

CARTA N°002-2019- CONSORCIO: CHICLAYO

Señor:

CESAR E. LLACSAHUANGA SOLANO

Jefe de la unidad de Administración

Oficina regional norte - Calle: Manco Cápac N° 450 – Chiclayo.

Atención: **Equipo del Equipo de Logística**

Presente.



Asunto : Subsana Documentación para Firma de Contrato.

Ref. : Carta N°012-2019-INPE/17.04-J.LOG

CP. N° 002-2018-INPE/17

"SERVICIO DE ALIMENTACIÓN PARA LOS INTERNOS(AS), NIÑOS (AS) Y PERSONAL DE SEGURIDAD INPE QUE LABORA 24 X 48 HORAS DE LOS ESTABLECIMIENTOS PENITENCIARIOS DE LOS DEPARTAMENTOS DE CAJAMARCA, LAMBAYEQUE Y TUMBES DE LA OFICINA REGIONAL NORTE CHICLAYO DEL INPE"

De nuestra mayor consideración:

El consorcio conformado por las empresas: **DAYANN BRIGH E.I.R.L**, con RUC N° **20480731230**, debidamente representado por su Titular - Gerente **Miriam Salazar Talledo** y; **GARCIA IDROGO & ASOCIADOS E.I.R.L**, debidamente representado por su Titular Gerente **Lauriano Garcia Idrogo**:

Con el objeto de perfeccionar el contrato derivado del **CONCURSO PÚBLICO N°002-2018-INPE/17, (Ítem II) CUMPLO CON SUBSANAR LAS OBSERVACIONES** hechas por el equipo de logística; cumpliendo de esta manera con presentar todos los **REQUISITOS PARA PERFECCIONAR EL CONTRATO** dentro de la fecha indicada y de conformidad con las Bases integradas, subsanaciones que a continuación paso a detallar según el orden de la carta de la referencia:

1. En relación al numeral x) **"Programación de menús mensuales o del periodo de inicio de la ejecución"**, sobre el particular hacemos llegar a su despacho la relación de menús por los 30 días de conformidad a lo establecido a las Bases, con lo que se subsana dicha observación.

Aprovecho la oportunidad para reiterarle mi consideración y especial estima.

Chiclayo, 15 de marzo del 2019.

Atentamente:


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA PERSONAL DEL E.P. DE CHICLAYO

DEL DE MARZO AL DE ABRIL DE 2019

48

MENUES CON APORTE CALORICO MAYOR A 2.750 KILOCALORIAS POR DIA

1	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA.
	CENA	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION
2	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
3	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
4	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
5	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
6	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA
	CENA	SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
7	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
8	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA.
	CENA	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION
9	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
10	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFRESCO DE (NARANJA) + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
11	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFRESCO DE (MAIZ MORADO) + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
12	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
13	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO DE (LIMA) + FRUTA
	CENA	SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
14	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFRESCO (LIMONADA) + FRUTA
	CENA	ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
15	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFRESCO DE (PIÑA) + FRUTA.
	CENA	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vegeraray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA PERSONAL DEL E.P. DE CHICLAYO
DEL DE MARZO AL DE ABRIL DE 2019

47

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

16	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
17	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFresco DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
18	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFresco DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
19	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFresco DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
20	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFresco DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
21	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFresco (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
22	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFresco DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION
23	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION
24	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MILANESA DE POLLO ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + ENSALADA + MENESTRA REFresco DE (NARANJA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + GALLINA ESTOFADA + PAPA EN RODAJAS + ENSALDA + INFUSION
25	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	KIWICHA + 03 PANES CON TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + ADOBO DE CHULETA DE CERDO + CAMOTE SANCOCHADO + ENSALADA + REFresco DE (MAIZ MORADO) + FRUTA ARROZ GRANEADO + MOLLEJITAS AL SILLAO CON PAPAS EN RODAJAS + INFUSION
26	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA ENSALADA FRESCA ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + SARZA + REFresco DE (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS+ ENSALADA + INFUSION
27	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO CEVICHE DE TOYO ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + REFresco DE (LIMA) + FRUTA SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSION
28	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	LECHE CON COCOA + 03 PANES CON QUESO ENSALADA ARROZ GRANEADO + ESTOFADO DE RES + MENESTRA + ENSALADA + REFresco (LIMONADA) + FRUTA ARROZ GRANEADO + POLLO FRITO + PAPA FRITA + ENSALADA + INFUSION.
29	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON AVENA + 03 PANES CON ENCEBOLLADO DE CONSERVA DE PESCADO ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + LOCRO DE ZAPALLO + POLLO + ENSALADA REFresco DE (PIÑA) + FRUTA. ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION
30	DESAYUNO ENTRADA SEGUNDO CENA	QUINUA CON LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ENSALADA MIXTA ARROZ GRANEADO + MONDONGUITO A LA ITALIANA + ENSALADA INFUSION + FRUTA ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA CON PIMIENTO + ENSALADA + INFUSION

CONTRATISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

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

MENU N° 01-15-29

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

CONTRATISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

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

MENU N° 02-16-30

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

CONTRATISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

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

MENU N° 03-17

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

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

MENU N° 04-18

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjuth Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

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

MENU N° 05-19

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
MACA	10,00	31,40	1,18	0,16	6,64	4,72	1,44	26,56	32,72
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ESPINACA	20,00	4,48	0,38	0,12	1,26	1,52	1,08	5,04	7,64
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
SUBTOTAL		604,72	19,95	14,53	102,60	79,78	130,77	410,40	620,95
						V.C. DESAYUNO			620,95
						% DIST. DESAYUNO			23%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + ZARZA + REFRESCO DE (LIMONADA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CABRITO	160,00	351,36	27,20	30,40	0,00	108,80	273,60	0,00	382,40
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
CULANTRO	10,00	2,86	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
LECHUGA	20,00	3,61	0,30	0,04	0,78	1,20	0,36	3,12	4,68
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		1253,37	59,46	36,47	182,16	237,83	328,24	728,65	1294,72
						V.C. ALMUERZO			1294,72
						% DIST. ALMUERZO			47%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS + INFUSIÓN									
CENA:									
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	60,00	55,29	1,26	0,06	13,38	5,04	0,54	53,52	59,10
TOMATE	34,00	6,40	0,27	0,07	1,46	1,09	0,61	5,85	7,55
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
BROCOLI	25,00	10,00	1,23	0,23	1,43	4,90	2,03	5,70	12,63
ACEITE VEGETAL	14,00	123,76	0,00	14,00	0,00	0,00	126,00	0,00	126,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	33,00	126,72	0,00	0,00	32,44	0,00	0,00	129,76	129,76
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		815,25	28,94	25,09	123,29	115,76	225,80	493,16	834,71
						V.C. CENA			834,71
						% DIST. ALMUERZO			30%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

