
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
Papa blanca	80.0	3.80	0.05	11.15	15.20	0.45	44.60	60.25
Zapallo macre	10.00	0.07	0.02	0.64	0.28	0.18	2.56	3.02
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Hierba luisa	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		14.28	4.28	75.31	57.12	38.5101	301.22	
					VCT ALMUERZO			397
					% DIST. ALMUERZO			43
REFRIGERIO	Maicena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.12	4.76	6.41	16.46	42.8652	25.64	85
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.21	0.50	0.378	72.83	74
SUB TOTAL		4.24	4.80	25.11	16.97	43.2432	100.43	
					VCT MEDIA TARDE			161
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + infusion							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.13	0.03	0.06	0.52	0.62
Carne de Pollo Entero s/menu	100.0	16.89	2.95	15.43	67.57	26.57	61.72	155.86
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		18.58	3.04	33.89	74.32	27.3519	135.57	
					VCT CENA			237
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		60.80	28.46	177.59				
VCT (Kcal.)		243.2	256.1	710.3				
VCT (%)		15%	21%	64%				
TOTAL VCT MENU							1209.6	100%



Consorcio de Alimentos y Bebidas de la Provincia de Jaén
CNO 5214

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

FORMATO NoC

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

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Margarina							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
leche evaporada	70.00	3.92	4.54	6.10	15.68	40.82	24.42	80.92
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sal	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
SUB TOTAL		8.56	10.67	44.35	34.25	95.994	177.40	
					VCT DESAYUNO			308
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de piña							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Piña	200.0	0.68	0.34	16.66	2.72	3.06	66.64	72
SUB TOTAL		0.68	0.34	18.63	2.72	3.06	74.50	
					VCT MEDIA MAÑANA			80
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
ALMUERZO:	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/men	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Papa blanca	60.0	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Zapallo macre	60.00	0.42	0.12	3.84	1.68	1.08	15.36	18.12
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Arvejas frescas (4)	10.00	0.38	0.03	1.02	1.53	0.29	4.06	5.89
Manzana	140.00	0.42	0.14	20.44	1.68	1.26	81.76	84.70
Manzanilla	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
SUB TOTAL		26.49	8.82	102.81	105.96	79.4142	411.26	
					VCT ALMUERZO			597
					% DIST. ALMUERZO			45
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Manzana	160.0	0.41	0.14	19.86	1.63	1.224	79.42	82
SUB TOTAL		0.41	0.14	21.82	1.63	1.224	87.29	
					VCT MEDIA TARDE			90
					% DIST. MEDIA TARDE			8
CENA:	Sopa de fideos con pollo + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/men	100.0	14.42	2.52	0.00	57.68	22.68	0.00	80.36
Fideos	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Apio	5	0.04	0.01	0.24	0.14	0.09	0.96	1.19
Poró	5	0.14	0.04	0.38	0.54	0.36	1.52	2.42
Hierba luisa	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
SUB TOTAL		14.59	2.57	1.11	58.36	23.13	4.45	
					VCT CENA			86
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	50.73	22.54	188.72				
	VCT (Kcal.)	202.9	202.8	754.9				
	VCT (%)	15%	20%	65%				
TOTAL VCT MENU							1160.6	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° C

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

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 01 pan + mermelada							
Soya	20.00	0.38	0.10	1.62	1.52	0.90	6.48	8.90
Mermelada De frutas	20.00	0.08	4.20	14.62	0.32	37.80	58.48	96.60
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		3.34	4.39	40.70	13.36	39.51	162.80	
					VCT DESAYUNO			216
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de mango							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Mango	140.00	0.56	0.28	22.3	2.24	2.52	89.04	93.80
SUB TOTAL		0.56	0.28	25.18	2.24	2.52	100.72	
					VCT MEDIA MAÑANA			105
					% DIST. MEDIA MAÑANA			12
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion							
Pescado Toyo	80.0	3.26	0.32	0.80	13.04	2.88	3.20	19.12
Arroz Pilado o pulido crudo (3	60.0	3.26	0.30	46.68	13.04	2.70	186.72	202.46
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Perejil	1.00	0.03	0.00	0.04	0.11	0.04	0.15	0.29
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Frijol canario crudo	60.00	13.14	1.26	36.12	52.56	11.34	144.48	208.38
Cebolla de cabeza (2)	2.00	0.02	0.00	0.15	0.08	0.02	0.61	0.70
Sal	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		19.75	2.89	88.95	79.00	26.03763	355.79	
					VCT ALMUERZO			460.83
					% DIST. ALMUERZO			38
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Manzana	150.00	0.29	0.10	14.02	1.15	0.86	56.06	58.08
SUB TOTAL		0.29	0.10	14.51	1.15	0.864	58.03	
					VCT MEDIA TARDE			60.05
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Arroz con leche + 01 pan + Margarina							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Arroz Pilado o pulido crudo (3	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sal	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		11.08	11.63	53.54	44.33	104.625	214.14	
					VCT CENA			363
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	35.02	19.28	222.87				
	VCT (Kcal.)	140.1	173.6	891.5				
	VCT (%)	13%	21%	66%				
					TOTAL VCT MENU		1205.1	100%



MINISTERIO DE SALUD

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° C

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

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
Leche evaporada	70.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.75	4.20	0.90	27.00	37.80	3.60	68.40
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		11.35	4.59	38.16	45.40	41.31	152.65	
					VCT DESAYUNO			239
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Pure de platano							
Plátano de seda	140.0	1.68	0.34	23.52	6.72	3.024	94.08	104
SUB TOTAL		1.68	0.34	23.52	6.72	3.024	94.08	
					VCT MEDIA MAÑANA			104
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
ALMUERZO:	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Papa blanca	60.0	1.03	0.05	10.97	4.13	0.44	43.89	48.46
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Carne de Pollo Entero s/menu	120	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Sal	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.43	10.47	88.69	17.71	94.2156	354.74	
					VCT ALMUERZO			467
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Anis + 01 pan + queso							
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hierbas	6.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Queso fresco de vaca	20.0	2.53	2.80	0.35	10.11	25.2	1.41	37
SUB TOTAL		5.41	2.89	22.88	21.63	26.01	91.50	
					VCT MEDIA TARDE			139
					% DIST. MEDIA TARDE			11
CENA:	Aguadito de higado de pollo + 01 pan							
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Papa blanca	40.0	0.69	0.03	7.31	2.76	0.30	29.26	32.31
Arroz Pilado o pulido crudo (3	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Espinaca blanca (2)	5.00	0.10	0.03	0.32	0.38	0.27	1.26	1.91
Apio	2.00	0.01	0.00	0.10	0.06	0.04	0.38	0.48
Poro	2.00	0.05	0.02	0.15	0.22	0.14	0.61	0.97
Hígado de Pollo	50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		7.13	1.32	49.60	28.50	11.853	198.39	
					VCT CENA			239
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		29.99	19.60	222.84				
VCT (Kcal.)		120.0	176.4	891.4				
VCT (%)		10%	20%	70%				
TOTAL VCT MENU					1187.7		100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

CONSORCIO

INVERSIONES 1220 EIRL - FRANCISCO JAVIER SANDOVAL BUITRAGO

ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

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

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

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 2750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
		DESAYUNO	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote
1	21.12/22.12/23.12	ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + Infusion
		DESAYUNO	Avena + Fruta + 03 panes + Queso
2	24.12/25.12/26.12	ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + tortilla de verduras
3	27.12/28.12/29.12	ALMUERZO	Papa a la huancaina + Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion
		DESAYUNO	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza
4	30.12/31.12/01.01	ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Higado saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo
5	02.01/03.01/04.01	ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta
		CENA	Sopa sancocado con res (presa) + Fruta + Infusion
		DESAYUNO	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes + palta
6	05.01/06.01/07.01	ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arros graneado + Pollo mechado + Pure de papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion
		DESAYUNO	Sopa de pollo + 01 pan + Infusion
7	08.01/09.01/10.01	ALMUERZO	Sancochado de res + Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Mollejititas guisadas + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote
8	11.01/12.01/13.01	ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquitos con carne con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion
		DESAYUNO	Avena con leche + Fruta + 03 panes + Queso
9	14.01/15.01/16.01	ALMUERZO	Ocopa + Arroz graneado + Pollo saltado + Menestra + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Picante de pollo + infusion
		DESAYUNO	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza
10	17.01/18.01/19.01	ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de gallina + Fruta + Infusion
		DESAYUNO	Quinua + Fruta + 03 panes + palta
11	20/01/2019	ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Sarza + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + Saltadito de higado + papa + Infusion



CONSORCIO INVERSIONES 1220 EIRL

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE DE E.P. SAN IGNACIO QUE LABORA 24 X 48 HORAS

DIA MARTES 25 - 12 - 2018

NAVIDAD

POLLADA CON PAPA SANCOCHADA + ENSALADA FRESCA								
ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
Carne de Pollo Entero s/menudencia	200.00	41.20	7.20	0.00	164.80	64.80	0.00	229.60
Papa blanca	100.00	2.10	0.10	22.30	8.40	0.90	89.20	98.50
Lechuga redonda	30.00	0.39	0.06	0.63	1.56	0.54	2.52	4.62
Tomate	20.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Pepinillo o Pepino de mesa	20.00	0.10	0.02	0.52	0.40	0.18	2.08	2.66
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.00	1.55	1.63
SUB TOTAL		43.99	7.44	24.86	175.98	66.94	99.45	
					VCT	342.4		


 Lic. Ricardo A. Morales Castañeda
 SERVICIO DE NUTRICIÓN
 2018

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSÉ ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

