

**CO1.PCCNTR.4057780 - 2022**
**Minuta patrón Complemento alimentario Desayuno**

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Producto de panaderíacereal o derivados	Pan en diferentes variedades	25-30	35-40	50 -60	60-70	Mínimo 8 veces / ciclo
	Pan de bono	25-30	35-40	50-60	60-70	4 veces en el ciclo
	Muffin	10-15	40	50	70	2 vez / ciclo
	Ponqués o tortas	20	30	40	50	2 – 3 veces en el ciclo
	Galletas	12-35	12-35	15-35	15-35	2 – 3 veces / ciclo
	Arepa de maíz amarillo o blanco sin queso <sup>5</sup>	40	40	70 (máximo 2 unidades)	80 (máximo 2 unidades)	Cocina móvil: 2 veces/ciclo  Sumapaz: 2 veces/ciclo
	Granola	10-20	20	30-35	35-40	2 veces/ciclo
	Papa común	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
	Plátano hartón	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
Frutas	Fruta	A partir de 40 g	A partir de 60 g	A partir de60 g	A partir de80 g	Diario

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Alimento proteico	Huevo sin ingredientes adicionales	40-45	50	60	60	4 veces en el ciclo.
	Huevo en preparación con proteína	Huevo: 28-31.5 Proteína:12-13.5	Huevo: 35 Proteína:15	Huevo: 42 Proteína:18	Huevo: 42 Proteína:18	2 veces/ciclo
	Huevo en preparación con acompañante no proteico.	Huevo: 40-45 Acompañante no proteico:8-9	Huevo: 50 Acompañante no proteico:10	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	8 veces/ciclo
	Carne de res	35	40	50	55	1 vez/ciclo
	Queso tipo mozzarella/doble crema/pera	30	30	40	60	8 veces/ciclo 4 veces doble crema 4 veces mozzarella

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Bebida láctea	*Bebida preparada con leche semidescremada	102 cc de leche semidescremada para un volumen total de 120 cc.	127.5 cc de leche semidescremada para un volumen total de 150 cc.	153 cc de leche semi descremada para un volumen total de 180 cc	170 cc de leche semi descremada para un volumen total de 200 cc	Fécula de maíz tipo maicena de sabores:1 vez/ciclo Chocolate: 2 veces/ciclo Bebida a base de cocoa: 2 veces/ ciclo. Tetero:4 veces / ciclo. Café: 3 veces /ciclo Mocachino:4 veces /ciclo
	Leche de vaca semidescremada	120	150	180	200	2 veces / ciclo
	Yogurt semidescremado	120	150	180	200	1 veces / ciclo
	*Sorbete /crema de fruta	102 cc de leche (55.8 g de pulpa).	127.5 cc de leche (69.75 g de pulpa).	153 cc de leche, (83.7 g de pulpa)	170 cc de leche (93 g de pulpa)	1vez / ciclo
	Fécula de maíz tipo maicena	4.5 - 5	6-8	6 a 8	6 a 8	1 Vez/Ciclo
	Café	1.98	2.48	2.97	3.3	3 veces / ciclo
	Peto <sup>6</sup>	15	18.75	22.5	25	1 vez /ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Grasas - Aceite vegetal	Aceite vegetal	Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa				
Azúcares y Dulces	Azúcar	4-6	6-7	7 a 8	8 a 9	6 veces máximo / ciclo
	*Panela	2-3	3-4	4 a 5	4 a 5	4 veces / ciclo
	*Bebida a base de cocoa (presentación en polvo lista para diluir)	5-6	7-8	9 a 10	10 a 11	2 veces / ciclo
	*Chocolate	5-6	7-8	9-10	10 a 11	2 veces / ciclo

### Minuta Patrón Complemento Alimentario Almuerzo

COMPONENTE	ALIMENTOS	Gramajes para los tipos A, B, C, D.	FRECUENCIA
		Peso neto— Gramos.	
	Verduras *	10	2 veces / ciclo
	Cereales y derivados **	10	

Sopa*	Tubérculo (papa en cualquier variedad y yuca, plátano, entre otros)***	14-18				
	Leguminosa	15-20				
	Volumen final	180cc				
COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Cereales, Raíces, tubérculos Plátanos	Arroz	25-30	30-35	40 - 45	50-60	18 veces/ ciclo
	Cereales	25-30	30-35	40 - 45	50-60	2 veces /ciclo
	y derivados (pasta)					
	Torta elaborada en horno combi	50-66	50-66	50-66	50-66	Mínimo 2 veces/ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
	Tubérculo (papa en cualquier variedad y diferentes preparaciones)	35-40 20 g, mínimo cuando se acompañe con leguminosa	50-60 30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	80 – 90 65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	100 – 110 85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	11 veces / ciclo máximo:  Mínimo 4 veces papa criolla
	Raíces (yuca y arracacha e n diferentes preparaciones)	20 g mínimo cuando se acompañe de leguminosa	30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	2-4 veces máximo/ en el ciclo
	Plátano e n diferentes preparaciones	35-40	50-60	80 – 90	100-110	8 veces / ciclo máximo
		20 g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	
Derivado de cereal	Arepa	40	40	60	70	2 veces / en cocinas móviles y Sumapaz

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
	Pan variedad blandito	25-30	35-40	50 -60	60-70	1 vez/ciclo
Verduras y Hortalizas	Variedad de verduras u hortalizas en diferentes preparaciones.	20	25	35	40	Verduras u hortalizas mínimo 10 veces/ciclo.
Fruta	Diferentes variedades	A partir de 40g	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	Máximo 7 veces/ciclo como reemplazo de componente verdura