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

MENU N° 06-20

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

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

MENU N° 07-21

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

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

MENU N° 08-22

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjón Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

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

MENU N° 09-23

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

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

MENU N° 10-24

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

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

MENU N° 11-25

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - C

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

MENU N° 12-26

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA CON MACA + 03 PANES CON TORTILLA DE ESPINACA									
DESAYUNO :									
QUINUA	25,00	93,50	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
MACA	10,00	31,40	1,18	0,16	6,64	4,72	1,44	26,56	32,72
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ESPINACA	20,00	4,48	0,38	0,12	1,26	1,52	1,08	5,04	7,64
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
SUBTOTAL		604,72	19,95	14,53	102,60	79,78	130,77	410,40	620,95
						V.C. DESAYUNO			620,95
						% DIST. DESAYUNO			23%
ENTRADA: ENSALADA FRESCA									
ARROZ GRANEADO + SECO DE CABRITO + MENESTRA + ZARZA + REFresco DE (LIMONADA) + FRUTA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
CARNE DE CABRITO	160,00	351,36	27,20	30,40	0,00	108,80	273,60	0,00	382,40
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
AJI AMARILLO	5,00	1,50	0,05	0,04	0,44	0,18	0,32	1,76	2,26
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
CULANTRO	10,00	2,86	0,33	0,13	0,70	1,32	1,17	2,80	5,29
LECHUGA	20,00	3,61	0,30	0,04	0,78	1,20	0,36	3,12	4,68
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		1253,37	59,46	36,47	182,16	237,83	328,24	728,65	1294,72
						V.C. ALMUERZO			1294,72
						% DIST. ALMUERZO			47%
ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE POLLO CON VERDURAS + PAPAS FRITAS +									
INFUSIÓN									
POLLO CON HUESO	100,00	153,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
ARROZ SUPERIOR	90,00	323,10	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
PAPA BLANCA	60,00	55,29	1,26	0,06	13,38	5,04	0,54	53,52	59,10
TOMATE	32,00	6,02	0,26	0,06	1,38	1,02	0,58	5,50	7,10
CEBOLLA	35,00	15,44	0,49	0,07	3,96	1,96	0,63	15,82	18,41
BROCOLI	25,00	10,00	1,23	0,23	1,43	4,90	2,03	5,70	12,63
ACEITE VEGETAL	14,00	123,76	0,00	14,00	0,00	0,00	126,00	0,00	126,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	33,00	126,72	0,00	0,00	32,44	0,00	0,00	129,76	129,76
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		814,87	28,92	25,09	123,20	115,69	225,77	492,81	834,27
						V.C. CENA			834,27
						% DIST. ALMUERZO			30%
						VCT (Gr.)			108,33
						VCT (Kcal.)			433,30
						VCT (%)			16%
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

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

MENU N° 13-27

ALIMENTO	PESO	Kcal.	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)		(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA CON LECHE + 03 PANES CON HUEVO FRITO									
DESAYUNO :									
AVENA	25,00	86,75	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,00	94,30
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	90,00	261,90	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
HUEVOS	55,00	65,92	7,43	4,62	1,05	29,70	41,58	4,18	75,46
ACEITE VEGETAL	6,00	53,04	0,00	6,00	0,00	0,00	54,00	0,00	54,00
AZUCAR RUBIA	24,00	92,16	0,00	0,00	23,59	0,00	0,00	94,37	94,37
SUBTOTAL		669,87	23,21	17,47	107,69	92,84	157,23	430,75	680,82
						V.C. DESAYUNO			680,82
						% DIST. DESAYUNO			25%
ENTRADA: CEVICHE DE TOYO									
ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA +									
REFresco DE (LIMA)									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	150,00	538,50	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	244,80	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
TOYO	80,00	65,07	14,96	0,32	0,00	59,84	2,88	0,00	62,72
LIMON	10,00	1,53	0,05	0,02	0,97	0,20	0,18	3,88	4,26
FREJOL CASTILLA	80,00	264,00	18,00	1,44	46,64	72,00	12,96	186,56	271,52
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
ROCOTO	2,00	0,72	0,02	0,10	0,16	0,10	0,90	0,66	1,65
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SILLAO	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
PEPINILLOS	15,00	1,44	0,08	0,02	0,39	0,30	0,14	1,56	2,00
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
LIMA	40,00	9,72	0,24	0,16	2,36	0,96	1,44	9,44	11,84
LIMA	150,00	36,45	0,90	0,60	8,85	3,60	5,40	35,40	44,40
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
AZUCAR RUBIA	7,00	26,88	0,00	0,00	6,88	0,00	0,00	27,52	27,52
SUBTOTAL		1223,79	75,991	22,77	185,26	303,96	204,94	741,03	1.249,9
						V.C. ALMUERZO			1249,94
						% DIST. ALMUERZO			45%
CENA									
SOPA DE ARROZ + RES CON HUESO + 02 PANES + INFUSIÓN									
ARROZ SUPERIOR	35,00	125,65	2,87	0,18	27,23	11,48	1,58	108,92	121,98
RES SIN HUESO	100,00	94,50	21,30	1,60	0,00	85,20	14,40	0,00	99,60
PAPA BLANCA	160,00	147,44	3,36	0,16	35,68	13,44	1,44	142,72	157,60
AZUCAR RUBIA	38,00	145,92	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,42	149,42
PAN FRANCES	60,00	174,60	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
AJOS	2,00	1,55	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TORONJIL	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
ZANAHORIA	10,00	3,90	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
APIO	5,00	1,00	0,04	0,01	0,24	0,14	0,09	0,96	1,19
SUBTOTAL		800,63	32,78	14,13	140,31	131,11	127,18	561,25	819,54
						V.C. CENA			819,54
						% DIST. ALMUERZO			30%
VCT (Gr.)		131,98	54,37	433,26					
VCT (Kcal.)		527,91	489,35	1733,03					
VCT (%)		19%	18%	63%					
						V.C.T. MENU			2750

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marijth Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

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

MENU N° 14-28

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

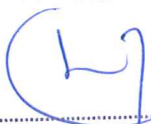
RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE CHICLAYO
DEL DE MARZO AL DE ABRIL DE 2019

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

1	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
2	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA)+ REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
3	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
4	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
5	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUISO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
6	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
7	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO +PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
8	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
9	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA)+ REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
10	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
11	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
12	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUISO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
13	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
14	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO +PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
15	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA



Lauriano Garcia Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO



Lic. Marjith Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA INTERNOS (AS) DEL E.P. DE CHICLAYO
DEL DE MARZO AL DE ABRIL DE 2019

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

16	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA)+ REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
17	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
18	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
19	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIZO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIZO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
20	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
21	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO +PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
22	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
23	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA)+ REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION
24	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJITA PARTIDA) + ENSALDA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION
25	DESAYUNO ALMUERZO CENA	QUINUA + 03 PANES CON QUESO ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) MAIZENA CON LECHE + 02 PANES
26	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO TALLARINES ROJOS + GUIZO DE RES CON HUESO + ENSALADA (PEPINILLO) FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + GUIZO DE POLLO CON HUESO + INFUSION
27	DESAYUNO ALMUERZO CENA	KIWICHA CON LECHE + 03 PANES CON JAMONADA ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) AGUADITO DE POLLO CON HUESO
28	DESAYUNO ALMUERZO CENA	LECHE DE SOYA + 03 PANES CON MARGARINA ARROS GRANEADO +PAVITA A LA OLLA + MENESTRA (LENTEJON) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) SOPA DE TRIGO + RES CON HUESO
29	DESAYUNO ALMUERZO CENA	CHUFLA + 03 PANES CON MERMELADA ARROZ GRANEADO + CORAZON DE POLLO GUISADO + MENESTRA (ARVEJA AMARILLA) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + REF. (SOBRE) ARROZ CON LECHE + 02 PANES
30	DESAYUNO ALMUERZO CENA	AVENA CON LECHE + 03 PANES CON MORTADELA ARROZ GRANEADO + CAU CAU A LA CRIOLLA + ENSALADA (REPOLLO) FRUTA (NARANJA)+ REF. (SOBRE) ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE CORAZON DE POLLO + PAPAS + INFUSION

CONTRATISTA


 Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


 Lic. Marjith Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

FORMATO - A

DOSIFICACION, COMPOSICION Y VALOR CALORICO TOTAL DE MENU PROPUESTO PARA INTERNOS (AS)
DEL E.P. DE CHICLAYO
MENU N° 01-15-29

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjín Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 02-16-30

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 03-17

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA								
DESAYUNO :								
ACEITUNA	30,00	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,760	96,39
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	23,00	0,00	0,00	22,61	0,00	0,00	90,436	90,44
SUBTOTAL		16,55	19,94	95,84	66,20	179,42	383,38	628,99
				V.C. DESAYUNO				628,99
				% DIST. DESAYUNO				25%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
ARVERJITA PARTIDA	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	22,00	0,00	0,00	21,63	0,00	0,00	86,50	86,50
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		66,74	20,05	230,68	266,97	180,45	922,71	1370,13
				V.C. ALMUERZO				1370,13
				% DIST. ALMUERZO				55%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
BOFE DE RES	60,00	8,04	1,32	0,00	32,16	11,88	0,00	44,04
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
CEBOLLA	8,00	0,11	0,02	0,90	0,45	0,14	3,62	4,21
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
AZUCAR RUBIA	12,00	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		16,83	5,93	94,96	67,34	53,33	379,82	500,48
				V.C. CENA				500,48
				% DIST. ALMUERZO				20%
	VCT (Gr.)	100,13	45,91	421,48				
	VCT (Kcal.)	400,50	413,19	1685,91				
	VCT (%)	16%	17%	67%				
				V.C.T. MENU				2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vargaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 04-18

	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA + 03 PANES CON QUESO								
DESAYUNO :								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
QUESO	30,00	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,08	51,45
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
SUBTOTAL		15,85	4,72	104,51	63,40	42,48	418,02	523,90
					V.C. DESAYUNO			523,90
					% DIST. DESAYUNO			21%
ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO (PICADILLO) + ALMUERZO : ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + IREF. (SOBRE)								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
OLLUCO	140,00	1,54	0,14	20,02	6,16	1,26	80,08	87,50
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CEBOLLA	25,00	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		49,293	31,03	251,18	197,17	279,24	1004,72	1481,14
					V.C. ALMUERZO			1.481,14
					% DIST. ALMUERZO			59%
MAIZENA CON LECHE + 02 PANES								
CENA								
MAIZENA	40,00	0,24	0,08	34,68	0,96	0,72	138,72	140,40
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
CANELA ENTERA	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		10,18	5,87	100,25	40,72	52,83	401,00	494,55
					V.C. CENA			494,55
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	75,32	41,62	455,94					
VCT (Kcal.)	301,29	374,55	1823,74					
VCT (%)	12%	15%	73%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 05-19

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO								
DESAYUNO :								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,620	137,62
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
MANJAR BLANCO	30,00	2,37	2,76	16,11	9,48	24,84	64,440	98,76
SUBTOTAL		13,26	3,94	125,94	53,02	35,46	503,74	592,22
					V.C. DESAYUNO			592,22
					% DIST. DESAYUNO			24%
TALLARINES ROJOS + GUISO DE RES + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	150,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
RES CON HUESO	150,00	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	38,00	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
AJI AMARILLO	3,00	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	1,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
AZUCAR RUBIA	38,00	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,42	149,42
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		53,33	28,48	231,56	213,32	256,35	926,22	1395,90
					V.C. ALMUERZO			1.395,90
					% DIST. ALMUERZO			56%
ARROZ GRANEADO + GUISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACEITE VEGETAL	2,00	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	3,00	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		25,69	12,67	73,75	102,76	114,03	295,00	511,79
					V.C. CENA			511,79
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	92,28	45,09	431,24					
VCT (Kcal.)	369,10	405,84	1724,96					
VCT (%)	15%	16%	69%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 06-20

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
ONP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 07-21

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrigo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 08-22