40

ADICIONAL PARA EL PERSONAL DE SEGURIDAD DEL INPE DE E.P. SAN IGNACIO QUE LABORA 24 X 48 HORAS

DIA MARTES 01 - 01 - 2019

AÑO NUEVO

ADOBO DE CERDO + CAMOTE							
ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES		
					PROT	GRASAS	CHO
Carne de cerdo	152.00	21.89	22.95	0.00	87.55	206.57	0.00
Comino	0.20	0.01	0.00	0.16	0.03	0.00	0.64
Aji panca	2.00	0.05	0.02	0.24	0.21	0.20	0.95
Sal	0.20	0.00	0.00	0.02	0.01	0.01	0.07
Aceite vegetal	2.00	0.00	2.00	0.00	0.00	18.00	0.00
Camote	40.00	7.12	0.08	0.40	28.48	0.72	1.60
SUB TOTAL		29.07	25.06	0.81	116.28	225.50	3.25
					VCT		
							345.03

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988



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

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		30.00	10.47	107.57	120.00	94.23	430.26	
					V.C DESAYUNO			644.49
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	20.00	1.46	0.68	15.24	5.84	6.12	60.96	72.92
SUB TOTAL		68.38	19.21	233.24	273.53	172.91	932.97	
					V.C ALMUERZO			1379.41
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	135.31	132.02	175.99	541.23	
					V.C CENA			849.23
					% DIST. CENA			30
					131.39	49.24	476.12	
					525.5	443.1	1904.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU		2873.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

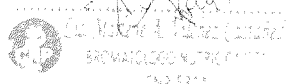
JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

INPE INIA
NUTRICIONISTA
CNP 5816

FORMATO N° 8
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU° 01

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe + 02 panes + Chanfainita con mote							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	50.00	8.60	0.55	0.50	34.40	4.95	2.00	41.35
Papa blanca	180.00	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Maíz Mote de	40.00	1.04	0.52	8.44	4.16	4.68	33.76	42.60
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
SUB TOTAL		21.40	9.92	107.07	85.60	89.28	428.26	
					V.C DESAYUNO			603.14
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Ensalada surtida + Arroz graneado + Adobo de res + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Frijol canario crudo	80.00	17.52	1.68	48.16	70.08	15.12	192.64	277.84
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Pepinillo	20.00	1.74	7.97	0.18	6.98	71.71	0.70	79.39
Limón	15.00	0.06	0.02	1.16	0.24	0.22	4.66	5.11
Papaya	150.00	0.48	0.12	9.84	1.92	1.08	39.36	42.36
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	20.00	1.46	0.68	15.24	5.84	6.12	60.96	72.92
SUB TOTAL		68.38	19.21	233.24	273.53	172.91	932.97	
					V.C ALMUERZO			1379.41
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltadito de pollo + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Carne de Pollo Entero s/menudencia	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Papa blanca	180.0	3.02	0.14	32.11	12.10	1.30	128.45	141.84
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Tomate	30.0	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		33.00	19.55	135.31	132.02	175.99	541.23	
					V.C CENA			849.23
					% DIST. CENA			30
					122.79	48.69	475.62	
					491.1	438.2	1902.5	
					12%	25%	63%	
					V.C.T MENU			2831.8
								100%



REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° 8
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 02

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + Fruta + 03 panes + queso							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Queso fresco de vaca	60.00	9.48	10.50	1.32	37.92	94.50	5.28	137.70
SUB TOTAL		25.50	17.17	110.80	101.98	154.53	443.20	
					V.C DESAYUNO			699.71
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Sopa de semola con pollo + Arroz graneado + Cau cau a la criolla con papa + Fruta + Refresco							
Sémola de Trigo	30.00	2.34	0.33	23.52	9.36	2.97	94.08	106.41
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Mondongo de res	150.00	25.35	5.25	1.50	101.40	47.25	6.00	154.65
Zanahoria	15.00	0.98	1.32	6.90	3.94	11.88	27.60	43.42
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Aji amarillo	10.00	0.14	0.04	0.93	0.58	0.36	3.71	4.65
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	19.30	251.50	255.94	173.68	1006.01	
					V.C ALMUERZO			1435.64
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Corazon estofado + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Corazón de res	100.00	4.00	0.20	79.40	16.00	1.80	317.60	335.40
Papa blanca	130.00	2.73	0.13	28.99	10.92	1.17	115.96	128.05
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		16.40	6.18	197.05	65.62	55.58	788.19	
					V.C CENA			909.39
					% DIST. CENA			30
					105.89	42.64	559.35	
					423.5	383.8	2237.4	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU		3044.7	100%


 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

FORMATO N° 8

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

MENU° 03

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + Tortilla de verduras							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Col	30.00	0.51	0.06	3.54	2.04	0.54	14.16	16.74
SUB TOTAL		21.78	15.90	93.21	87.10	143.06	372.84	
					V.C DESAYUNO			603.00
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Papa a la huancaína +Tallarines rojos + Pollo mechado + Fruta + Refresco							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Aji amarillo	10.00	0.18	0.05	1.16	0.72	0.45	4.64	5.81
Galletas de soda	15.00	1.52	2.21	10.20	6.06	19.85	40.80	66.71
Queso fresco de vaca	10.00	1.58	1.75	0.22	6.32	15.75	0.88	22.95
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Lechuga redonda	20.00	0.21	0.03	0.34	0.83	0.29	1.34	2.46
Fideos tallarín	150.00	14.25	0.15	104.40	57.00	1.35	417.60	475.95
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Zanahoria	20.00	1.31	1.76	9.20	5.25	15.84	36.80	57.89
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	30.00	0.55	0.10	1.80	2.21	0.86	7.20	10.27
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Maracuyá	30.00	0.22	0.02	3.79	0.86	0.22	15.17	16.25
SUB TOTAL		59.17	34.84	196.58	236.68	313.57	786.32	
					V.C ALMUERZO			1336.56
					% DIST. ALMUERZO			48
CENA	Arroz graneado + Aji de pollo + Papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Pechuga	100.00	19.20	2.90	0.00	76.80	26.10	0.00	102.90
Aceite vegetal	12.0	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	150.0	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Aji amarillo	15.0	0.22	0.06	1.39	0.86	0.54	5.57	6.97
Cebolla de cabeza	60.0	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Galletas de soda	15.0	1.21	1.76	8.16	4.85	15.88	32.64	53.36
Leche evaporada	20.0	1.12	1.30	1.74	4.48	11.66	6.98	23.12
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.75	18.78	131.34	131.01	169.04	525.34	
					V.C CENA			825.39
					% DIST. CENA			30
					113.70	69.52	421.13	
					454.8	625.7	1684.5	
					11%	28%	61%	
					V.C.T MENU		2764.9	100%

3

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° 8
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 04

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORÍAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Leche con quinua + Fruta + 03 panes + 01 Tamal con sarza							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.33
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Tamal	150.00	0.00	0.00	15.00	0.00	0.00	60.00	60.00
SUB TOTAL		26.98	19.04	101.93	107.90	171.32	407.72	
					V.C DESAYUNO			686.94
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Ensalada mixta + Arroz graneado + Hígado saltado + Menestra + Fruta + Refresco							
Lechuga redonda	60.00	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Tomate	40.00	0.32	0.08	1.72	1.28	0.72	6.88	8.88
Pepinillo o Pepino de mesa	40.00	0.20	0.04	1.04	0.80	0.36	4.16	5.32
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Hígado de res	150.00	24.00	5.52	1.20	96.00	49.68	4.80	150.48
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		54.71	32.69	209.01	218.84	294.23	836.03	
					V.C ALMUERZO			1349.09
					% DIST. ALMUERZO			47
CENA	Arroz graneado + Pescado frito + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	27.00	0.00	27.00	0.00	0.00	243.00	0.00	243.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Toyo	130.00	24.31	0.52	1.30	97.24	4.68	5.20	107.12
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Lechuga redonda	60.0	0.78	0.12	1.26	3.12	1.08	5.04	9.24
Cebolla de cabeza	30.0	0.69	0.12	2.25	2.76	1.08	9.00	12.84
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.96	28.35	108.65	135.84	255.15	434.60	
					V.C CENA			825.59
					% DIST. CENA			29
					115.64	80.08	419.59	
					462.6	720.7	1678.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU		2861.6	100%

[Firma]
 J. Alberto Polo Castaneda
 DNI 07261988

REPRESENTANTE DEL COMANDO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

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

MENU° 05

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Emoliente + 01 pan + Sopa de mondongo							
Cebada tostada y molida	30.00	2.31	0.24	23.91	9.24	2.16	95.64	107.04
Linaza	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Pan francés	30.00	3.63	1.77	15.54	14.52	15.93	62.16	92.61
Maíz Mote de	60.00	1.56	0.78	12.66	6.24	7.02	50.64	63.90
Cebolla china	5.00	0.12	0.02	0.38	0.46	0.18	1.50	2.1
Mondongo de res	100.00	16.90	3.50	1.00	67.60	31.50	4.00	103.10
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	20.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		26.50	21.44	98.65	106.00	192.96	394.58	
					V.C DESAYUNO			693.54
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Ensalada rusa + Arroz graneado + Asado de res + Menestra + Fruta + Refresco de fruta							
Vainitas	40.00	0.20	0.04	7.08	0.80	0.36	28.32	29.48
Zanahoria	30.00	0.18	0.15	2.76	0.72	1.35	11.04	13.11
Papa blanca	60.00	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Remolacha raíz	30.00	0.51	0.03	2.85	2.04	0.27	11.40	13.71
Limón	10.00	0.05	0.02	0.97	0.20	0.18	3.88	4.26
Carne de res pulpa	60.00	10.22	0.77	0.00	40.90	6.91	0.00	47.81
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Frijol panamito	80.00	17.20	1.36	48.56	68.80	12.24	194.24	275.28
Tomate	15.00	0.10	0.02	0.52	0.38	0.22	2.06	2.66
Cebolla de cabeza	20.00	0.37	0.06	1.20	1.47	0.58	4.80	6.85
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		72.50	11.65	250.03	289.99	104.81	1000.12	
					V.C ALMUERZO			1394.93
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Sopa sancochado con res (presa) + Fruta + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	50.00	4.10	0.25	38.90	16.40	2.25	155.60	174.25
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	30.00	0.21	0.06	1.92	0.84	0.54	7.68	9.06
Carne de res pulpa	100.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Aceite vegetal	25.0	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Lima	150.0	0.90	0.60	8.85	3.60	5.40	35.40	44.40
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		23.55	27.43	86.25	94.20	246.87	344.98	
					V.C CENA			686.05
					% DIST. CENA			25
					122.55	60.52	434.92	
					490.2	544.6	1739.7	
					13%	25%	62%	
					V.C.T MENU		2774.5	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988