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
	Volumen final del jugo	180 cc	180 cc	180cc	180 cc	Diario
	*Pulpa de fruta sin azúcar	45-60	45- 60	45- 60	45- 60	Diario
	Azúcar	8-12	8 a 12	8 a 12	8 a 12	Diario
	Panela	12-16	12-16	12-16	12-16	Mínimo 2 veces/ciclo
	Néctar de fruta de diferentes sabores UHT (según lo establecido en la resolución 3929 de 2013	180-200cc	180-200cc	180-200cc	180-200cc	12 veces / en el ciclo máximo 3 veces por cada 5 menús consecutivos.
Bebidas						
	**Batidos (mezcla de verduras y/o fruta)	Verdura:40				

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
		Fruta: 50				
Agua	Agua	SIAT 200-300 cc				8 veces / en el ciclo máximo 2 veces por cada 5 menús consecutivos.
Fruta	*Fruta entera	A partir de 40 g	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	SIAT: 17 veces/ ciclo, de las cuales 8 se entregarán con agua.

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Alimento proteico	Carne de res en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 3 veces / ciclo: 2 veces en presentación en cubos, y 1 vez en presentación molida
	Carne de cerdo en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 10 veces / ciclo
	Pollo en diferentes preparaciones	Peso del pollo en cubos 60	Peso del pollo en cubos 70	Peso del pollo en cubos 80	Peso del pollo en cubos 90	6 veces/ ciclo de las cuales 1 vez como pierna o perril con hueso.
		Peso bruto pierna o perril con hueso: 100-	Peso bruto pierna o perril con hueso:	Peso bruto pierna o perril con hueso:	Peso bruto pierna o perril con hueso:	

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA	OBSERVACIONES
		PESO NETO - GRAMOS					
		150	100-150	100-150	100-150		
	Leguminosa en diferentes preparaciones	20	25	30	40	Máximo 8 veces / ciclo	El acompañante proteico debe ser carne de res o cerdo. Las preparaciones con leguminosas secas como lenteja, arveja, garbanzo o frijol no podrán ser mezcladas con la proteína. Dichas preparaciones deben acompañarse de carne de res o cerdo como complemento proteico y este representará el 60% del gramaje establecido. Para este tipo de menú, no se tendrá en cuenta el porcentaje mínimo de proteína de alto valor biológico.
Otros	Leche y derivados		Según la necesidad en las preparaciones				
	Aceite		Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa para los alimentos fritos				

### Componentes menús de Complementos Reforzados

MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD
MENÚ 1	NÉCTAR DE MANGO	nectar de mango	200
	CROISSANT DE QUESO	hojaldre	50
		queso doble crema	40
	MANDARINA	mandarina	80
	COCADA	cocada	20
MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD

<b>MENÚ 2</b>	LECHE ENTERA	leche uth	200
	ROLLO DE POLLO	tortilla	30
		carne de pollo	42
		queso doble crema	20
	MANZANA	manzana	80
	QUESO PETIT	queso petit	50
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 3</b>	NECTAR DE MANZANA	nectar de manzana	200
	SANDWINCH DE QUESO	pan mantequilla	60
		queso doble crema	30
	GRANADILLA	granadilla	20
	MANI DE SAL	mani de sal	20
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 4</b>	AVENA UHT	avena uht	200
	HOJALDRE CON BOCADILLO Y QUESO	hojaldre	50
		queso doble crema	40
		bocadillo	7
	DURAZNO	durazno	90
	FLAN DE LECHE	flan de leche	50
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 5</b>	NÉCTAR DE DURAZNO	nectar de durazno	200
	SANDUCHE DE PERNIL DE CERDO	pan blandito	60
		pernil de cerdo	42
		queso doble crema	20
	BANANO	banano	80
	QUESO CON BOCADILLO	queso doble crema	25
		bocadillo	25
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 6</b>	NÉCTAR DE MANGO	nectar de mango	200
	ROLLO DE POLLO	tortilla	30
		carne de pollo	42
		queso doble crema	20
	MANDARINA	mandarina	80
	QUESO PETIT	queso petit	50

<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 7</b>	LECHE ENTERA	leche uth	200
	CROISSANT DE QUESO	hojaldre	50
		queso doble crema	40
	GRANADILLA	granadilla	20
	MANI DE SAL	mani de sal	20
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 8</b>	NÉCTAR DE DURAZNO	nectar de durazno	200
	SANDUCHE DE PERNIL DE CERDO	pan blandito	60
		pernil de cerdo	42
		queso doble crema	20
	MANZANA	manzana	80
	BARRA DE CEREAL	barra de cereal	20
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 9</b>	BEBIDA A BASE DE YOGUR	bebida a base de yogur	200
	ROLLO DE QUESO	tortilla	30
		queso doble crema	30
	BANANO	banano	80
	FLAN DE LECHE	flan de leche	50
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 10</b>	NÉCTAR DE PERA	nectar de pera	200
	SANDWICH DE POLLO CON MAIZ	pan mantequilla	60
		carne de pollo	70
		maíz tierno desgranado	11
	DURAZNO	durazno	90
	MIX DE FRUTOS SECOS	mezcla de frutos secos	20

