



BIENESTAR

FAI Programa

o Proyecto:

Sub-Proyecto:

Nombre EAS:

GRUPO ÉTNICO :

4102-1500-4-0-101 HOGARES INFANTILES INSTITUCIONAL

HOGAR INFANTIL LOS CALEÑITOS

Indígena ___ (étnia ___)

Afro ___ Raizal ___ ROM ___ Sin pertenencia Étnica X

| GRUPO ALIMENTO | ALIMENTO | PESO BRUTO POR PORCIÓN | PESO NETO POR PORCIÓN | MEDIDA CASERA |
|---|------------------------|------------------------|-----------------------|--------------------|
| CEREALES | PAN | 20 | 20 | 1 unidad pequeña |
| | PASTA | 15 | 15 | 1 cucharada sopera |
| | AVENA | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| | ARROZ | 12 | 12 | 1 cucharada sopera |
| | HARINA DE TRIGO | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| | CEBADA | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| | TORTILLAS | 15 | 15 | 1 porción pequeña |
| | BARQUILLOS | 14 | 14 | 2 unidades |
| | TORTA | 14 | 14 | 1 porción pequeña |
| | TOSTADAS | 35 | 35 | 2 unidades |
| | MAICENA | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| | AREPA | 35 | 35 | 1 unidad pequeña |
| | GALLETAS | 14 | 14 | 2 unidades |
| | MAIZ | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| CUCHUCO | 10 | 10 | 1 cucharada sopera | |
| RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS | PAPA COMUN/ VARIEDADES | 24 - 32 | 19 | 1/2 unidad pequeña |
| | PAPA CRIOLLA | 24 - 32 | 19 | 1/2 unidad pequeña |
| | YUCA | 24 - 32 | 19 | 1/2 unidad pequeña |
| | ARRACACHA | 24 - 32 | 19 | 1/2 unidad pequeña |
| | PLATANO | 24 - 32 | 19 | 1/2 unidad pequeña |
| FRUTAS Y VERDURAS | BANANO | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | BROCOLI | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | CEBOLLA CABEZONA | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | CEBOLLA JUNCA | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | CHONTADURO | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | COLIFLOR | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | DURAZNO | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | ESPINACA | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | FRESAS | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | GRANADILLA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | GUAYABA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | HABICHUELA | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | LECHUGA | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | LULO | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | MANDARINA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | MANGO | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | MANZANA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | MARACUYA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | MELON | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | MORA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | NARANJA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | PAPAYA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | PERA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | PEREJIL | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | PIMENTON | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | PIÑA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | REMOLACHA | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | SANDIA | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | TOMATE CHONTO | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| | TOMATE DE ARBOL | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | UVAS | 73 - 155 | 70 - 74 | 1 porción pequeña |
| | ZANAHORIA | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas |
| ZAPALLO | 31 - 46 | 27 | 2 cucharas soperas | |
| CARNES, HUEVOS, PECES (PROTEICOS ORIGEN ANIMAL) | PECHUGA DE POLLO | 54 | 40 | 1 porción pequeña |
| | ATÚN | 50 | 40 | 1 porción pequeña |
| | CARNE | 40 - 50 | 40 - 50 | 1 porción pequeña |
| | VISCERAS | 40 | 40 | 1 porción pequeña |
| | JAMON | 40 | 40 | 1 porción pequeña |
| | HUEVO | 55 | 50 | 1 unidad pequeña |
| | PERNIL DE POLLO | 60 | 40 | 1 porción pequeña |
| HIGADO | 40 | 40 | 1 porción pequeña | |



BIENESTAR

FAI Nombre EAS:

HOGAR INFANTIL LOS CALEÑITOS

GRUPO ÉTNICO : Indígena ___ (étnia ___)
Afro ___ Raizal ___ ROM ___ Sin pertenencia Étnica X ___

| GRUPO ALIMENTO | ALIMENTO | PESO BRUTO POR PORCION | PESO NETO POR PORCION | MEDIDA CASERA |
|--|------------------|------------------------|-----------------------|--------------------|
| LEGUMINOSAS, MEZCLAS VEGETALES (PROTEICOS ORIGEN VEGETAL) | BIENESTARINA | 15 | 15 | 1 cucharada sopera |
| | FRIJOLES | 5 - 10. | 5 - 10. | 1 cucharada sopera |
| | LENTEJAS | 5 - 10. | 5 - 10. | 1 cucharada sopera |
| | GARBANZOS | 5 - 10. | 5 - 10. | 1 cucharada sopera |
| | BLANQUILLOS | 5 - 10. | 5 - 10. | 1 cucharada sopera |
| | ARVERJA | 5 - 10. | 5 - 10. | 1 cucharada sopera |
| LACTEOS Y DERIVADOS | QUESO CAMPESINO | 30 | 30 | 1 porcion pequeña |
| | LECHE | 100 - 150 | 100 - 150 | 3 - 5 onzas |
| | YOGURTH | 100 - 150 | 100 - 150 | 3 - 5 onzas |
| | KUMIS | 100 - 150 | 100 - 150 | 3 - 5 onzas |
| | AVENA | 100 - 150 | 100 - 150 | 3 - 5 onzas |
| | CUAJADA | 30 | 30 | 1 porcion pequeña |
| GRASAS | ACEITE | 5 | 5 | 1 cucharadita |
| | MARGARINA | 5 | 5 | 1 cucharadita |
| | AGUACATE | 10 | 10 | 1 porcion pequeña |
| | CREMA DE LECHE | 5 | 5 | 1 cucharadita |
| | MAYONESA | 5 | 5 | 1 cucharadita |
| AZUCARES | AREQUIPE | 10 | 10 | 1 porcion pequeña |
| | AZUCAR | 10 | 10 | 1 cucharada raza |
| | BOCADILLO | 10 | 10 | 1 porcion pequeña |
| | CHOCOLATE | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| | CHOCOLATINA | 10 | 10 | 1 porcion pequeña |
| | CHOCOLISTO | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| | GELATINA | 10 | 10 | 1 porcion pequeña |
| | HELADO | 10 | 10 | 1 porcion pequeña |
| | LECHE CONDENSADA | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| | MASMELO | 10 | 10 | 1 porcion pequeña |
| | MERMELADA | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| | PANELA | 10 | 10 | 1 cucharada sopera |
| | UVAS PASAS | 10 | 10 | 1 porcion pequeña |


SAMIRA MARCELA MENDOZA BROCHERO

Nutricionista Dietista EAS
T.P.00709


SORAYA OSORIO

Nutricionista Dietista ICBF
T.P.02200

Fecha de elaboración: AGOSTO 2017