Dr. Mariela A. Velasco Castañeda
DIETISTA NUTRICIONISTA
CNP 5278

FORMATO N° B

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

MENU° 06

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con cocoa + Fruta + 03 panes con palta							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Cocoa	5.00	0.95	0.86	2.39	3.80	7.70	9.56	21.06
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Plátano de seda	120.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.76	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		18.16	16.28	105.96	72.62	146.48	423.84	
					V.C DESAYUNO			642.94
					% DIST. DESAYUNO			21
ALMUERZO	Sopa a la minuta con carne molida + Arroz graneado + Pollo mechado + Pure de papa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Porro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Carne de res, molida	60.00	12.78	0.96	0.00	51.12	8.64	0.00	59.76
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de pollo (presas)	160.00	30.22	4.64	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Cebolla china	20.00	0.13	0.02	0.94	0.51	0.14	3.78	4.43
Tomate	25.00	0.16	0.04	0.86	0.64	0.36	3.44	4.44
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		65.70	43.17	238.40	262.79	388.49	953.62	
					V.C ALMUERZO			1604.90
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz graneado + Picante de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res, pulpa	80.00	17.04	1.28	0.00	68.16	11.52	0.00	79.68
Papa blanca	120.00	2.02	0.10	21.41	8.06	0.86	85.63	94.56
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Anis	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.86	22.07	117.22	111.44	198.59	468.86	
					V.C CENA			778.90
					% DIST. CENA			26
					111.71	81.51	461.58	
					446.9	733.6	1846.3	
					15%	28%	57%	
					V.C.T MENU			3026.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° 10
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 07

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


 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

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

MENU° 08

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cocoa + 02 panes + Chanfainita con mote							
Cocoa	10.00	1.90	1.71	4.78	7.60	15.39	19.12	42.11
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Maíz Mote de	90.00	2.34	1.17	18.99	9.36	10.53	75.96	95.85
SUB TOTAL		28.70	7.52	100.09	114.80	67.68	400.34	
					V.C DESAYUNO			582.82
					% DIST. DESAYUNO			19
ALMUERZO	Sopa de trigo con pollo + Arroz graneado + Olluquito con carne con papa + Fruta + Refresco							
Trigo	30.00	2.58	0.45	22.11	10.32	4.05	88.44	102.81
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Zapallo macre	40.00	3.28	4.40	23.00	13.12	39.60	92.00	144.72
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	120.00	25.56	1.92	0.00	102.24	17.28	0.00	119.52
Ollucos	150.00	1.32	0.12	17.16	5.28	1.08	68.64	75.00
Papa blanca	100.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		60.27	50.12	262.51	241.08	451.10	1050.04	
					V.C ALMUERZO			1742.22
					% DIST. ALMUERZO			56
CENA	Arroz a la cubana + Ensalada + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Plátano verde (3)	100.0	0.80	0.16	32.72	3.20	1.44	130.88	135.52
Lechuga redonda	60.0	0.62	0.10	1.01	2.50	0.86	4.03	7.39
Pepinillo o Pepino de mesa	40.0	0.16	0.03	0.83	0.64	0.29	3.33	4.26
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Tomate	20.0	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		17.21	20.82	126.40	68.85	187.36	505.58	
					V.C CENA			761.79
					% DIST. CENA			25
					106.18	78.46	488.99	
					424.7	706.1	1956.0	
					12%	20%	68%	
					V.C.T MENU		3086.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

[Firma]
 Dr. Arturo A. Muñoz Castañeda
 BIOMATÓLOGO NUTRICIONISTA
 CNP 5871

FORMATO N° 8
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 09

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

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 ONI 07261988

FORMATO N° 43

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

MENU° 10

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + Fruta + 03 panes + 01 tamal con sarza							
Soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Cebolla de cabeza	30.00	0.69	0.12	2.25	2.76	1.06	9.00	12.84
Limón	5.00	0.03	0.01	0.49	0.10	0.09	1.94	2.13
Tamal	150.00	0.00	12.10	57.30	0.00	108.90	229.20	338.10
SUB TOTAL		12.80	18.03	153.41	51.20	162.23	613.62	
					V.C DESAYUNO			827.05
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Sopa de pollo + Arroz graneado + Pollo al horno + Ensalada + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Maíz Fresco. Choclo	30.00	0.99	0.24	8.34	3.96	2.16	33.36	39.48
Arvejas frescas	20.00	1.31	0.08	12.45	5.25	0.72	49.79	55.76
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	9.89	1.73	0.00	39.55	15.55	0.00	55.10
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de pollo (presas)	160.0	32.16	32.32	0.00	128.64	290.88	0.00	419.52
Tomate	25.00	0.17	0.04	0.91	0.68	0.38	3.66	4.72
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Mango	150.00	0.60	0.30	23.85	2.40	2.70	95.40	100.50
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.54	61.07	233.89	254.17	549.67	935.57	
					V.C ALMUERZO			1739.41
					% DIST. ALMUERZO			51
CENA	Sopa de gallina + fruta + infusion							
Plátano de seda	150.00	2.25	0.45	31.50	9.00	4.05	126.00	139.05
Fideos	60.0	5.64	0.12	46.92	22.56	1.08	187.68	211.32
Ajos	30.0	1.43	0.20	7.75	5.71	1.84	31.01	38.56
Carne de Gallina Pierna, pulpa	100.0	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Huevo de gallina. Crudo	55.0	7.43	4.62	0.99	29.70	41.58	3.96	75.24
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		37.34	28.99	116.65	149.37	260.95	466.61	
					V.C CENA			876.93
					% DIST. CENA			25
					113.69	108.09	503.95	
					454.7	972.8	2015.8	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			3443.4
								100%

REPRESENTANTE DEL COMSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° 8
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA PERSONAL INPE DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE CAJAMARCA

MENU° 11

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinua + Fruta + 03 panes + Palta							
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Mandarina	120.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	26.00	0.00	0.00	25.56	0.00	0.00	102.23	102.23
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Palta	70.00	1.19	8.75	3.92	4.73	78.75	15.68	99.19
SUB TOTAL		22.58	22.00	86.87	90.30	197.96	347.47	
					V.C DESAYUNO			635.73
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Sopa de fideos con pollo + Arroz con pollo + Zarsa + Fruta + Refresco							
Fideos	30.00	2.82	0.06	23.46	11.28	0.54	93.84	105.66
Apio	10.00	0.07	0.02	0.48	0.28	0.18	1.92	2.38
Poro	10.00	0.27	0.08	0.76	1.08	0.72	3.04	4.84
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Papa blanca	40.00	0.84	0.04	8.92	3.36	0.36	35.68	39.40
Carne de Pollo Entero s/menudencia	60.00	12.36	2.16	0.00	49.44	19.44	0.00	68.88
Zapallo macre	40.00	2.62	3.52	18.40	10.50	31.68	73.60	115.78
Carne de Pollo Entero s/menudencia	160.00	26.37	4.61	0.00	105.47	41.47	0.00	146.94
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Cebolla de cabeza	60.00	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Cilandro	10.00	0.33	0.13	0.70	1.32	1.17	2.80	5.29
Arvejas frescas	20.00	1.64	0.10	15.56	6.56	0.90	62.24	69.70
Zanahoria	20.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Espinaca negra	10.00	0.22	0.07	0.39	0.90	0.65	1.57	3.11
Manzana	150.00	0.36	0.12	17.52	1.44	1.08	70.08	72.60
Azúcar rubia	20.00	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Limón	20.00	0.08	0.03	1.55	0.32	0.29	6.21	6.82
SUB TOTAL		63.99	39.31	244.98	255.94	353.81	979.94	
					V.C ALMUERZO			1589.69
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + Saltado de higado + papa + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Aceite vegetal	26.00	0.00	26.00	0.00	0.00	234.00	0.00	234.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Tomate	30.00	0.24	0.06	1.29	0.96	0.54	5.16	6.66
Papa blanca	180.0	3.78	0.18	40.14	15.12	1.62	160.56	177.30
Cebolla de cabeza	60.0	1.38	0.24	4.50	5.52	2.16	18.00	25.68
Hierba luisa	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
SUB TOTAL		33.34	31.61	149.48	133.36	284.49	597.92	
					V.C CENA			1015.77
					% DIST. CENA			31
					119.90	92.92	481.33	
					479.6	836.3	1925.3	
					14%	22%	64%	
					V.C.T MENU			3241.2
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261968

28

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

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

MENUS CON APORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
1	21/12/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado a la cubana + infusion
	Sabado	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + mermelada
2	22/12/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito
3	23/12/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla de verduras
	Lunes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platano
4	24/12/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Pota+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Quinua + 03 panes + queso
5	25/12/2018	ALMUERZO	arroz graneado + estofado de pollo (presa) + papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de arrozillo con res con hueso
	Miercoles	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Aceituna
6	26/12/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café + 03 panes + 01 Huevo sancochado
7	27/12/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (entero)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
8	28/12/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + guiso de pollo + infusion
	Sabado	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + atun encebollado
9	29/12/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + estofado de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
	Domingo	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + manjar blanco
10	30/12/2018	ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Lunes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + camote frito
11	31/12/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de res + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Avena + 03 panes + Mantequilla
12	1/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado con pollo mechado(presa) + papa+ Fruta + Refresco+ ensalada
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
	Miercoles	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + aceituna
13	2/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja +Yuca+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
	Jueves	DESAYUNO	Café de cebada + 03 panes + 01 huevo sancochado
14	3/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito (entero)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Viernes	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
15	4/11/2018	ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado a la cubana + infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