**CO1.PCCNTR.4771103 – 2023**
**Minuta patrón Complemento alimentario Desayuno**

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Producto de panaderíacereal o derivados	Pan en diferentes variedades	25-30	35-40	50 -60	60-70	Mínimo 8 veces / ciclo
	Pan de bono	25-30	35-40	50-60	60-70	4 veces en el ciclo
	Muffin	10-15	40	50	70	2 vez / ciclo
	Ponqués o tortas	20	30	40	50	2 – 3 veces en el ciclo
	Galletas	12-35	12-35	15-35	15-35	2 – 3 veces / ciclo
	Arepa de maíz amarillo o blanco sin queso <sup>5</sup>	40	40	70 (máximo 2 unidades)	80 (máximo 2 unidades)	Cocina móvil: 2 veces/ciclo  Sumapaz: 2 veces/ciclo
	Granola	10-20	20	30-35	35-40	2 veces/ciclo
	Papa común	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
	Plátano hartón	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
Frutas	Fruta	A partir de 40 g	A partir de 60 g	A partir de60 g	A partir de80 g	Diario

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Alimento proteico	Huevo sin ingredientes adicionales	40-45	50	60	60	4 veces en el ciclo.
	Huevo en preparación con proteína	Huevo: 28-31.5 Proteína:12-13.5	Huevo: 35 Proteína:15	Huevo: 42 Proteína:18	Huevo: 42 Proteína:18	2 veces/ciclo
	Huevo en preparación con acompañante no proteico.	Huevo: 40-45 Acompañante no proteico:8-9	Huevo: 50 Acompañante no proteico:10	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	8 veces/ciclo
	Carne de res	35	40	50	55	1 vez/ciclo
	Queso tipo mozzarella/doble crema/pera	30	30	40	60	8 veces/ciclo 4 veces doble crema 4 veces mozzarella

		TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	
--	--	--------	--------	--------	--------	--

COMPONENTE	ALIMENTOS	PESO NETO - GRAMOS				FRECUENCIA
Bebida láctea	*Bebida preparada con leche semidescremada	102 cc de leche semidescremada para un volumen total de 120 cc.	127.5 cc de leche semidescremada para un volumen total de 150 cc.	153 cc de leche semi descremada para un volumen total de 180 cc	170 cc de leche semi descremada para un volumen total de 200 cc	Fécula de maíz tipo maicena de sabores: 1 vez/ciclo Chocolate: 2 veces/ciclo Bebida a base de cocoa: 2 veces/ ciclo. Tetero: 4 veces / ciclo. Café: 3 veces /ciclo Mocachino: 4 veces /ciclo
	Leche de vaca semidescremada	120	150	180	200	2 veces / ciclo
	Yogurt semidescremado	120	150	180	200	1 veces / ciclo
	*Sorbete /crema de fruta	102 cc de leche (55.8 g de pulpa).	127.5 cc de leche (69.75 g de pulpa).	153 cc de leche, (83.7 g de pulpa)	170 cc de leche (93 g de pulpa)	1 vez / ciclo
	Fécula de maíz tipo maicena	4.5 - 5	6-8	6 a 8	6 a 8	1 Vez/Ciclo
	Café	1.98	2.48	2.97	3.3	3 veces / ciclo
	Peto <sup>6</sup>	15	18.75	22.5	25	1 vez /ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Grasas - Aceite vegetal	Aceite vegetal	Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa				
Azúcares y Dulces	Azúcar	4-6	6-7	7 a 8	8 a 9	6 veces máximo / ciclo
	*Panela	2-3	3-4	4 a 5	4 a 5	4 veces / ciclo
	*Bebida a base de cocoa (presentación en polvo lista para diluir)	5-6	7-8	9 a 10	10 a 11	2 veces / ciclo
	*Chocolate	5-6	7-8	9-10	10 a 11	2 veces / ciclo

### Minuta Patrón Complemento Alimentario Almuerzo

COMPONENTE	ALIMENTOS	Gramajes para los tipos A, B, C, D.	FRECUENCIA
		Peso neto– Gramos.	
	Verduras *	10	

Sopa*			2 veces / ciclo
-------	--	--	-----------------

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Cereales, Raíces, tubérculos y Plátanos	Arroz	25-30	30-35	40 - 45	50-60	18 veces/ ciclo
	Cereales y derivados (pasta)	25-30	30-35	40 - 45	50-60	2 veces /ciclo
	Torta elaborada en horno combi	50-66	50-66	50-66	50-66	Mínimo 2 veces/ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
	Tubérculo (papa en cualquier variedad y diferentes preparaciones)	35-40 20 g, mínimo cuando se acompañe con leguminosa	50-60 30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	80 – 90 65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	100 – 110 85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	11 veces / ciclo máximo:  Mínimo 4 veces papa criolla
	Raíces (yuca y arracacha en diferentes preparaciones)	20 g mínimo cuando se acompañe de leguminosa	30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	2-4 veces máximo/ en e ciclo
	Plátano en diferentes preparaciones	35-40	50-60	80 – 90	100-110	8 veces / ciclo máximo
		20 g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	
Derivado de cereal	Arepa	40	40	60	70	2 veces / en cocinas móviles y Sumapaz

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
	Pan variedad blandito	25-30	35-40	50 -60	60-70	1 vez/ciclo
Verduras y Hortalizas	Variedad de verduras u hortalizas en diferentes preparaciones.	20	25	35	40	Verduras u hortalizas mínimo 10 veces/ciclo.
Fruta	Diferentes variedades	A partir de 40g	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	Máximo 7 veces/ciclo como reemplazo de componente verdura

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Bebidas	Volumen final del jugo	180 cc	180 cc	180cc	180 cc	Diario
	*Pulpa de fruta sin azúcar	45-60	45- 60	45- 60	45- 60	Diario
	Azúcar	8-12	8 a 12	8 a 12	8 a 12	Diario
	Panela	12-16	12-16	12-16	12-16	Mínimo 2 veces/ciclo
	Néctar de fruta de diferentes sabores UHT (según lo establecido en la resolución 3929 de 2013	180-200cc	180-200cc	180-200cc	180-200cc	12 veces / en el ciclo máximo 3 veces por cada 5 menús consecutivos.
	**Batidos (mezcla de verduras y/o fruta)	Verdura:40				

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
		Fruta: 50				
Agua	Agua	SIAT 200-300 cc				8 veces / en el ciclo máximo 2 veces por cada 5 menús consecutivos.
Fruta	*Fruta entera	A partir de 40 g	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	SIAT: 17 veces/ ciclo, de las cuales 8 se entregarán con agua.