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 09-23

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 10-24

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : LECHE + 03 PANES CON ACEITUNA								
ACEITUNA	30,00	0,24	9,63	2,19	0,96	86,67	8,760	96,39
LECHE EVAPORADA	125,00	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,500	180,63
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
AZUCAR RUBIA	27,00	0,00	0,00	26,54	0,00	0,00	106,164	106,16
SUBTOTAL		16,55	19,94	99,78	66,20	179,42	399,10	644,72
				V.C. DESAYUNO				644,72
				% DIST. DESAYUNO				26%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA (ARVEJA PARTIDA) + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
PESCADO	160,00	34,56	6,24	0,48	138,24	56,16	1,92	196,32
ARVERJITA PARTIDA	80,00	17,36	2,56	48,88	69,44	23,04	195,52	288,00
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
SAL	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
LIMON	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
AZUCAR RUBIA	18,00	0,00	0,00	17,69	0,00	0,00	70,78	70,78
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		66,74	20,05	226,75	266,97	180,45	906,98	1354,40
				V.C. ALMUERZO				1354,40
				% DIST. ALMUERZO				54%
ARROZ GRANEADO + CHANFAINITA + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
BOFE DE RES	60,00	8,04	1,32	0,00	32,16	11,88	0,00	44,04
PAPA BLANCA	50,00	1,05	0,05	11,15	4,20	0,45	44,60	49,25
HIERBA BUENA	5,00	0,16	0,05	0,35	0,62	0,45	1,40	2,47
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
ACEITE VEGETAL	4,00	0,00	4,00	0,00	0,00	36,00	0,00	36,00
CEBOLLA	8,00	0,11	0,02	0,90	0,45	0,14	3,62	4,21
TOMATE	8,00	0,06	0,02	0,34	0,26	0,14	1,38	1,78
AZUCAR RUBIA	12,00	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		16,83	5,93	94,96	67,34	53,33	379,82	500,48
				V.C. CENA				500,48
				% DIST. ALMUERZO				20%
	VCT (Gr.)	100,13	45,91	421,48				
	VCT (Kcal.)	400,50	413,19	1685,91				
	VCT (%)	16%	17%	67%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 11-25

	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
QUINUA + 03 PANES CON QUESO								
DESAYUNO :								
QUINUA	25,00	3,40	1,45	16,58	13,60	13,05	66,30	92,95
QUESO	30,00	4,89	3,09	1,02	19,56	27,81	4,08	51,45
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,68	261,54
AZUCAR RUBIA	30,00	0,00	0,00	29,49	0,00	0,00	117,96	117,96
SUBTOTAL		15,85	4,72	104,51	63,40	42,48	418,02	523,90
					V.C. DESAYUNO			523,90
					% DIST. DESAYUNO			21%
ARROZ GRANEADO + AJIACO CON POLLO (PICADILLO) + ENSALADA (REPOLLO) + FRUTA (NARANJA) + IREF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
ARROZ SUPERIOR	150,00	12,30	0,75	116,70	49,20	6,75	466,80	522,75
POLLO CON HUESO	160,00	29,12	16,32	0,00	116,48	146,88	0,00	263,36
PAPA BLANCA	200,00	4,20	0,20	44,60	16,80	1,80	178,40	197,00
OLLUCO	140,00	1,54	0,14	20,02	6,16	1,26	80,08	87,50
ACHIOTE MOLIDO	0,50	0,03	0,02	0,39	0,13	0,21	1,56	1,90
AZUCAR RUBIA	40,00	0,00	0,00	39,32	0,00	0,00	157,28	157,28
COL SILVESTRE	30,00	0,75	0,18	3,63	3,00	1,62	14,52	19,14
CEBOLLA	25,00	0,35	0,05	2,83	1,40	0,45	11,30	13,15
TOMATE	30,00	0,24	0,06	1,29	0,96	0,54	5,16	6,66
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
SAL	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ACEITE VEGETAL	13,00	0,00	13,00	0,00	0,00	117,00	0,00	117,00
REFRESCO SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
NARANJA	150,00	0,75	0,30	12,30	3,00	2,70	49,20	54,90
SUBTOTAL		49,293	31,03	251,18	197,17	279,24	1004,72	1481,14
					V.C. ALMUERZO			1.481,14
					% DIST. ALMUERZO			59%
MAIZENA CON LECHE + 02 PANES								
CENA								
MAIZENA	40,00	0,24	0,08	34,68	0,96	0,72	138,72	140,40
LECHE EVAPORADA	70,00	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	60,00	5,04	0,12	38,28	20,16	1,08	153,12	174,36
CANELA ENTERA	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	20,00	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		10,18	5,87	100,25	40,72	52,83	401,00	494,55
					V.C. CENA			494,55
					% DIST. ALMUERZO			20%
	VCT (Gr.)	75,32	41,62	455,94				
	VCT (Kcal.)	301,29	374,55	1823,74				
	VCT (%)	12%	15%	73%				
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Adrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 12-26

ALIMENTO	PESO	PROT	GRASAS	CARB.	K. CALORIAS POR NUTRIENTES			TOTAL
	(g)	(g)	(g)	(g)	PROT	GRASAS	CARB.	
DESAYUNO : AVENA + 03 PANES CON MANJAR BLANCO								
AVENA	25,00	3,33	1,00	18,00	13,30	9,00	72,000	94,30
AZUCAR RUBIA	35,00	0,00	0,00	34,41	0,00	0,00	137,620	137,62
PAN FRANCES	90,00	7,56	0,18	57,42	30,24	1,62	229,680	261,54
MANJAR BLANCO	30,00	2,37	2,76	16,11	9,48	24,84	64,440	98,76
SUBTOTAL		13,26	3,94	125,94	53,02	35,46	503,74	592,22
					V.C. DESAYUNO			592,22
					% DIST. DESAYUNO			24%
TALLARINES ROJOS + GUISO DE RES + ENSALADA (PEPINILLO) + FRUTA (PLATANO DE SEDA) + REF. (SOBRE)								
ALMUERZO :								
FIDEOS TALLARIN	150,00	14,25	0,15	104,40	57,00	1,35	417,60	475,95
RES CON HUESO	150,00	31,95	2,40	0,00	127,80	21,60	0,00	149,40
PAPA BLANCA	180,00	3,78	0,18	40,14	15,12	1,62	160,56	177,30
ACEITE VEGETAL	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	225,00	0,00	225,00
PEPINILLOS	30,00	0,15	0,03	0,78	0,60	0,27	3,12	3,99
LIMON	2,00	0,01	0,00	0,19	0,04	0,04	0,78	0,85
AJOS	2,00	0,11	0,02	0,61	0,45	0,14	2,43	3,02
CEBOLLA	38,00	0,53	0,08	4,29	2,13	0,68	17,18	19,99
ACHIOTE MOLIDO	1,00	0,07	0,05	0,78	0,26	0,41	3,13	3,81
TOMATE	15,00	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
AJI AMARILLO	3,00	0,03	0,02	0,26	0,11	0,19	1,06	1,35
PIMIENTA MOLIDA	1,00	0,08	0,08	0,64	0,34	0,72	2,54	3,60
SAZONADOR BLANCO	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SAL	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VINAGRE	1,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,20	0,20
REFresco SOBRE	10,00	0,00	0,00	9,91	0,00	0,00	39,64	39,64
AZUCAR RUBIA	38,00	0,00	0,00	37,35	0,00	0,00	149,42	149,42
PLATANO DE SEDA	150,00	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		53,33	28,48	231,56	213,32	256,35	926,22	1395,90
					V.C. ALMUERZO			1.395,90
					% DIST. ALMUERZO			56%
ARROZ GRANEADO + GUISO DE POLLO CON HUESO + INFUSION								
CENA								
ARROZ SUPERIOR	90,00	7,38	0,45	70,02	29,52	4,05	280,08	313,65
POLLO CON HUESO	100,00	18,20	10,20	0,00	72,80	91,80	0,00	164,60
TOMATE	5,00	0,04	0,01	0,22	0,16	0,09	0,86	1,11
CEBOLLA	5,00	0,07	0,01	0,57	0,28	0,09	2,26	2,63
ACEITE VEGETAL	2,00	0,00	2,00	0,00	0,00	18,00	0,00	18,00
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR RUBIA	3,00	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		25,69	12,67	73,75	102,76	114,03	295,00	511,79
					V.C. CENA			511,79
					% DIST. ALMUERZO			20%
VCT (Gr.)	92,28	45,09	431,24					
VCT (Kcal.)	369,10	405,84	1724,96					
VCT (%)	15%	16%	69%					
					V.C.T. MENU			2500