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

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

MENUS CON APOORTE MINIMO DE 2500 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
	Jueves	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + mermelada
16	5/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Viernes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito
17	6/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla de verduras
	Sabado	DESAYUNO	Soya + 03 panes + platanos
18	7/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Pota+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion
	Domingo	DESAYUNO	Quinua + 03 panes + queso
19	8/01/2019	ALMUERZO	arroz graneado + estofado de pollo (presa) + papa+ Fruta + Refresco
		CENA	Sopa de arrozillo con res con hueso
	Lunes	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + Aceituna
20	9/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de molleja + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Café + 03 panes + 01 Huevo sancochado
21	10/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado (entero)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Miercoles	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
22	11/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + guiso de pollo + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + atun encebollado
23	12/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + estofado de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Mazamorra con leche + 02 panes
	Viernes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + manjar blanco
24	13/01/2019	ALMUERZO	Arroz a la jardinera con Huevo sancochado + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Sabado	DESAYUNO	Soya + 03 panes + camote frito
25	14/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado + saltadito de res + Infusion
	Domingo	DESAYUNO	Avena + 03 panes + Mantequilla
26	15/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado con pollo mechado(presa) + papa+ Fruta + Refresco+ ensalada
		CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo
	Lunes	DESAYUNO	Avena con leche + 03 panes + aceituna
27	16/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de molleja +Yuca+ Fruta + Refresco
		CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion
	Martes	DESAYUNO	Café de cebada + 03 panes + 01 huevo sancochado
28	17/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito (entero)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con hot dog frito
	Miercoles	DESAYUNO	Soya + 03 panes + Jamonada
29	18/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz graneado a la cubana + infusion
	Jueves	DESAYUNO	Cebada + 03 panes + mermelada
30	19/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + Seco de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco
		CENA	Arroz con leche + 02 panes
	Martes	DESAYUNO	Leche con quinua + 03 panes + Camote frito
31	20/01/2019	ALMUERZO	Arroz graneado + cau cau de pollo + Fruta + Refresco
		CENA	Infusion + 02 Panes con tortilla de verduras

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 01 - 15 - 29

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
soya	25.00	0.48	0.13	2.03	1.90	1.13	8.10	11.13
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		17.65	17.24	73.62	70.58	155.12	294.48	
					V.C DESAYUNO			520.18
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Chanfainita de res con papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pulmón de res	100.00	17.20	1.10	1.00	68.80	9.90	4.00	82.70
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		37.69	33.85	215.50	150.74	304.69	862.01	
					V.C ALMUERZO			1317.44
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado a la cubana + infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Plátano de seda	200.0	2.40	0.48	33.60	9.60	4.32	134.40	148.32
Azúcar rubia	20.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Menta	10.0	0.03	0.01	1.15	0.12	0.09	4.60	4.81
SUB TOTAL		17.91	15.98	125.51	71.64	143.82	502.04	
					V.C CENA			717.50
					% DIST. CENA			28
VCT (Gr.)					73.24	67.07	414.63	
VCT (Kcal.)					293.0	603.6	1658.5	
VCT (%)					11%	24%	65%	
V.C.T MENU							2555.1	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261968

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

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con Leche + 03 panes + Platano							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Plátano de isla	150.00	1.35	0.60	35.40	5.40	5.40	141.60	152.40
SUB TOTAL		23.97	16.63	118.02	95.86	149.67	472.06	
					V.C DESAYUNO			717.59
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res (Presa)+ Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	42.00	0.00	42.00	0.00	0.00	378.00	0.00	378.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
Arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Mandarina	150.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		52.80	46.35	194.18	211.18	417.13	776.72	
					V.C ALMUERZO			1405.04
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Arroz con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.0	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pasas sin semilla	3.0	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
SUB TOTAL		12.71	6.18	91.96	50.85	55.64	367.84	
					V.C CENA			474.32
					% DIST. CENA			18
					89.47	69.16	404.15	
					357.9	622.4	1616.6	
					11%	26%	63%	
					V.C.T MENU			2596.9
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

[Firma]
Dr. Roberto A. Velasco Castañeda
BIOMATECOLOGO NUTRICIONISTA
CNP 5814

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 3 - 17 - 31

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:		Leche con quinua + 03 panes + Camote frito						
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Quinua	25.00	9.78	7.58	0.45	39.10	68.18	1.80	109.08
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		29.67	32.71	88.70	118.66	294.35	354.78	
					V.C DESAYUNO			767.79
					% DIST. DESAYUNO			30
ALMUERZO		Arroz Graneado + cau cau de pollo + Fruta + refresco						
Arroz Pilado o pulido crudo	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Cebolla de cabeza	15.00	0.21	0.03	1.70	0.84	0.27	6.78	7.89
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Ají amarillo	15.00	0.11	0.08	1.06	0.43	0.76	4.22	5.41
Arvejas frescas	30.00	1.70	0.14	4.51	6.82	1.30	18.05	26.16
Zanahoria	25.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	1.75	0.82	18.29	7.01	7.34	73.15	87.50
SUB TOTAL		41.43	31.24	214.47	165.74	281.20	857.86	
					V.C ALMUERZO			1304.80
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA		Infusion + 02 panes con tortilla de Verduras						
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Huevo de gallina. Crudo	30.0	3.44	2.14	0.46	13.77	19.28	1.84	34.88
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Harina de trigo	10.00	1.05	0.20	7.48	4.20	1.80	29.92	35.92
Pan francés	60.0	6.17	3.01	26.42	24.68	27.08	105.67	157.44
SUB TOTAL		10.66	15.35	68.76	42.65	138.16	275.05	
					V.C CENA			455.86
					% DIST. CENA			18
VCT (Gr.)					81.76	79.30	371.92	
VCT (Kcal.)					327.1	713.7	1487.7	
VCT (%)					13%	28%	59%	
					V.C.T MENU			2528.4
								100%

[Firma]
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 ONI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 4 - 18

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + platano							
Soya	25.00	7.05	4.73	8.93	28.20	42.53	35.70	106.43
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Plátano verde (3)	150.00	1.50	0.30	61.35	6.00	2.70	245.40	254.10
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		19.44	20.34	131.64	77.76	183.02	526.56	
					V.C DESAYUNO			787.34
					% DIST. DESAYUNO			29
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Pota+ Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	5.00	0.28	0.04	1.52	1.12	0.36	6.08	7.56
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	40.00	0.74	0.13	2.40	2.94	1.15	9.60	13.70
Plátano de seda	160.00	1.92	0.38	26.88	7.68	3.46	107.52	118.66
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		31.58	27.73	237.56	126.31	249.57	950.25	
					V.C ALMUERZO			1326.13
					% DIST. ALMUERZO			49
CENA	Arroz graneado + saltadito de molleja + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Molleja de Pollo	100.00	19.70	4.50	0.00	78.80	40.50	0.00	119.30
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Cebolla de cabeza	60.0	0.67	0.10	5.42	2.69	0.86	21.70	25.25
Azúcar rubia	5.0	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		27.75	20.05	80.36	111.01	180.41	321.44	
					V.C CENA			612.86
					% DIST. CENA			22
					VCT (Gr.)	78.77	68.11	449.56
					VCT (Kcal.)	315.1	613.0	1798.2
					VCT (%)	12%	22%	66%
					V.C.T MENU		2726.3	100%

REPRESENTANTE DEL COMBORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

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

MENU° 05 - 19

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa+ 03 panes + queso							
Quinoa Cruda	25.00	3.40	1.45	16.58	13.60	13.05	66.30	92.95
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Queso fresco de vaca	40.00	6.32	7.00	0.88	25.28	63.00	3.52	91.80
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		20.61	13.76	108.31	82.44	123.84	433.24	
					V.C DESAYUNO			639.52
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + estofado de pollo (presa) + papa + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	2.00	0.01	0.02	0.61	0.04	0.14	2.43	2.62
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	45.00	0.02	0.07	1.55	0.08	0.65	6.19	6.92
Cebolla de cabeza	60.00	0.01	0.20	3.83	0.04	1.84	15.30	17.18
Zanahoria	40.00	0.04	0.16	2.94	0.16	1.44	11.78	13.38
Naranja	150.00	0.00	0.24	12.12	0.00	2.16	48.48	50.64
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.02	0.03	3.95	0.08	0.23	15.80	16.11
SUB TOTAL		47.88	42.35	202.86	191.52	381.12	811.44	
					V.C ALMUERZO			1384.08
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Sopa de arrocillo con res con hueso							
Arroz Pilado o pulido crudo	40.00	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Zapallo macre	50.00	0.01	0.10	3.20	0.04	0.90	12.80	13.74
Apio	15.00	0.11	0.03	0.72	0.42	0.27	2.88	3.57
Poro	20.00	0.02	0.16	1.52	0.08	1.44	6.08	7.60
Zanahoria	35.00	0.00	0.18	3.22	0.00	1.58	12.88	14.46
Carne de res pecho	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Papa blanca	100.0	1.79	0.09	18.96	7.14	0.77	75.82	83.73
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		26.50	17.35	58.74	106.00	156.15	234.94	
					V.C CENA			497.09
					% DIST. CENA			20
					VCT (Gr.)	94.99	73.46	369.91
					VCT (Kcal.)	380.0	661.1	1479.6
					VCT (%)	15%	26%	59%
					V.C.T MENU			2520.7
								100%