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Alimento proteico	Carne de res en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 3 veces / ciclo: 2 veces en presentación en cubos, y 1 veces en presentación molida
	Carne de cerdo en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 10 veces / ciclo
	Pollo en diferentes preparaciones	Peso del pollo en cubos 60	Peso del pollo en cubos 70	Peso del pollo en cubos 80	Peso del pollo en cubos 90	6 veces/ ciclo de las cuales 1 vez como pierna o perril con hueso.
		Peso bruto pierna o perril con hueso: 100-	Peso bruto pierna o perril con hueso:	Peso bruto pierna o perril con hueso:	Peso bruto pierna o perril con hueso:	

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA	OBSERVACIONES
		PESO NETO - GRAMOS					
		150	100-150	100-150	100-150		
	Leguminosa en diferentes preparaciones	20	25	30	40	Máximo 8 veces / ciclo	El acompañante proteico debe ser carne de res o cerdo. Las preparaciones con leguminosas secas como lenteja, arveja, garbanzo o frijol no podrán ser mezcladas con la proteína. Dichas preparaciones deben acompañarse de carne de res o cerdo como complemento proteico y este representará el 60% del gramaje establecido. Para este tipo de menú, no se tendrá en cuenta el porcentaje mínimo de proteína de alto valor biológico.
Otros	Leche y derivados		Según la necesidad en las preparaciones				
	Aceite		Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa para los alimentos fritos				

### Componentes menús de Complementos Reforzados

MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD
MENÚ 1	NÉCTAR DE MANGO	nectar de mango	200
	CROISSANT DE QUESO	hojaldre	50
		queso doble crema	40
	MANDARINA	mandarina	80
	COCADA	cocada	20
MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD
	LECHE ENTERA	leche uth	200
	ROLLO DE POLLO	tortilla	30
		carne de pollo	42

<b>MENÚ 2</b>		queso doble crema	20
	MANZANA	manzana	80
	QUESO PETIT	queso petit	50
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 3</b>	NECTAR DE MANZANA	nectar de manzana	200
	SANDWINCH DE QUESO	pan mantequilla	60
		queso doble crema	30
	GRANADILLA	granadilla	20
	MANI DE SAL	mani de sal	20
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 4</b>	AVENA UHT	avena uht	200
	HOJALDRE CON BOCADILLO Y QUESO	hojaldre	50
		queso doble crema	40
		bocadillo	7
	DURAZNO	durazno	90
	FLAN DE LECHE	flan de leche	50
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 5</b>	NÉCTAR DE DURAZNO	nectar de durazno	200
	SANDUCHE DE PERNIL DE CERDO	pan blandito	60
		pernil de cerdo	42
		queso doble crema	20
	BANANO	banano	80
	QUESO CON BOCADILLO	queso doble crema	25
		bocadillo	25
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 6</b>	NÉCTAR DE MANGO	nectar de mango	200
	ROLLO DE POLLO	tortilla	30
		carne de pollo	42
		queso doble crema	20
	MANDARINA	mandarina	80
	QUESO PETIT	queso petit	50
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 7</b>	LECHE ENTERA	leche uth	200
	CROISSANT DE QUESO	hojaldre	50

		queso doble crema	40
	GRANADILLA	granadilla	20
	MANI DE SAL	mani de sal	20
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 8</b>	NÉCTAR DE DURAZNO	nectar de durazno	200
	SANDUCHE DE PERNIL DE CERDO	pan blandito	60
		pernil de cerdo	42
		queso doble crema	20
	MANZANA	manzana	80
	BARRA DE CEREAL	barra de cereal	20
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 9</b>	BEBIDA A BASE DE YOGUR	bebida a base de yogur	200
	ROLLO DE QUESO	tortilla	30
		queso doble crema	30
	BANANO	banano	80
	FLAN DE LECHE	flan de leche	50
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>MENÚ 10</b>	NÉCTAR DE PERA	nectar de pera	200
	SANDWICH DE POLLO CON MAIZ	pan mantequilla	60
		carne de pollo	70
		maíz tierno desgranado	11
	DURAZNO	durazno	90
	MIX DE FRUTOS SECOS	mezcla de frutos secos	20

**CO1.PCCNTR.6112942 – 2024**

**Minuta patrón Complemento alimentario Desayuno**

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Producto de panadería cereal o derivados	Pan en diferentes variedades	20-30	20-30	50 -60	50-60	Mínimo 6 veces / ciclo
	Pan de bono	25-30	35-40	50-60	60-70	4 veces en el ciclo
	Pan variedad tajado	40	40	40	40	2 veces en el ciclo
	Muffin	10-15	30-40	40-50	40-50	2 vez / ciclo
	Ponqués o tortas	20	30	40	50	3 veces en el ciclo
	Galletas	12-35	12-35	15-35	15-35	3 veces / ciclo
	Granola	20	20	30	30	1 vez en el ciclo
	Papa común	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
	Plátano hartón	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
Frutas	Fruta	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	A partir de 80 g	Diario