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 13-27

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - A

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

MENU N° 14-28

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano Garcia Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

16

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA NIÑOS DEL E.P. DE CHICLAYO
DEL DE MARZO AL DE ABRIL DE 2019

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 750 KILOCALORIAS POR DIA

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

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Martín Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

13

RELACION DE MENUES PROPUESTOS PARA NIÑOS DEL E.P. DE CHICLAYO
DEL DE MARZO AL DE ABRIL DE 2019

MENUES CON APOORTE MINIMO DE 750 KILOCALORIAS POR DIA

N°		DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
16		LECHE + 01 PAN CON HUEVO DURO	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	PIÑA EN ALMIBAR	AGUADITO CON MENUDECENCIA DE POLLO + INFUSION
17		KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	SOPA A LA MINUTA CON POLLO + INFUSION
18		LECHE CON AVENA + 01 PAN CON MANJAR BLANCO	PAPAYA PICADA	ARROZ GRANEADO + PAVITA A LA OLLA + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE AVENA + POLLO + INFUSION
19		SOYA + 01 PAN CON JAMONADA	LECHE	ARROZ GRANEADO + PICADILLO DE POLLO + MENESTRA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
20		LECHE + 01 PAN CON PALTA	PLATANO DE SEDA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA GUISADA CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	SOPA DE SEMOLA + CARNE DE RES + INFUSION
21		AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
22		LECHE + 01 PAN CON PESCADO FRITO	COMPOTA DE MANZANA	ARROZ GRANEADO + CERDO A LA PARRILLA + CAMOTE + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	SOPA DE TRIGO + POLLO + INFUSION
23		QUINUA CON LECHE + 01 PAN HOT DOG	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + PURE DE ZAPALLO + ENSALADA+ FRUTA + INFUSION	MAZAMORRA DE NARANJA	ARROZ GRANEADO + LOCRO DE POLLO + INFUSION
24		KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO	FRESA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION	MANZANA EN ALMIBAR	ARROZ GRANEADO + PESCADO A LA PLANCHA CON YUCA + INFUSION
25		AVENA CON LECHE + 01 PAN CON MERMELEDA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + ASADO DE RES + MENESTRA + LIMONADA	PLATANO DE SEDA	SOPA DE FIDEO + POLLO + INFUSION
26		SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO	LECHE	ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION	MAZAMORRA MORADA	LECHE EVAPORADA + 01 PAN
27		LECHE + 01 PAN CON POLLO	PLATANO DE LA ISLA PICADO	ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO CON PAPA + ENSALADA + INFUSION	MAIZENA CON LECHE	ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION
28		AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA	JUGO DE PAPAYA	ARROZ GRANEADO + POLLO A LA PLANCHA + PAPA FRITA + ENSALADA + LIMONADA	MANZANA PICADA EN ALMIBAR	LECHE EVAPORADA
29		LECHE CON QUINUA + 01 PAN CON ATUN	MANGO CON LECHE	ARROZ GRANEADO + HIGADO FRITO + PURE DE ESPINACA + ENSALADA + INFUSION	COMPOTA DE MANZANA	SOPA DE SEMOLA + POLLO + INFUSION
30		LECHE + 01 PAN CON HUEVO DURO	JUGO DE MANGO	ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION	PIÑA EN ALMIBAR	AGUADITO CON MENUDECENCIA DE POLLO + INFUSION

CONTRATISTA

Lauriano García Idrogo
 REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA

Lic. Mariela Alvarado Vergaray
 NUTRICIONISTA
 CNP : 4483

FORMATO - B

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

MENU N° 01-15-29

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

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

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

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

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

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

TOTAL VCT MENU: 1704 100%

CONTRATISTA


Lauriano García Ibarro
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

13

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

MENU N° 02-16-30

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
DESAYUNO : LECHE + 01 PAN CON HUEVO DURO									
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
HUEVOS ROSADOS	50,00	0,00	6,75	4,20	0,95	27,00	37,80	3,80	68,60
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		249,50	16,27	12,36	35,91	65,08	111,24	143,62	319,94
VCT DES.:						319,94		TOTAL	20%

MEDIA MAÑANA : JUGO DE MANGO									
MANGO	150,00	74,70	0,60	0,30	23,85	2,40	2,70	95,40	100,50
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		93,90	0,60	0,30	28,77	2,40	2,70	115,06	120,16
						VCT DES.:	120,16	TOTAL	8%

ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + MENESTRA + ENSALADA + FRUTA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	7,00	61,88	0,00	7,00	0,00	0,00	63,00	0,00	63,00
PESCADO	80,00	92,88	17,28	3,12	0,24	69,12	28,08	0,96	98,16
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
TOMATE	20,00	3,76	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
NARANJA DE MESA	50,00	17,10	0,60	0,10	5,45	2,40	0,90	21,80	25,10
AZUCAR REFINADA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ARVERJITA PARTIDA	60,00	210,60	13,02	1,92	36,66	52,08	17,28	146,64	216,00
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		706,44	36,26	12,52	116,73	145,04	112,68	466,90	724,62
						VCT ALM.:	724,62	TOTAL	46%

MEDIA TARDE : PIÑA EN ALMIBAR									
PIÑA	140,00	34,05	0,56	0,28	13,72	2,24	2,52	54,88	59,64
AZUCAR REFINADA	12,00	46,08	0,00	0,00	11,80	0,00	0,00	47,18	47,18
SUBTOTAL		80,13	0,56	0,28	25,52	2,24	2,52	102,06	106,82
						VCT DES.:	106,82	TOTAL	7%