REPRESENTANTE DEL COMITÉ

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 06 - 20

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche+ 03 panes + Aceituna							
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Avena	25.00	6.05	5.13	0.25	24.20	46.13	1.00	71.33
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		25.82	39.42	64.33	103.28	354.74	257.32	
					V.C DESAYUNO			715.34
					% DIST. DESAYUNO			25
ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de molleja + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		21.87	22.83	309.54	87.46	205.51	1238.15	
					V.C ALMUERZO			1531.12
					% DIST. ALMUERZO			53
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Cebolla china	10.0	0.06	0.01	0.47	0.26	0.07	1.89	2.22
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
Sillao	5.0	0.57	0.48	0.05	2.26	4.32	0.20	6.78
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	19.66	0.00	0.00	78.64	78.64
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.66	17.06	90.74	130.64	153.52	362.97	
					V.C CENA			647.13
					% DIST. CENA			22
VCT (Gr.)					80.35	79.31	464.61	
VCT (Kcal.)					321.4	713.8	1858.4	
VCT (%)					11%	25%	64%	
					V.C.T MENU			2893.6
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 07 - 21

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Café + 03 panes + 01 Huevo sancochado							
Café sin azúcar	10.00	0.03	0.01	0.08	0.12	0.09	0.32	0.53
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		19.02	10.36	82.19	76.08	93.24	328.74	
					V.C DESAYUNO			498.06
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado sudado(Entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	32.00	0.00	32.00	0.00	0.00	288.00	0.00	288.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
arvejas secas	80.00	5.68	0.48	15.04	22.72	4.32	60.16	87.20
tomate	30.00	0.19	0.05	1.03	0.77	0.43	4.13	5.33
Cebolla de cabeza	60.00	1.10	0.19	3.60	4.42	1.73	14.40	20.54
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		63.94	37.41	203.77	255.77	336.71	815.07	
					V.C ALMUERZO			1407.54
					% DIST. ALMUERZO			56
CENA	Infusion + 2 panes con hot dog frito							
Menta	40.0	0.12	0.04	4.60	0.48	0.36	18.40	19.24
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Salchicha "hot dog"	60.00	3.60	20.58	0.60	14.40	185.22	2.40	202.02
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
SUB TOTAL		10.98	34.16	65.77	43.92	307.44	263.08	
					V.C CENA			614.44
					% DIST. CENA			24

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
 DNI 07261988

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 08 - 22

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Jamonada							
Soya	30.00	0.57	0.15	2.43	2.28	1.35	9.72	13.35
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Jamonada	40.00	6.28	11.80	0.40	25.12	106.20	1.60	132.92
SUB TOTAL		17.74	17.26	83.86	70.96	155.34	335.42	
					V.C DESAYUNO			561.72
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + saltado de higado+ Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Hígado de res	100.00	20.00	4.60	1.00	80.00	41.40	4.00	125.40
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Lima	150.00	0.72	0.48	7.08	2.88	4.32	28.32	35.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		39.66	37.21	212.80	158.63	334.89	851.21	
					V.C ALMUERZO			1344.73
					% DIST. ALMUERZO			52
CENA	Arroz graneado + guiso de pollo + infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Tomate	10.0	0.06	0.02	0.34	0.26	0.14	1.38	1.78
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		28.32	19.11	95.84	113.28	172.03	383.36	
					V.C CENA			668.66
					% DIST. CENA			26
					VCT (Gr.)	85.72	73.58	392.50
					VCT (Kcal.)	342.9	662.3	1570.0
					VCT (%)	13%	26%	61%
					V.C.T MENU			2575.1
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° A

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

MENU° 09 - 23

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cebada + 03 panes + atun encebollado							
Cebada tostada y molida	15.00	0.02	0.12	11.96	0.08	1.08	47.82	48.98
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Atún en aceite, enlatado	40.00	9.68	8.20	0.40	38.72	73.80	1.60	114.12
Cebolla de cabeza	20.00	0.01	0.08	1.50	0.04	0.72	6.00	6.76
SUB TOTAL		20.60	13.71	94.88	82.40	123.39	379.52	
					V.C DESAYUNO			585.31
					% DIST. DESAYUNO			22
ALMUERZO	Arroz graneado + estofado de res (presa) + menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	40.00	0.00	40.00	0.00	0.00	360.00	0.00	360.00
Ajos	2.00	0.01	0.02	0.61	0.04	0.14	2.43	2.62
Carne de res pulpa	150.00	31.95	2.40	0.00	127.80	21.60	0.00	149.40
arverjas secas	80.00	13.70	1.22	39.62	54.78	10.94	158.46	224.19
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Lechuga redonda	40.00	0.01	0.06	0.67	0.04	0.58	2.69	3.30
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Mandarina	150.00	0.72	0.36	10.32	2.88	3.24	41.28	47.40
Azúcar rubia	30.00	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		61.30	45.91	223.60	245.22	413.15	894.41	
					V.C ALMUERZO			1552.78
					% DIST. ALMUERZO			59
CENA	Mazamorra con leche + 02 panes							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	40.00	3.28	0.20	31.12	13.12	1.80	124.48	139.40
Pasas sin semilla	3.00	0.07	0.01	1.91	0.29	0.11	7.66	8.05
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Leche evaporada	30.00	2.10	2.43	3.27	8.40	21.87	13.08	43.35
Pan francés	60.00	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
SUB TOTAL		12.71	6.18	101.79	50.85	55.64	407.16	
					V.C CENA			513.64
					% DIST. CENA			19
					VCT (Gr.)	94.62	65.80	420.27
					VCT (Kcal.)	378.5	592.2	1681.1
					VCT (%)	14%	22%	63%
					V.C.T MENU		2651.7	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261968

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 10 - 24

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Cafe de cebada + 03 Panes + Huevo Sancochado							
Cebada tostada y molida	25.00	1.93	0.20	19.93	7.70	1.80	79.70	89.20
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
SUB TOTAL		20.92	10.55	102.03	83.66	94.95	408.12	
					V.C DESAYUNO			586.73
					% DIST. DESAYUNO			23
ALMUERZO	Arroz a la jardinera+ pollo picado + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	180.00	14.76	0.90	140.04	59.04	8.10	560.16	627.30
Aceite vegetal	35.00	0.00	35.00	0.00	0.00	315.00	0.00	315.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Pimiento	5.00	0.06	0.02	0.31	0.24	0.18	1.23	1.65
Ají amarillo	5.00	0.04	0.03	0.35	0.14	0.25	1.41	1.80
Zanahoria	25.00	1.64	2.20	11.50	6.56	19.80	46.00	72.36
Arvejas frescas	30.00	1.97	0.12	18.67	7.87	1.08	74.69	83.64
Cebolla de cabeza	15.00	0.28	0.05	0.90	1.10	0.43	3.60	5.14
Naranja	150.00	0.72	0.24	12.12	2.88	2.16	48.48	53.52
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Maracuyá	30.00	0.27	0.03	4.74	1.08	0.27	18.96	20.31
SUB TOTAL		40.89	42.27	216.25	163.56	380.39	864.99	
					V.C ALMUERZO			1408.94
					% DIST. ALMUERZO			55
CENA	Infusion + 02 panes con camote							
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
Camote amarillo	100.0	1.20	0.20	27.60	4.80	1.80	110.40	117.00
Aceite vegetal	15.0	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
SUB TOTAL		8.46	18.74	88.17	33.84	168.66	352.68	
					V.C CENA			555.18
					% DIST. CENA			22
					70.27	71.56	406.45	
					281.1	644.0	1625.8	
					12%	28%	60%	
					V.C.T MENU		2550.9	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

[Firma]
Dr. Roberto A. Vilches Castañeda
COORDINADOR GENERAL
CHP 5216

FORMATO N° A
DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DEL MENU REFERENCIAL PARA INTERNOS(AS) DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO
MENU° 11 - 25

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 03 panes + Camote frito							
Soya	25.00	7.05	4.73	8.93	28.20	42.53	35.70	106.43
Azúcar rubia	25.00	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Camote amarillo	50.00	0.60	0.10	13.80	2.40	0.90	55.20	58.50
Aceite vegetal	15.00	0.00	15.00	0.00	0.00	135.00	0.00	135.00
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		18.54	25.14	93.92	74.16	226.22	375.68	
					V.C DESAYUNO			676.06
					% DIST. DESAYUNO			24
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de pota + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Calamar grande ó pota	100.00	10.60	0.20	1.00	42.40	1.80	4.00	48.20
Papa blanca	200.00	3.36	0.16	35.68	13.44	1.44	142.72	157.60
Tomate	40.00	0.26	0.06	1.38	1.02	0.58	5.50	7.10
Cebolla de cabeza	25.00	0.28	0.04	2.26	1.12	0.36	9.04	10.52
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		31.35	32.67	252.35	125.38	294.07	1009.40	
					V.C ALMUERZO			1428.85
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Arroz graneado + saltadito de res + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de res pulpa	100.00	21.30	1.60	0.00	85.20	14.40	0.00	99.60
Cebolla de cabeza	60.00	0.71	0.10	5.76	4.42	1.73	23.05	29.20
Ajos	5.00	0.24	0.03	1.29	0.95	0.31	5.17	6.43
Aceite vegetal	20.0	0.00	20.00	0.00	0.00	180.00	0.00	180.00
Azúcar rubia	25.0	0.00	0.00	24.58	0.00	0.00	98.30	98.30
Menta	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		29.63	22.19	101.65	118.53	199.67	406.60	
					V.C CENA			724.80
					% DIST. CENA			26
					VCT (Gr.)	79.52	80.00	447.92
					VCT (Kcal.)	318.1	720.0	1791.7
					VCT (%)	11%	25%	63%
					V.C.T MENU			2829.7
								100%