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Alimento proteico	Huevo sin ingredientes adicionales	40-45	50	60	60	3 veces en el ciclo.
	Huevo en preparación con proteína	Huevo: 28-31.5 Proteína:12-13.5	Huevo: 35 Proteína:15	Huevo: 42 Proteína:18	Huevo: 42 Proteína:18	3 veces/ciclo
	Huevo en preparación con acompañante no proteico.	Huevo: 40-45 Acompañante no proteico:8-9	Huevo: 50 Acompañante no proteico:10	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	5 veces/ciclo
	Carne de res	35	40	50	55	1 - 2 veces/ciclo
	Carne de pollo	35	40	50	55	1 vez/ciclo
	Queso tipo mozzarella/doble crema/pera	30	30	40	60	8 veces/ciclo 5 veces doble crema 3 veces mozzarella
						Fécula de maíz tipo maicena de sabores: 2vez/ciclo

Bebida láctea	*Bebida preparada con leche entera	102 cc de leche entera para un volumen total de 120 cc.	127.5 cc de leche entera para un volumen total de 150 cc.	153 cc de leche entera para un volumen total de 180 cc	170 cc de leche entera para un volumen total de 200 cc	Chocolate: 1 vez en el ciclo Bebida a base de cocoa: 2 veces/ ciclo. Tetero: 3 veces / ciclo. Café: 4 veces /ciclo Mocachino:4 veces /ciclo
---------------	------------------------------------	---	---	--	--	---

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
	Yogurt	120	150	180	200	1 veces / ciclo
	Sorbete* /crema de fruta*	102 cc de leche (30 g de pulpa).	127.5 cc de leche (37.5 g de pulpa).	153 cc de leche, (45 g de pulpa)	170 cc de leche (50 g de pulpa)	1 vez / ciclo
	Fécula de maíz tipo maicena	4.5 - 5	6-8	6 a 8	6 a 8	2 veces en el ciclo
	Arroz con leche*	120 Leche 102 cc (21 g de arroz)	150 Leche 127,5 cc (26,25 g de arroz)	180 Leche 153 cc (31,50 g de arroz)	200 Leche 170 cc (35 g de arroz)	1 vez/Ciclo
	Jugo de fruta	Pulpa 42 g para un volumen total de 120 cc.	Pulpa 52,50 g para un volumen total de 150 cc.	Pulpa 63 g para un volumen total de 180 cc	Pulpa 70 g para un volumen total de 200 cc	1 vez/Ciclo
	Café	1.98	2.48	2.97	3.3	4 veces / ciclo
	Peto6	15	18.75	22.5	25	1 vez /ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Grasas - Aceite vegetal	Aceite vegetal	Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa				
Azúcares y Dulces	Azúcar	4-6	6-7	7-8	8-9	9 veces máximo / ciclo
	*Panela	2-3	3-4	4-5	4-5	3 veces / ciclo 4 veces en rurales y Sumapaz

	*Bebida a base de cocoa (presentación en polvo lista para diluir)	5-6	7-8	9-10	10-11	2 veces / ciclo
	*Chocolate	5-6	7-8	9-10	10-11	1 vez / ciclo

Minuta Patrón Complemento Alimentario Almuerzo

COMPONENTE	ALIMENTOS	Gramajes para los tipos A, B, C, D.	FRECUENCIA
		Peso Neto – Gramos.	
Sopa*	Verduras *	10	2 veces / ciclo
	Cereales y derivados **	10	
	Tubérculo (papa en cualquier variedad y yuca, plátano, entre otros)***	De acuerdo con lo indicado para el componente	
	Leguminosa	15-20	
	Volumen final	180cc	

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		P				
Cereales, Raíces, tubérculos y Plátanos	Arroz	25-30	30-35	40 - 45	50-60	19 veces/ ciclo
	Cereales y derivados (pasta)	25-30	30-35	40 - 45	50-60	1 vez en el ciclo
	Torta elaborada en horno combi	50-66	50-66	50-66	50-66	Mínimo 2 veces/ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
	Tubérculo (papa en cualquier variedad y diferentes preparaciones)	35-40  20 g, mínimo cuando se acompañe con leguminosa	50-60  30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	80 – 90  65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	100 – 110  85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	13 veces / ciclo máximo:  Mínimo 4 veces papa criolla
	Raíces (yuca y arracacha en diferentes preparaciones)	35-40  20 g, mínimo cuando se acompañe con leguminosa	50-60  30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	80 – 90  65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	100 – 110  85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	2-4 veces máximo/ en el ciclo
		35-40	50-60	80 – 90	100-110	

	Plátano en diferentes preparaciones	20 g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	7 veces / ciclo máximo 8 veces / ciclo máximo para SIAT- SIATi
--	-------------------------------------	---	--	--	--	---

	Pan variedad tajado	20	20	40	40	1 vez/ciclo
Verduras y Hortalizas	Variedad de verduras u hortalizas en diferentes preparaciones.	20	25	35	40	Verduras u hortalizas mínimo 11 veces/ciclo.
Fruta	Diferentes variedades	A partir de 40g	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	Mínimo 5 veces/ciclo como reemplazo del componente verdura. 5 veces/ciclo como componente fruta

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Bebidas	Volumen final del jugo	180 cc	180 cc	180cc	180 cc	Diario
	*Pulpa de fruta sin azúcar	45-60	45- 60	45- 60	45- 60	Diario
	Azúcar	5-12	5 a 12	5 a 12	5 a 12	Diario
	Panela	12-16	12-16	12-16	12-16	Mínimo 2 veces/ciclo
	**Batidos (mezcla de verduras y/o fruta)	Verdura: 30 - 40 Fruta: 50				Mínimo 3 veces en el ciclo
Agua	Agua	SIAT 200 - 300 cc				Diario
Fruta	*Fruta entera	A partir de 40 g	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	SIAT: Mínimo 5 veces/ciclo como reemplazo del componente verdura.