CENA AGUADITO CON MENUENCIA DE POLLO + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	20,00	71,80	1,64	0,10	15,56	6,56	0,90	62,24	69,70
PAPA AMARILLA	25,00	24,46	0,50	0,10	5,83	2,00	0,90	23,30	26,20
HIGADO DE POLLO	80,00	125,60	16,40	5,60	1,28	65,60	50,40	5,12	121,12
ZANAHORIA	15,00	5,84	0,09	0,08	1,38	0,36	0,68	5,52	6,56
PORO	15,00	6,00	0,41	0,12	1,14	1,62	1,08	4,56	7,26
APIO	15,00	2,99	0,11	0,03	0,72	0,42	0,27	2,88	3,57
ZAPALLO	15,00	3,90	0,11	0,03	0,96	0,42	0,27	3,84	4,53
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		317,40	19,25	6,055	46,53	76,98	54,495	186,10	317,58
						VCT CEN.:	317,58	TOTAL	20%

TOTAL (g)	72,94	31,52	253,44
VCT (Kcal.)	291,7	283,6	1.013,7
TOTAL %	18%	18%	64%

TOTAL VCT MENU: 1589 100%

CONTRATISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

12

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

MENU N° 03-17.

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
KIWICHA CON LECHE + 01 PAN CON QUESO									
DESAYUNO :									
KIWICHA	20,00	75,40	2,70	1,42	12,90	10,80	12,78	51,60	75,18
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
QUESO	20,00	0,00	3,26	2,06	0,68	13,04	18,54	2,72	34,30
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		282,00	13,38	9,21	45,27	53,52	82,89	181,06	317,47
						VCT DES.:	317	TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : FRESA CON LECHE									
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
FRESAS	140,00	57,40	0,98	1,12	12,46	3,92	10,08	49,84	63,84
AZUCAR REFINADA	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		282,00	5,88	6,79	27,95	23,52	61,11	111,82	196,45
						VCT DES.:	196	TOTAL	12%
ALMUERZO : ARROZ GRANEADO + SALTADITO DE RES + MENESTRA + INFUSION									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	12,00	106,08	0,00	12,00	0,00	0,00	108,00	0,00	108,00
CARNE DE RES	70,00	66,15	14,91	1,12	0,00	59,64	10,08	0,00	69,72
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
LENTEJAS SECAS	60,00	203,40	13,56	0,60	36,60	54,24	5,40	146,40	206,04
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		658,07	33,72	14,08	100,37	134,88	126,72	401,46	663,06
						VCT ALM.:	663	TOTAL	41%
MEDIA TARDE : MANZANA EN ALMIBAR									
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,60	90,75
AZUCAR REFINADA	5,00	0,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		72,90	0,45	0,15	26,82	1,80	1,35	107,26	110,41
						VCT DES.:	110	TOTAL	7%
CENA SOPA A LA MINUTA CON POLLO + INFUSION									
FIDEO	25,00	90,00	2,35	0,05	19,55	9,40	0,45	78,20	88,05
PAPA BLANCA	40,00	36,86	0,84	0,04	8,92	3,36	0,36	35,68	39,40
POLLO	60,00	91,80	10,92	6,12	0,00	43,68	55,08	0,00	98,76
PORO	10,00	4,00	0,27	0,08	0,76	1,08	0,72	3,04	4,84
APIO	10,00	2,00	0,07	0,02	0,48	0,28	0,18	1,92	2,38
ZANAHORIA	10,00	3,90	0,06	0,05	0,92	0,24	0,45	3,68	4,37
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		305,35	14,51	6,36	50,29	58,04	57,24	201,16	316,44
						VCT CEN.:	316	TOTAL	20%
TOTAL (g) 67,94 36,59 250,69									
VCT (Kcal.) 271,8 329,3 1.002,76									
TOTAL % 17% 20,5% 63%									
						TOTAL VCT MENU:	1604	TOTAL	100%

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marijeth Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

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

MENU N° 04-18

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

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

MENU N° 05-19

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

09

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

MENU N° 06-20

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

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

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

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

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

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

TOTAL VCT MENU:	1404	100%
-----------------	------	------

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

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

MENU N° 07-21

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
AVENA CON LECHE + 01 PAN CON ACEITUNA									
DESAYUNO :									
AVENA	20,00	69,40	2,66	0,80	14,40	10,64	7,20	57,60	75,44
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	0,00	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
ACEITUNA	25,00	0,00	0,20	8,03	1,83	0,80	72,23	7,30	80,33
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		181,02	10,28	14,56	45,94	41,12	131,00	183,776	355,89
						VCT DES.:	356	TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : JUGO DE PAPAYA									
PAPAYA	140,00	40,32	0,56	0,14	11,48	2,24	1,26	45,92	49,42
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		117,12	0,56	0,14	31,14	2,24	1,26	124,56	128,06
						VCT DES.:	128	TOTAL	7%
ARROZ GRANEADO + POLLO AL SILLAO + MENESTRA + ENSALADA + LIMONADA									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
POLLO	120,00	183,60	21,84	12,24	0,00	87,36	110,16	0,00	197,52
LENTEJAS SECAS	60,00	203,40	13,56	0,60	36,60	54,24	5,40	146,40	206,04
TOMATE	20,00	3,76	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
SILLAO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
LIMON	5,00	0,77	0,03	0,01	0,49	0,10	0,09	1,94	2,13
SUBTOTAL		800,15	40,79	23,23	111,46	163,14	209,07	445,84	818,05
						VCT ALM.:	818	TOTAL	46%
MEDIA TARDE : MANZANA PICADA EN ALMIBAR									
MANZANA	150,00	72,90	0,45	0,15	21,90	1,80	1,35	87,60	90,75
AZUCAR REFINADA	10,00	38,40	0,00	0,00	9,83	0,00	0,00	39,32	39,32
SUBTOTAL		111,30	0,45	0,15	31,73	1,80	1,35	126,92	130,07
						VCT DES.:	130	TOTAL	7%
CENA LECHE EVAPORADA									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
AZUCAR REFINADA	22,00	84,48	0,00	0,00	21,63	0,00	0,00	86,50	86,50
SUBTOTAL		350,53	11,27	10,19	54,391	45,08	91,665	217,56	354,31
						VCT CEN.:	354	TOTAL	20%
TOTAL (g) 63,35 48,26 274,67									
VCT (Kcal.) 253,4 434,3 1.098,66									
TOTAL % 14% 24% 62%									
TOTAL VCT MENU:							1786	100%	