REPRESENTANTE DEL COMISARIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

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

MENU° 12 - 26

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena + 03 panes + Mantequilla							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	45.00	0.00	0.00	44.24	0.00	0.00	176.94	176.94
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
Mantequilla con sal	25.00	0.15	20.00	0.00	0.60	180.00	0.00	180.60
SUB TOTAL		14.37	26.31	108.86	57.46	236.79	435.42	
					V.C DESAYUNO			729.67
					% DIST. DESAYUNO			28
ALMUERZO	Arroz graneado con Pollo mechado(presa) + Papa + Fruta + Refresco+ Ensalada							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	25.00	0.00	25.00	0.00	0.00	225.00	0.00	225.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Carne de Pollo Entero s/menuder	160.00	32.96	5.76	0.00	131.84	51.84	0.00	183.68
Papa blanca	150.00	2.52	0.12	26.76	10.08	1.08	107.04	118.20
Tomate	45.00	0.29	0.07	1.55	1.15	0.65	6.19	7.99
Cebolla de cabeza	60.00	1.17	0.20	3.83	4.69	1.84	15.30	21.83
Zanahoria	30.00	0.14	0.12	2.21	0.58	1.08	8.83	10.49
Lechuga redonda	40.00	0.42	0.06	0.67	1.66	0.58	2.69	4.93
Limón	6.00	0.02	0.01	0.47	0.10	0.09	1.86	2.04
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Maracuyá	25.00	0.23	0.03	3.95	0.90	0.23	15.80	16.93
SUB TOTAL		52.41	32.56	218.77	209.64	293.08	875.09	
					V.C ALMUERZO			1377.82
					% DIST. ALMUERZO			54
CENA	Sopa de fideos con menudencia de pollo							
Fideos	40.00	3.76	0.08	31.28	15.04	0.72	125.12	140.88
Papa blanca	200.00	4.20	0.20	44.60	16.80	1.80	178.40	197.00
Apio	15.0	0.09	0.03	0.61	0.36	0.23	2.45	3.03
Poro	20.00	0.54	0.16	1.52	2.16	1.44	6.08	9.68
Zanahoria	35.0	0.18	0.15	2.74	0.71	1.34	10.95	13.00
Zapallo macre	50.00	0.35	0.10	3.20	1.40	0.90	12.80	15.10
Menudencia de pollo	80.0	13.46	3.20	0.00	53.86	28.76	0.00	82.62
SUB TOTAL		22.58	3.91	83.95	90.33	35.19	335.80	
					V.C CENA			461.32
					% DIST. CENA			18
					VCT (Gr.)	89.36	62.78	411.58
					VCT (Kcal.)	357.4	565.1	1646.3
					VCT (%)	14%	22%	64%
					V.C.T MENU			2568.8
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
 JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261968

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

MENU° 13 - 27

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 03 panes + aceituna							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Leche evaporada	120.00	8.40	9.72	13.08	33.60	87.48	52.32	173.40
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Aceituna	60.00	0.48	19.26	4.38	1.92	173.34	17.52	192.78
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		23.10	35.29	87.00	92.38	317.61	347.98	
					V.C DESAYUNO			757.97
					% DIST. DESAYUNO			29
ALMUERZO	Arroz graneado + Picante de Molleja + Yuca + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	5.00	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	10.00	0.56	0.08	3.04	2.24	0.72	12.16	15.12
Molleja de Pollo	100.00	0.30	0.20	72.00	1.20	1.80	288.00	291.00
Yuca amarilla	150.00	0.72	0.24	46.92	2.88	2.16	187.68	192.72
Hierba buena	5.00	0.12	0.04	0.28	0.50	0.36	1.12	1.98
Tomate	20.00	0.13	0.03	0.69	0.51	0.29	2.75	3.55
Cebolla de cabeza	25.00	0.46	0.08	1.50	1.84	0.72	6.00	8.56
Plátano de seda	150.00	1.80	0.36	25.20	7.20	3.24	100.80	111.24
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
Maíz Morado	30.00	2.19	1.02	22.86	8.76	9.18	91.44	109.38
SUB TOTAL		18.58	7.80	299.02	74.33	70.22	1196.07	
					V.C ALMUERZO			1340.62
					% DIST. ALMUERZO			50
CENA	Arroz chaufa de pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	90.0	7.38	0.45	70.02	29.52	4.05	280.08	313.65
Carne de Pollo Entero s/menuder	100.00	20.60	3.60	0.00	82.40	32.40	0.00	114.80
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Cebolla china	10.0	0.18	0.03	0.60	0.74	0.29	2.40	3.42
Huevo de gallina. Crudo	30.00	4.05	2.52	0.54	16.20	22.68	2.16	41.04
sillao	5.0	0.57	0.48	0.05	2.26	4.32	0.20	6.78
Azúcar rubia	10.0	0.00	0.00	7.86	0.00	0.00	31.46	31.46
Manzanilla	10.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		32.78	12.08	79.07	131.12	108.74	316.30	
					V.C CENA			556.15
					% DIST. CENA			21
VCT (Gr.)					74.46	55.17	465.09	
VCT (Kcal.)					297.8	496.6	1860.3	
VCT (%)					11%	19%	70%	
					V.C.T MENU			2654.7
								100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261968

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

MENU° 14 - 28

ALIMENTO	PESO (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	KILOCALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL KCAL
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Café de Cebada + 03 panes + 01 Huevo sancocado							
Cebada tostada y molida	15.00	0.01	0.12	11.96	0.04	1.08	47.82	48.94
Azúcar rubia	35.00	0.00	0.00	34.41	0.00	0.00	137.62	137.62
Huevo de gallina. Crudo	60.00	8.10	5.04	1.08	32.40	45.36	4.32	82.08
Pan francés	90.00	10.89	5.31	46.62	43.56	47.79	186.48	277.83
SUB TOTAL		19.00	10.47	94.06	76.00	94.23	376.24	
					V.C DESAYUNO			546.47
					% DIST. DESAYUNO			20
ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado Frito (entero) + Menestra + Ensalada + Fruta + Refresco							
Arroz Pilado o pulido crudo (3)	150.00	12.30	0.75	116.70	49.20	6.75	466.80	522.75
Aceite vegetal	30.00	0.00	30.00	0.00	0.00	270.00	0.00	270.00
Ajos	2.00	0.00	0.02	0.61	0.00	0.14	2.43	2.58
Pescado Cabrilla (3)	220.00	42.68	3.52	2.20	170.72	31.68	8.80	211.20
Lentejas	80.00	14.46	0.64	39.04	57.86	5.76	156.16	219.78
Cebolla de cabeza	60.00	0.01	0.19	3.60	0.04	1.73	14.40	16.17
Espinaca negra	10.00	0.28	0.09	0.49	1.12	0.81	1.96	3.89
Limón	5.00	0.02	0.01	0.39	0.08	0.07	1.55	1.70
Plátano de seda	180.00	0.01	0.43	30.24	0.04	3.89	120.96	124.89
Azúcar rubia	40.00	0.00	0.00	39.32	0.00	0.00	157.28	157.28
Maracuyá	30.00	0.02	0.03	4.74	0.08	0.27	18.96	19.31
SUB TOTAL		69.78	35.68	237.33	279.14	321.10	949.30	
					V.C ALMUERZO			1549.54
					% DIST. ALMUERZO			58
CENA	Infusion + 02 panes + hot dog frito							
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	30.0	0.00	0.00	29.49	0.00	0.00	117.96	117.96
Aceite vegetal	10.0	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Salchicha "hot dog"	60.00	3.60	20.58	0.60	14.40	185.22	2.40	202.02
Pan francés	60.0	7.26	3.54	31.08	29.04	31.86	124.32	185.22
SUB TOTAL		10.86	34.12	61.17	43.44	307.08	244.68	
					V.C CENA			595.20
					% DIST. CENA			22
					VCT (Gr.)	99.64	80.27	392.56
					VCT (Kcal.)	398.6	722.4	1570.2
					VCT (%)	15%	27%	58%
					V.C.T MENU		2691.2	100%

REPRESENTANTE DEL COMISARIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
 DNI 07261988

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

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

Nº DE MEN U	FECHA	DETALLE DEL MENU	
1	21/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
2	22/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
3	23/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
4	24/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
5	25/12/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
6	26/12/2018	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
7	27/12/2018	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan
8	28/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
9	29/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
10	30/12/2018	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
11	31/12/2018	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

12	1/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
13	2/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
14	3/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de higado de pollo + 01 pan
15	4/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

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

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

MENUES CON APORTE MAYOR A 750 CALORIAS POR DIA

Nº DE MENU	FECHA	DETALLE DEL MENU	
16	5/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
17	6/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
18	7/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
19	8/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
20	9/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
21	10/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan
22	11/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
		CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
23	12/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
		MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
24	13/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada
25	14/01/2019	DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna
		MEDIA MAÑANA	Jugo de papaya
		ALMUERZO	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion
		MEDIA TARDE	Maicena con leche
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + Infusion
26	15/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	Jugo de piña
		ALMUERZO	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Sopa de fideos con pollo + Infusion
27	16/01/2019	DESAYUNO	Soya + 01 pan + mermelada
		MEDIA MAÑANA	Jugo de mango
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Pure de manzana
		CENA	Arroz con leche + 01 pan + Margarina
28	17/01/2019	DESAYUNO	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	Pure de platano
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion
		MEDIA TARDE	Anis + 01 pan + queso
		CENA	Aguadito de hígado de pollo + 01 pan

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

29	18/01/2019	DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + Margarina
		MEDIA MAÑANA	01 Pan frances
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestras + Fruta + Infusion
		MEDIA TARDE	Semola con leche
30	19/01/2019	CENA	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina
		DESAYUNO	Quinoa con leche + 01 pan + Hígado frito
		MEDIA MAÑANA	Maicena con leche
		ALMUERZO	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta
31	20/01/2019	MEDIA TARDE	Jugo de naranja
		CENA	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion
		DESAYUNO	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro
		MEDIA MAÑANA	01 Pan de yema
		ALMUERZO	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion
		MEDIA TARDE	Yogurt
		CENA	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° C
DOSIFICACIÓN, COMPOSICIÓN Y VALOR CALÓRICO TOTAL DEL MENÚ PROPUESTO PARA
NIÑOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE SAN IGNACIO