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				

Alimento proteico	Carne de res en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 8 veces / ciclo: de las cuales 2 veces en presentación molida
	Carne de cerdo en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 5 veces / ciclo
	Pollo en diferentes preparaciones	Peso del pollo en cubos 60 Peso bruto pierna o pernil	Peso del pollo en cubos 70 Peso bruto pierna o	Peso del pollo en cubos 80 Peso bruto pierna o	Peso del pollo en cubos 90 Peso bruto pierna o	Mínimo 5 veces/ ciclo de las cuales mínimo 1 vez como pierna o pernil con hueso.

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA	OBSERVACIONES
		PESO NETO - GRAMOS					
		con hueso: 100-150	pernil con hueso: 100-150	pernil con hueso: 100-150	pernil con hueso: 100-150		
	Leguminosa en diferentes preparaciones	20 - 34	25 - 42	30 - 50	40 - 67	Máximo 5 veces / ciclo	El acompañante proteico debe ser carne de res o cerdo. Las preparaciones con leguminosas secas o precocidas como lenteja, arveja, garbanzo o frijol no podrán ser mezcladas con la proteína. Dichas preparaciones deben acompañarse de carne de res o cerdo como complemento proteico y este representará el 60% del gramaje establecido. Para este tipo de menú, no se tendrá en cuenta el porcentaje mínimo de proteína de alto valor biológico.
Otros	Leche y derivados		Según la necesidad en las preparaciones				
	Aceite		Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa para los alimentos fritos				

#### Componentes menús de Complementos Reforzados

MENÚ	COMPONENTE	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	PESO NETO gr o ml	
				TIPO 1 (TIPO A Y TIPO B)	TIPO 2 (TIPO C Y TIPO D)
MENU 1	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SANDWICH DE QUESO	queso doble crema	30,0	30,0
	DERIVADO DE CEREAL		pan mantequilla	30,0	60,0
	POSTRE	COCADA	cocada	20,0	20,0
	FRUTA	MANDARINA	mandarina	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	LECHE ENTERA	leche de vaca entera	200,0	200,0
			carne de pollo	30,0	40,0

<b>MENU 2</b>	PROTEICO	ROLLO DE POLLO	queso doble crema	10,0	20,0
	DERIVADO DE CEREAL		tortilla	30,0	30,0
	POSTRE	QUESO PETITE SUISSE	queso petit	50,0	50,0
	FRUTA	MANZANA	manzana	80,0	80,0
<b>MENU 3</b>	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	HOJALDRE DE CARNE	carne de res	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		queso doble crema	10,0	20,0
	POSTRE	BOCADILLO	hojaldre	30,0	50,0
			bocadillo	20,0	20,0

	FRUTA	GRANADILLA	granadilla	20,0	20,0
<b>MENU 4</b>	BEBIDA UHT	AVENA	avena uht	200,0	200,0
	AGUA	AGUA EN BOTELLA	agua envasada	280,0	280,0
	PROTEICO	HOJALDRE CON BOCADILLO Y QUESO	queso doble crema	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		bocadillo	5,0	7,0
	POSTRE	FLAN DE LECHE	hojaldre	30,0	50,0
	FRUTA	PERA	flan de leche	50,0	50,0
<b>MENU 5</b>	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	pera	80,0	80,0
	PROTEICO	SANDWICH DE PERNIL DE CERDO	néctar de fruta	200,0	200,0
	DERIVADO DE CEREAL		pernil de cerdo	30,0	40,0
	POSTRE	BOCADILLO CON QUESO	queso doble crema	10,0	20,0
	FRUTA		pan blandito	30,0	60,0
			bocadillo	25,0	25,0
<b>MENU 6</b>	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	queso doble crema	25,0	25,0
	PROTEICO	HOJALDRE DE CARNE Y QUESO	banano	80,0	80,0
	DERIVADO DE CEREAL		néctar de fruta	200,0	200,0
	POSTRE	QUESO PETITE SUISSE	carne de res	30,0	40,0
	FRUTA	MANDARINA	queso doble crema	10,0	20,0
			hojaldre	30,0	50,0
<b>MENU 7</b>	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	queso petit	50,0	50,0
	PROTEICO	SANDWICH DE QUESO	mandarina	80,0	80,0
	DERIVADO DE CEREAL		queso doble crema	20,0	30,0
	POSTRE	BOCADILLO	pan mantequilla	30,0	60,0
	FRUTA	GRANADILLA	bocadillo	20,0	20,0
	BEBIDA UHT	LECHE ENTERA	granadilla	20,0	20,0
	PROTEICO	ROLLO DE POLLO	carne de vaca entera	200,0	200,0
			carne de pollo	30,0	40,0
			queso doble crema	10,0	20,0