CONTRTISTA

NUTRICIONISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

07

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

MENU N° 08-22

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
LECHE + 01 PAN CON PESCADO FRITO									
DESAYUNO :									
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
PESCADO	50,00	0,00	10,80	1,95	0,15	43,20	17,55	0,60	61,35
AZUCAR REFINADA	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		261,02	20,32	10,11	38,05	81,28	90,99	152,216	324,49
						VCT DES.:	324,49	TOTAL	20%
COMPOTA DE MANZANA									
MEDIA MAÑANA :									
MANZANA	140,00	68,04	0,42	0,14	20,44	1,68	1,26	81,76	84,70
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		157,44	0,54	0,18	42,70	2,16	1,62	170,78	174,56
						VCT DES.:	174,56	TOTAL	11%
ARROZ GRANEADO + CERDO A LA PARRILLA + CON CAMOTE + ENSALADA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
CARNE DE CERDO	80,00	142,56	11,52	12,08	0,00	46,08	108,72	0,00	154,80
CEBOLLA	10,00	4,41	0,14	0,02	1,13	0,56	0,18	4,52	5,26
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
CAMOTE	60,00	69,60	0,72	0,12	16,56	2,88	1,08	66,24	70,20
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		599,05	17,38	22,54	84,46	69,52	202,86	337,84	610,22
						VCT ALM.:	610,22	TOTAL	38%
MAZAMORRA MORADA									
MEDIA TARDE :									
MAIZ MORADO	25,00	89,25	1,83	0,85	19,05	7,30	7,65	76,20	91,15
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
AZUCAR REFINADA	5,00	0,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		159,45	1,95	0,89	41,31	7,78	8,01	165,22	181,01
						VCT DES.:	181,01	TOTAL	11%
SOPA DE TRIGO + POLLO + INFUSION									
CENA									
TRIGO	25,00	89,50	2,10	0,35	19,03	8,40	3,15	76,10	87,65
PORO	10,00	4,00	0,27	0,08	0,76	1,08	0,72	3,04	4,84
POLLO	80,00	122,40	14,56	8,16	0,00	58,24	73,44	0,00	131,68
PAPA AMARILLA	25,00	24,46	0,50	0,10	5,83	2,00	0,90	23,30	26,20
AZUCAR REFINADA	18,00	69,12	0,00	0,00	17,69	0,00	0,00	70,78	70,78
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		309,48	17,43	8,69	43,304	69,72	78,21	173,22	321,15
						VCT CEN.:	321,15	TOTAL	20%
TOTAL (g)									
VCT (Kcal.)									
TOTAL %									
TOTAL VCT MENÚ:						1611		100%	

CONTRATISTA


Lauriano García Lago
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

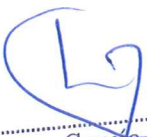
FORMATO - B

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

MENU N° 09-23

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
QUINUA CON LECHE + 01 PAN CON HOT DOG									
DESAYUNO :									
QUINUA	20,00	74,80	2,72	1,16	13,26	10,88	10,44	53,04	74,36
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
HOTDOG DE POLLO	20,00	0,00	2,20	6,86	0,00	8,80	61,74	0,00	70,54
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		273,72	12,34	13,75	42,98	49,36	123,75	171,916	345,03
						VCT DES.:	345,03	TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : JUGO DE MANGO									
MANGO	140,00	69,72	0,56	0,28	22,26	2,24	2,52	89,04	93,80
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
SUBTOTAL		146,52	0,56	0,28	41,92	2,24	2,52	167,68	172,44
						VCT DES.:	172,44	TOTAL	10%
ARROZ GRANEADO + PESCADO FRITO + PURE DE ZAPALLO + ENSALADA + FRUTA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	20,00	176,80	0,00	20,00	0,00	0,00	180,00	0,00	180,00
PESCADO	80,00	92,88	17,28	3,12	0,24	69,12	28,08	0,96	98,16
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
TOMATE	20,00	3,76	0,16	0,04	0,86	0,64	0,36	3,44	4,44
NARANJA DE MESA	50,00	17,10	0,60	0,10	5,45	2,40	0,90	21,80	25,10
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
PAPA AMARILLA	35,00	34,25	0,70	0,14	8,16	2,80	1,26	32,62	36,68
MARGARINA	7,00	50,40	0,04	5,67	0,02	0,17	51,03	0,08	51,28
ZAPALLO	20,00	5,20	0,14	0,04	1,28	0,56	0,36	5,12	6,04
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		623,81	24,12	29,45	69,86	96,49	265,05	279,44	640,98
						VCT ALM.:	640,98	TOTAL	38%
MEDIA TARDE : MAZAMORRA DE NARANJA									
NARANJA DE MESA	140,00	47,88	1,68	0,28	15,26	6,72	2,52	61,04	70,28
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
SUBTOTAL		175,68	1,68	0,28	47,35	6,72	2,52	189,38	198,62
						VCT DES.:	198,62	TOTAL	12%
ARROZ GRANEADO + LOCRO DE POLLO + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
POLLO	80,00	122,40	14,56	8,16	0,00	58,24	73,44	0,00	131,68
ZAPALLO	30,00	7,80	0,21	0,06	1,92	0,84	0,54	7,68	9,06
MANZANILLA	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		328,90	18,87	8,47	45,735	75,48	76,23	182,94	334,65
						VCT CEN.:	334,65	TOTAL	20%
TOTAL (g) 57,57 52,23 247,84									
VCT (Kcal.) 230,3 470,1 991,4									
TOTAL % 14% 28% 59%									
TOTAL VCT MENU:						1692		100%	

CONTRATISTA


Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

NUTRICIONISTA


Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

05

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

MENU N° 10-24

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

FORMATO - B

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

MENU N° 11-25

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

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Arango
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