MENU N° 01 - 08 - 15 - 22 - 29

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + Margarina							
Avena, hojuelas cruda	20.00	2.66	0.80	14.40	10.64	7.20	57.60	75.44
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina	7.00	0.06	0.04	0.74	0.22	0.32	2.94	3.48
SUB TOTAL		10.50	6.60	45.29	41.98	59.355	181.15	
					VCT DESAYUNO			282
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 pan frances							
Pan de labranza o francés	30.0	2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	84
SUB TOTAL		2.45	0.08	18.31	9.79	0.6885	73.24	
					VCT MEDIA MAÑANA			84
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
Almuerzo:	Arroz graneado + Pollo al horno + Menestra + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/men	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo (3	60.0	4.92	0.30	46.68	19.68	2.70	186.72	209.10
Frijol canario crudo	60.0	10.77	1.03	5.97	43.10	9.30	23.88	76.28
Aceite vegetal	3.0	0.00	3.00	0.00	0.00	27.00	0.00	27.00
Ajos	2.50	0.11	0.02	0.61	0.45	0.14	2.43	3.02
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Plátano de seda	140	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
SUB TOTAL		33.21	7.41	55.90	132.84	66.7278	223.59	
					VCT ALMUERZO			423
					% DIST. ALMUERZO			41
REFRIGERIO	Semola con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.38	25.94	85.98
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Sémola de Trigo	25.0	1.66	0.23	16.66	6.63	2.10	66.64	75.37
SUB TOTAL		5.82	5.05	24.13	23.29	45.47925	96.51	
					VCT MEDIA TARDE			165
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Mazamorra morada + 01 pan + Margarina							
Chuño blanco	25.00	0.13	0.00	15.54	0.50	0.00	62.16	62.66
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Maíz Morado	20.00	1.17	0.54	12.19	4.67	4.90	48.77	58.34
Canela entera	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Clavo de olor	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
Margarina	7.00	0.06	0.04	0.74	0.22	0.32	2.94	3.48
SUB TOTAL		4.23	0.67	54.92	16.92	6.021	219.69	
					VCT CENA			243
					% DIST. CENA			20
		VCT (Gr.)	56.20	19.81	198.54			
		VCT (Kcal.)	224.8	178.3	794.2			
		VCT (%)	15%	15%	70%			
TOTAL VCT MENU						1197.3	100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

[Firma]
Mónica J. Vilches Castorena
BROMATOLOGO NUTRICIONISTA
CNP 5218

FORMATO N° C

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

MENU N° 02 - 09 - 16 - 23 - 30

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 Pan + Hígado frito							
Quinoa	20.00	7.82	6.06	0.36	31.28	54.54	1.44	87.26
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hígado de Pollo	20.00	3.92	0.92	0.00	15.68	8.28	0.00	23.96
SUB TOTAL		19.52	12.74	30.51	78.08	114.66	122.05	
					VCT DESAYUNO			315
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Maicena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.17	4.82	6.49	16.66	43.3755	25.94	86
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.42	0.51	0.3825	73.70	75
SUB TOTAL		4.29	4.86	25.89	17.17	43.758	103.57	
					VCT MEDIA MAÑANA			164
					% DIST. MEDIA MAÑANA			11
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Pure de zapallo + Ensalada + Fruta							
Pescado Toyo	120.0	15.71	0.34	0.84	62.83	3.02	3.36	69.22
Papa blanca	30.00	0.57	0.03	5.62	2.29	0.25	22.48	25.02
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.00	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Zapallo macre	10.00	0.05	0.01	0.43	0.19	0.12	1.72	2.02
Ajos	1.50	0.07	0.01	0.36	0.27	0.09	1.46	1.81
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Vainitas	4.00	0.01	0.00	0.42	0.05	0.02	1.70	1.77
Pera nacional	140.0	0.46	0.23	6.03	1.86	2.09	24.12	28.07
SUB TOTAL		23.46	1.53	76.11	93.82	13.7799	304.45	
					VCT ALMUERZO			412
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Jugo de naranja							
Naranja	140.00	0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	13.38
SUB TOTAL		0.18	0.06	3.03	0.72	0.54	12.12	
					VCT MEDIA TARDE			13
					% DIST. MEDIA TARDE			9
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Huevo duro + Infusion							
Aceite vegetal	12.00	0.00	12.00	0.00	0.00	108.00	0.00	108.00
Papa blanca	80.00	1.53	0.07	5.62	6.12	0.66	22.48	29.25
Zanahoria	20.00	0.12	0.10	1.84	0.48	0.90	7.36	8.74
Huevo de gallina. crudo	50.00	4.52	2.81	0.60	18.09	25.33	2.41	45.83
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	10.00	0.00	0.00	9.83	0.00	0.00	39.32	39.32
SUB TOTAL		6.17	14.99	17.89	24.69	134.8812	71.57	
					VCT CENA			231
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		53.62	34.18	153.44				
VCT (Kcal.)		214.5	307.6	613.8				
VCT (%)		15%	21%	64%				
TOTAL VCT MENU						1135.9	100%	

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261968

FORMATO N° C

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

MENU N° 03 - 10 - 17 - 24 - 31

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Avena con leche + 01 pan + 01 Huevo duro							
Avena, hojuelas cruda	25.00	3.33	1.00	18.00	13.30	9.00	72.00	94.30
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.21	3.86	0.83	24.84	34.78	3.31	62.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		17.32	10.62	48.98	69.26	95.616	195.92	
					VCT DESAYUNO			361
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	01 Pan de yema							
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	
					VCT MEDIA MAÑANA			98
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
Almuerzo:	Arroz graneado + Estofado de res + Menestra + Infusion							
Carne de res pulpa	70.0	14.91	1.12	0.00	59.64	10.08	0.00	69.72
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Aceite vegetal	0.50	0.00	0.50	0.00	0.00	4.50	0.00	4.50
Ajos	0.50	0.02	0.00	0.12	0.09	0.03	0.49	0.60
Frijol canario crudo	60.00	13.01	1.25	35.76	52.03	11.23	143.04	206.30
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.15	0.04	0.07	0.58	0.69
Arvejas frescas (4)	2.00	0.14	0.01	0.38	0.57	0.11	1.50	2.18
Sal	2.00	0.02	0.01	0.16	0.10	0.09	0.66	0.84
Manzanilla	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		34.68	3.30	98.81	138.71	29.7045	395.22	
					VCT ALMUERZO			564
					% DIST. ALMUERZO			44
REFRIGERIO	Yogurt							
Yogurt	125.0	5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	57.75
SUB TOTAL		5.13	1.25	6.50	20.50	11.25	26.00	
					VCT MEDIA TARDE			58
					% DIST. MEDIA TARDE			7
CENA:	Sopa de fideos con pollo + yuca sancochada							
Apio	1.00	0.01	0.00	0.05	0.03	0.02	0.19	0.24
Poro	1.00	0.02	0.01	0.06	0.09	0.06	0.24	0.38
Yuca amarilla	20.00	0.55	3.96	0.71	2.22	35.64	2.85	40.71
Fideos	20.00	1.86	0.04	13.02	7.44	0.36	52.08	59.88
Carne de Pollo Entero s/menu	100.00	16.27	2.84	0.00	65.10	25.60	0.00	90.69
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
SUB TOTAL		18.72	6.85	13.88	74.90	61.6896	55.53	
					VCT CENA			192
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	78.72	22.12	189.71				
	VCT (Kcal.)	314.9	199.1	758.8				
	VCT (%)	15%	20%	65%				
					TOTAL VCT MENU		1272.8	100%

REPRESENTANTE DEL CONSORCIO
JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

FORMATO N° C

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

MENU N° 04 - 11 - 18 - 25

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Quinoa con leche + 01 pan + Aceituna							
Quinoa	20.00	7.04	5.45	2.38	28.15	49.09	9.52	86.76
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Aceituna	25.00	8.40	5.00	0.99	33.60	45.00	3.96	82.56
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		23.22	16.21	33.03	92.87	145.926	132.13	
					VCT DESAYUNO			371
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de papaya							
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Papaya	140.0	0.48	0.12	9.76	1.90	1.071	39.03	42
SUB TOTAL		0.48	0.12	10.25	1.90	1.071	41.00	
					VCT MEDIA MAÑANA			44
					% DIST. MEDIA MAÑANA			5
ALMUERZO:	Arroz graneado + Hígado frito + Pure de zapallo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Hígado de res	80.0	3.80	2.30	0.50	15.20	20.70	2.00	37.90
Aceite vegetal	1.50	0.00	1.50	0.00	0.00	13.50	0.00	13.50
Sal	0.50	0.01	0.00	0.04	0.02	0.02	0.16	0.21
Papa blanca	80.0	3.80	0.05	11.15	15.20	0.45	44.60	60.25
Zapallo macre	10.00	0.07	0.02	0.64	0.28	0.18	2.56	3.02
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Hierba luisa	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		14.28	4.28	75.31	57.12	38.5101	301.22	
					VCT ALMUERZO			397
					% DIST. ALMUERZO			43
REFRIGERIO	Maicena con leche							
Leche evaporada	70.0	4.12	4.76	6.41	16.46	42.8652	25.64	85
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Maizena	25.0	0.13	0.04	18.21	0.50	0.378	72.83	74
SUB TOTAL		4.24	4.80	25.11	16.97	43.2432	100.43	
					VCT MEDIA TARDE			161
					% DIST. MEDIA TARDE			12
CENA:	Pure de papa con zanahoria + Pollo al horno + infusion							
Papa blanca	80.00	1.68	0.08	17.84	6.72	0.72	71.36	78.80
Zanahoria	2.00	0.01	0.01	0.13	0.03	0.06	0.52	0.62
Carne de Pollo Entero s/men	100.0	16.89	2.95	15.43	67.57	26.57	61.72	155.86
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Anis	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		18.58	3.04	33.89	74.32	27.3519	135.57	
					VCT CENA			237
					% DIST. CENA			20
VCT (Gr.)		60.80	28.46	177.59				
VCT (Kcal.)		243.2	256.1	710.3				
VCT (%)		15%	21%	64%				
TOTAL VCT MENU					1209.6		100%	