<b>MENU 8</b>	DERIVADO DE CEREAL		tortilla	30,0	30,0
	POSTRE	COCADA	cocada	20,0	20,0
	FRUTA	MANZANA	manzana	80,0	80,0
<b>MENU 9</b>	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SANDWICH DE PERNIL DE CERDO	pernil de cerdo	30,0	40,0
			queso doble crema	10,0	20,0
	DERIVADO DE CEREAL		pan blandito	30,0	60,0
	POSTRE	FLAN DE LECHE	flan de leche	50,0	50,0
<b>MENU 10</b>	FRUTA	BANANO	banano	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	BEBIDA A BASE DE YOGUR	bebida a base de yogur	180,0	180,0
	AGUA	AGUA EN BOTELLA	agua envasada	280,0	280,0

	PROTEICO	CROISSANT DE QUESO	queso doble crema	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		hojaldre	30,0	50,0
	POSTRE	BOCADILLO CON QUESO	bocadillo	25,0	25,0
			queso doble crema	25,0	25,0
	FRUTA	PERA	pera	80,0	80,0

## CO1.PCCNTR.6977745 – 2024

Minuta patrón Complemento alimentario Desayuno

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Producto de panadería cereal o derivados	Pan en diferentes variedades	20-30	20-30	50 -60	50-60	Mínimo 6 veces / ciclo
	Pan de bono	25-30	35-40	50-60	60-70	4 veces en el ciclo
	Pan variedad tajado	40	40	40	40	2 veces en el ciclo
	Muffin	10-15	30-40	40-50	40-50	2 vez / ciclo
	Ponqués o tortas	20	30	40	50	3 veces en el ciclo
	Galletas	12-35	12-35	15-35	15-35	3 veces / ciclo
	Granola/cereal de diferentes granos integrales	20	20	30	30	1 vez en el ciclo
	Papa común	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
	Plátano hartón	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
Frutas	Fruta	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	A partir de 80 g	Diario

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Alimento proteico	Huevo sin ingredientes adicionales	40-45	50	60	60	3 veces en el ciclo.
	Huevo en preparación con proteína	Huevo: 28-31.5 Proteína:12-13.5	Huevo: 35 Proteína:15	Huevo: 42 Proteína:18	Huevo: 42 Proteína:18	3 veces/ciclo
	Huevo en preparación con acompañante no proteico.	Huevo: 40-45 Acompañante no proteico:8-9	Huevo: 50 Acompañante no proteico:10	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	5 veces/ciclo
	Carne de res	35	40	50	55	1 - 2 veces/ciclo
	Carne de pollo	35	40	50	55	1 vez/ciclo
	Queso tipo mozzarella/doble crema/pera	30	30	40	60	8 veces/ciclo 5 veces doble crema 3 veces mozzarella

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Bebida láctea	*Bebida preparada con leche entera	102 cc de leche entera para un volumen total de 120 cc.	127.5 cc de leche entera para un volumen total de 150 cc.	153 cc de leche entera para un volumen total de 180 cc	170 cc de leche entera para un volumen total de 200 cc	Fécula de maíz tipo maicena de sabores: 2vez/ciclo Chocolate: 1 vez en el ciclo Bebida a base de cocoa: 2 veces/ ciclo. Tetero: 3 veces / ciclo. Café: 4 veces /ciclo Mocachino:4 veces /ciclo
	Yogurt	120	150	180	200	1 vez / ciclo
	Sorbete* /crema de fruta*	102 cc de leche (30 g de pulpa).	127.5 cc de leche (37.5 g de pulpa).	153 cc de leche, (45 g de pulpa)	170 cc de leche (50 g de pulpa)	1vez / ciclo
	Fécula de maíz tipo maicena	4.5 - 5	6-8	6 a 8	6 a 8	2 veces en el ciclo

Arroz con leche*	120 Leche 102 cc (21 g de arroz)	150 Leche 127,5 cc (26,25 g de arroz)	180 Leche 153 cc (31,50 g de arroz)	200 Leche 170 cc (35 g de arroz)	1 vez/Ciclo
Jugo de fruta	Pulpa 42 g para un volumen total de 120 cc.	Pulpa 52,50 g para un volumen total de 150 cc.	Pulpa 63 g para un volumen total de 180 cc	Pulpa 70 g para un volumen total de 200 cc	1 vez/Ciclo
Café	1.98	2.48	2.97	3.3	4 veces / ciclo
Peto <sub>6</sub>	15	18.75	22.5	25	1 vez /ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Grasas - Aceite vegetal	Aceite vegetal	Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa				
Azúcares y Dulces	Azúcar	4-6	6-7	7-8	8-9	9 veces máximo / ciclo
	*Panela	2-3	3-4	4-5	4-5	3 veces / ciclo 4 veces en rurales y Sumapaz
	*Bebida a base de cocoa (presentación en polvo lista para diluir)	5-6	7-8	9-10	10-11	2 veces / ciclo
	*Chocolate	5-6	7-8	9-10	10-11	1 vez / ciclo

*Minuta Patrón Complemento Alimentario Almuerzo*

COMPONENTE	ALIMENTOS	Gramajes para los tipos A, B, C, D.	FRECUENCIA
		Peso Neto – Gramos.	
Sopa*	Verduras *	10	2 veces / ciclo
	Cereales y derivados **	10	
	Tubérculo (papa en cualquier variedad y yuca, plátano, entre otros)***	De acuerdo con lo indicado para el componente	
	Leguminosa	15-20	
	Volumen final	180cc	

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO -				

Cereales, Raíces, tubérculos y Plátanos	GRAMOS					20 veces/ ciclo
	Arroz	25-30	30-35	40 - 45	50-60	
	Torta elaborada en horno combi	50-66	50-66	50-66	50-66	

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
	Tubérculo (papa en cualquier variedad y diferentes preparaciones)	35-40  20 g, mínimo cuando se acompañe con leguminosa	50-60  30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	80 – 90  65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	100 – 110  85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	13 veces / ciclo máximo:  Mínimo 4 veces papa criolla
	Raíces (yuca y arracacha en diferentes preparaciones)	35-40  20 g, mínimo cuando se acompañe con leguminosa	50-60  30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	80 – 90  65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	100 – 110  85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	2-4 veces máximo/ en el ciclo
	Plátano en diferentes preparaciones	35-40	50-60	80 – 90	100-110	7 veces / ciclo máximo  8 veces / ciclo máximo para SIAT- SIAT
		20 g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Verduras y Hortalizas	Variedad de verduras u hortalizas en diferentes preparaciones.	20	25	35	40	Verduras u hortalizas mínimo 11 veces/ciclo.