03

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

MENU N° 12-26

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
SOYA + 01 PAN CON HUEVO SANCOCHADO									
DESAYUNO :									
SOYA	20,00	80,20	5,64	3,78	7,14	22,56	34,02	28,56	85,14
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
HUEVOS ROSADOS	50,00	0,00	6,75	4,20	0,95	27,00	37,80	3,80	68,60
AZUCAR REFINADA	15,00	57,60	0,00	0,00	14,75	0,00	0,00	58,98	58,98
SUBTOTAL		225,10	14,91	8,04	41,98	59,64	72,36	167,9	299,90
VCT DES.:						300		TOTAL 20%	
MEDIA MAÑANA : LECHE									
LECHE EVAPORADA	80,00	114,40	5,60	6,48	8,72	22,40	58,32	34,88	115,60
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		133,60	5,60	6,48	13,64	22,40	58,32	54,54	135,26
VCT DES.:						135		TOTAL 9%	
ARROZ GRANEADO + POLLO MECHADO + MENESTRA + ENSALADA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
ACEITE VEGETAL	8,00	70,72	0,00	8,00	0,00	0,00	72,00	0,00	72,00
TOMATE	15,00	2,82	0,12	0,03	0,65	0,48	0,27	2,58	3,33
CEBOLLA	15,00	6,62	0,21	0,03	1,70	0,84	0,27	6,78	7,89
POLLO	120,00	183,60	21,84	12,24	0,00	87,36	110,16	0,00	197,52
FREJOL CANARIO	25,00	84,75	5,48	0,53	15,05	21,90	4,73	60,20	86,83
AZUCAR REFINADA	20,00	76,80	0,00	0,00	19,66	0,00	0,00	78,64	78,64
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		604,81	31,75	21,08	75,95	126,98	189,68	303,80	620,46
VCT ALM.:						620		TOTAL 41%	
MEDIA TARDE : MAZAMORRA MORADA									
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
MAIZ MORADO	20,00	71,40	1,46	0,68	15,24	5,84	6,12	60,96	72,92
CANELA ENTERA	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	3,00	0,00	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		141,60	1,58	0,72	35,53	6,32	6,48	142,12	154,92
VCT DES.:						155		TOTAL 10%	
CENA LECHE EVAPORADA + 01 PAN									
LECHE EVAPORADA	125,00	178,75	8,75	10,13	13,63	35,00	91,13	54,50	180,63
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
AZUCAR REFINADA	8,00	30,72	0,00	0,00	7,86	0,00	0,00	31,46	31,46
SUBTOTAL		296,77	11,27	10,19	40,629	45,08	91,665	162,52	299,26
VCT CEN.:						299		TOTAL 20%	
TOTAL (g)		65,11	46,50	207,72					
VCT (Kcal.)		260,4	418,5	830,87					
TOTAL %		17%	28%	55%					
TOTAL VCT MENU:						1510		100%	

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Irogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vargaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

02

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

MENU N° 13-27

ALIMENTO	PESO BRUTO x RACION (g o ml)	Kcal.	PROT (g)	GRAS (g)	CHO (g)	VALOR CALÓRICO TOTAL (KCAL)			DIST. CAL. % POR MENÚ
						PROT	GRASAS	CHO	
LECHE + 01 PAN CON POLLO									
DESAYUNO :									
LECHE EVAPORADA	100,00	143,00	7,00	8,10	10,90	28,00	72,90	43,60	144,50
PAN FRANCES	30,00	87,30	2,52	0,06	19,14	10,08	0,54	76,56	87,18
POLLO	30,00	0,00	5,46	3,06	0,00	21,84	27,54	0,00	49,38
AZUCAR REFINADA	5,00	0,00	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		230,30	14,98	11,22	34,96	59,92	100,98	139,82	300,72
						VCT DES.:	301	TOTAL	20%
MEDIA MAÑANA : PLATANO DE LA ISLA PICADO									
PLATANO DE SEDA	150,00	84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
SUBTOTAL		84,66	2,25	0,45	31,50	9,00	4,05	126,00	139,05
						VCT DES.:	139	TOTAL	9%
ARROZ GRANEADO + GALLINA AL SILLAO CON PAPA + ENSALADA + INFUSION									
ALMUERZO :									
ARROZ SUPERIOR	60,00	215,40	4,92	0,30	46,68	19,68	2,70	186,72	209,10
ACEITE VEGETAL	10,00	88,40	0,00	10,00	0,00	0,00	90,00	0,00	90,00
CARNE DE GALLINA	120,00	129,60	24,72	4,32	0,00	98,88	38,88	0,00	137,76
CEBOLLA	20,00	8,82	0,28	0,04	2,26	1,12	0,36	9,04	10,52
LIMON	1,00	0,15	0,01	0,00	0,10	0,02	0,02	0,39	0,43
SILLAO	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
PAPA AMARILLA	40,00	39,14	0,80	0,16	9,32	3,20	1,44	37,28	41,92
AZUCAR REFINADA	25,00	96,00	0,00	0,00	24,58	0,00	0,00	98,30	98,30
ANIS	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
SUBTOTAL		579,39	30,81	14,84	83,362	123,22	133,58	333,45	590,25
						VCT ALM.:	590	TOTAL	39%
MEDIA TARDE: MAIZENA CON LECHE									
LECHE EVAPORADA	70,00	100,10	4,90	5,67	7,63	19,60	51,03	30,52	101,15
MAIZENA	20,00	70,20	0,12	0,04	17,34	0,48	0,36	69,36	70,20
AZUCAR REFINADA	3,00	11,52	0,00	0,00	2,95	0,00	0,00	11,80	11,80
SUBTOTAL		181,82	5,02	5,71	27,92	20,08	51,39	111,68	183,15
						VCT DES.:	183	TOTAL	12%
ARROZ GRANEADO + TORTILLA DE ESPINACA + INFUSION									
CENA									
ARROZ SUPERIOR	50,00	179,50	4,10	0,25	38,90	16,40	2,25	155,60	174,25
HUEVOS ROSADOS	50,00	59,93	6,75	4,20	0,95	27,00	37,80	3,80	68,60
ESPINACA	10,00	2,24	0,19	0,06	0,63	0,76	0,54	2,52	3,82
TOMATE	10,00	1,88	0,08	0,02	0,43	0,32	0,18	1,72	2,22
ACEITE VEGETAL	3,00	26,52	0,00	3,00	0,00	0,00	27,00	0,00	27,00
MANZANILLA	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
AZUCAR REFINADA	5,00	19,20	0,00	0,00	4,92	0,00	0,00	19,66	19,66
SUBTOTAL		289,27	11,12	7,53	45,825	44,48	67,77	183,30	295,55
						VCT CEN.:	296	TOTAL	20%
TOTAL (g)		64,18	39,75	223,56					
VCT (Kcal.)		256,7	357,8	894,2					
TOTAL %		17%	24%	59%					
TOTAL VCT MENU:						1509	100%		

CONTRATISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano García Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483

FORMATO - B

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

MENU N° 14-28

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

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

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

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

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

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

TOTAL VCT MENU: 1744 100%

CONTRTISTA

NUTRICIONISTA

Lauriano C. Idrogo
REPRESENTANTE DEL CONSORCIO

Lic. Marjith Alvarado Vergaray
NUTRICIONISTA
CNP : 4483