REPRESENTANTE DEL COMERCIO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988

FORMATO N°C

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

MENU N° 05 - 12 - 19 - 26

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + Margarina							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
leche evaporada	70.00	3.92	4.54	6.10	15.68	40.82	24.42	80.92
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sal	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
SUB TOTAL		8.56	10.67	44.35	34.25	95.994	177.40	
					VCT DESAYUNO			308
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de piña							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Piña	200.0	0.68	0.34	16.66	2.72	3.06	66.64	72
SUB TOTAL		0.68	0.34	18.63	2.72	3.06	74.50	
					VCT MEDIA MAÑANA			80
					% DIST. MEDIA MAÑANA			7
ALMUERZO:	Arroz graneado + Locro de zapallo con pollo + Fruta + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/men	120.0	17.30	3.02	0.00	69.22	27.22	0.00	96.43
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	6.56	0.40	62.24	26.24	3.60	248.96	278.80
Papa blanca	60.0	1.26	0.06	13.38	5.04	0.54	53.52	59.10
Aceite vegetal	5.0	0.00	5.00	0.00	0.00	45.00	0.00	45.00
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Zapallo macre	60.00	0.42	0.12	3.84	1.68	1.08	15.36	18.12
Sal	8.20	0.10	0.04	0.67	0.39	0.37	2.69	3.45
Arvejas frescas (4)	10.00	0.38	0.03	1.02	1.53	0.29	4.06	5.89
Manzana	140.00	0.42	0.14	20.44	1.68	1.26	81.76	84.70
Manzanilla	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
SUB TOTAL		26.49	8.82	102.81	105.96	79.4142	411.26	
					VCT ALMUERZO			597
					% DIST. ALMUERZO			45
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	1.97	0.00	0.00	7.86	7.86
Manzana	160.0	0.41	0.14	19.86	1.63	1.224	79.42	82
SUB TOTAL		0.41	0.14	21.82	1.63	1.224	87.29	
					VCT MEDIA TARDE			90
					% DIST. MEDIA TARDE			8
CENA:	Sopa de fideos con pollo + Infusion							
Carne de Pollo Entero s/men	100.0	14.42	2.52	0.00	57.68	22.68	0.00	80.36
Fideos	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Apio	5	0.04	0.01	0.24	0.14	0.09	0.96	1.19
Poro	5	0.14	0.04	0.38	0.54	0.36	1.52	2.42
Hierba luisa	10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
SUB TOTAL		14.59	2.57	1.11	58.36	23.13	4.45	
					VCT CENA			86
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	50.73	22.54	188.72				
	VCT (Kcal.)	202.9	202.8	754.9				
	VCT (%)	15%	20%	65%				
TOTAL VCT MENU							1160.6	100%

REPRESENTANTE DEL COMITÉ

JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° C

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

MENU N° 06 - 13 - 20 - 27

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Soya + 01 pan + mermelada							
Soya	20.00	0.38	0.10	1.62	1.52	0.90	6.48	8.90
Mermelada De frutas	20.00	0.08	4.20	14.62	0.32	37.80	58.48	96.60
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		3.34	4.39	40.70	13.36	39.51	162.80	
					VCT DESAYUNO			216
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Jugo de mango							
Azúcar rubia	2.00	0.00	0.00	2.92	0.00	0.00	11.68	11.68
Mango	140.00	0.56	0.28	22.3	2.24	2.52	89.04	93.80
SUB TOTAL		0.56	0.28	25.18	2.24	2.52	100.72	
					VCT MEDIA MAÑANA			105
					% DIST. MEDIA MAÑANA			12
Almuerzo:	Arroz graneado + Pescado frito + Menestra + Infusion							
Pescado Toyo	80.0	3.26	0.32	0.80	13.04	2.88	3.20	19.12
Arroz Pilado o pulido crudo (3	60.0	3.26	0.30	46.68	13.04	2.70	186.72	202.46
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Perejil	1.00	0.03	0.00	0.04	0.11	0.04	0.15	0.29
Ajos	1.00	0.04	0.01	0.24	0.18	0.06	0.97	1.21
Frijol canario crudo	60.00	13.14	1.26	36.12	52.56	11.34	144.48	208.38
Cebolla de cabeza (2)	2.00	0.02	0.00	0.15	0.08	0.02	0.61	0.70
Sal	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Anís	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		19.75	2.89	88.95	79.00	26.03763	355.79	
					VCT ALMUERZO			460.83
					% DIST. ALMUERZO			38
REFRIGERIO	Pure de manzana							
Azúcar rubia	0.50	0.00	0.00	0.49	0.00	0.00	1.97	1.97
Manzana	150.00	0.29	0.10	14.02	1.15	0.86	56.06	58.08
SUB TOTAL		0.29	0.10	14.51	1.15	0.864	58.03	
					VCT MEDIA TARDE			60.05
					% DIST. MEDIA TARDE			10
CENA:	Arroz con leche + 01 pan + Margarina							
Leche evaporada	70.00	4.90	5.67	7.63	19.60	51.03	30.52	101.15
Arroz Pilado o pulido crudo (3	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Margarina vegetal con sal	7.00	0.04	5.74	0.00	0.17	51.66	0.00	51.83
Azúcar rubia	5.00	0.00	0.00	4.92	0.00	0.00	19.66	19.66
SUB TOTAL		11.08	11.63	53.54	44.33	104.625	214.14	
					VCT CENA			363
					% DIST. CENA			20
	VCT (Gr.)	35.02	19.28	222.87				
	VCT (Kcal.)	140.1	173.6	891.5				
	VCT (%)	13%	21%	66%				
					TOTAL VCT MENU		1205.1	100%

REPRESENTANTE DEL SERVICIO
JOSE ALBERTO POLO CASTANEDA
DNI 07261988

FORMATO N° C

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

MENU N° 07 - 14 - 21 - 28

ALIMENTO	Peso (g)	PROT An (g)	GRASA (g)	CHO (g)	VALOR CALORICO (KCAL)			TOTAL Kcal.
					PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO:	Trigo con leche + 01 pan + 01 Huevo duro							
Trigo	20.00	1.72	0.30	14.74	6.88	2.70	58.96	68.54
Leche evaporada	70.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Huevo de gallina. crudo	50.00	6.75	4.20	0.90	27.00	37.80	3.60	68.40
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		11.35	4.59	38.16	45.40	41.31	152.65	
					VCT DESAYUNO			239
					% DIST. DESAYUNO			20
REFRIGERIO	Pure de platano							
Plátano de seda	140.0	1.68	0.34	23.52	6.72	3.024	94.08	104
SUB TOTAL		1.68	0.34	23.52	6.72	3.024	94.08	
					VCT MEDIA MAÑANA			104
					% DIST. MEDIA MAÑANA			9
ALMUERZO:	Arroz graneado + Pure de papa con pollo + Infusion							
Arroz Pilado o pulido crudo (3	80.0	3.26	0.40	62.24	13.04	3.60	248.96	265.60
Papa blanca	60.0	1.03	0.05	10.97	4.13	0.44	43.89	48.46
Aceite vegetal	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	90.00	0.00	90.00
Carne de Pollo Entero s/men	120	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Sal	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Azúcar rubia	15.00	0.00	0.00	14.75	0.00	0.00	58.98	58.98
Menta	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
SUB TOTAL		4.43	10.47	88.69	17.71	94.2156	354.74	
					VCT ALMUERZO			467
					% DIST. ALMUERZO			40
REFRIGERIO	Anís + 01 pan + queso							
Azúcar rubia	1.00	0.00	0.00	0.98	0.00	0.00	3.93	3.93
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
Hierbas	6.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Queso fresco de vaca	20.0	2.53	2.80	0.35	10.11	25.2	1.41	37
SUB TOTAL		5.41	2.89	22.88	21.63	26.01	91.50	
					VCT MEDIA TARDE			139
					% DIST. MEDIA TARDE			11
CENA:	Aguadito de higado de pollo + 01 pan							
Aceite vegetal	1.00	0.00	1.00	0.00	0.00	9.00	0.00	9.00
Papa blanca	40.0	0.69	0.03	7.31	2.76	0.30	29.26	32.31
Arroz Pilado o pulido crudo (3	25.0	3.26	0.13	19.45	13.04	1.13	77.80	91.97
Espinaca blanca (2)	5.00	0.10	0.03	0.32	0.38	0.27	1.26	1.91
Apio	2.00	0.01	0.00	0.10	0.06	0.04	0.38	0.48
Poro	2.00	0.05	0.02	0.15	0.22	0.14	0.61	0.97
Hígado de Pollo	50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ajos	3.00	0.13	0.02	0.73	0.54	0.17	2.92	3.63
Pan de labranza o francés	30.00	2.88	0.09	21.54	11.52	0.81	86.16	98.49
SUB TOTAL		7.13	1.32	49.60	28.50	11.853	198.39	
					VCT CENA			239
					% DIST. CENA			20
					VCT (Gr.)	29.99	19.60	222.84
					VCT (Kcal.)	120.0	176.4	891.4
					VCT (%)	10%	20%	70%
					TOTAL VCT MENU		1187.7	100%

REPRESENTANTE DEL ESTABLECIMIENTO

JOSE ALBERTO POLO CASTAÑEDA
DNI 07261988