Fruta	Diferentes variedades	A partir de 40g	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	Mínimo 5 veces/ciclo como reemplazo del componente verdura. 5 veces/ciclo como componente fruta
-------	-----------------------	-----------------	------------------	------------------	------------------	--

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Bebidas	Volumen final del jugo	180 cc	180 cc	180cc	180 cc	Diario
	*Pulpa de fruta sin azúcar	45-60	45- 60	45- 60	45- 60	Diario
	Azúcar	5-12	5 a 12	5 a 12	5 a 12	Diario
	Panela	12-16	12-16	12-16	12-16	Mínimo 2 veces/ciclo
	**Batidos (mezcla de verduras y/o fruta)	Verdura: 30 - 40 Fruta: 50				Mínimo 3 veces en el ciclo
Agua	Agua	SIAT 200 - 300 cc				Diario
Fruta	*Fruta entera	A partir	A partir	A partir	A partir	SIAT:

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
		de 40 g	de 60 g	de 60 g	de 80 g	Mínimo 5 veces/ciclo como reemplazo del componente verdura.  11 veces/ciclo como componente fruta.

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA	OBSERVACIONES
		PESO NETO - GRAMOS					
	Carne de res en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 8 veces / ciclo: de las cuales 2 veces en presentación molida	Se permiten solamente los cortes magros: cadera, centro de pierna, bola y bota y de primera calidad, la cual no debe superar el 14% de contenido graso acorde a lo establecido en la tabla de composición de alimentos ICBF 2018, 2015, 2005, y 1978. La entrega de carne molida se hará una vez como acompañante de leguminosa excepto Sumapaz, en donde no se entregará carne molida en ninguna preparación.

Alimento proteico	Carne de cerdo en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 5 veces / ciclo	Se permiten solamente los cortes magros: cadera, centro de pierna, bola y bota y de primera calidad, la cual no debe superar el 14% de contenido graso acorde a lo establecido en la tabla de composición de alimentos ICBF 2018, 2015, 2005, y 1978.
	Pollo en diferentes preparaciones	Peso del pollo en cubos 60	Peso del pollo en cubos 70	Peso del pollo en cubos 80	Peso del pollo en cubos 90	Mínimo 5 veces/ ciclo de las cuales mínimo 1 vez como pierna o pernil con hueso.	Se acepta sólo el corte filete de pechuga o pernil y pierna o pernil con hueso. Se debe entregar sin piel.
		Peso bruto pierna o pernil con hueso: 100-150	Peso bruto pierna o pernil con hueso: 100-150	Peso bruto pierna o pernil con hueso: 100-150	Peso bruto pierna o pernil con hueso: 100-150		
	Leguminosa en diferentes preparaciones	20 - 34	25 - 42	30 - 50	40 - 67	Máximo 5 veces / ciclo	El acompañante proteico debe ser carne de res o cerdo. Las preparaciones con leguminosas secas o precocidas como lenteja, arveja, garbanzo o frijol no podrán ser mezcladas con la proteína. Dichas preparaciones deben acompañarse de carne de res o cerdo como complemento proteico y este representará el 60% del gramaje establecido. Para este tipo de menú, no se tendrá en cuenta el porcentaje mínimo de proteína de alto valor biológico.
Otros	Leche y derivados		Según la necesidad en las preparaciones				
	Aceite		Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa para los alimentos fritos				

*Componentes menús de Complementos Reforzados.*

MENÚ	COMPONENTE	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	PESO NETO gr o ml	
				TIPO 1 (TIPO A Y TIPO B)	TIPO 2 (TIPO C Y TIPO D)
MENU 1	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SANDWICH DE QUESO	queso doble crema	30,0	30,0
	DERIVADO DE CEREAL		pan mantequilla	30,0	60,0
	POSTRE	COCADA	cocada	20,0	20,0
	FRUTA	MANDARINA	mandarina	80,0	80,0
MENU 2	BEBIDA UHT	LECHE ENTERA	leche de vaca entera	200,0	200,0
	PROTEICO	ROLLO DE POLLO	carne de pollo	30,0	40,0
			queso doble crema	10,0	20,0
	DERIVADO DE CEREAL		tortilla	30,0	30,0
	POSTRE	QUESO PETITE SUISSE	queso petit	50,0	50,0
	FRUTA	MANZANA	manzana	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
			carne de res	30,0	40,0

<b>MENU 3</b>	PROTEICO	HOJALDRE DE CARNE	queso doble crema	10,0	20,0
	DERIVADO DE CEREAL		hojaldre	30,0	50,0
<b>MENU 4</b>	POSTRE	BOCADILLO	bocadillo	20,0	20,0
	FRUTA	GRANADILLA	granadilla	20,0	20,0
	BEBIDA UHT	AVENA	avena uht	200,0	200,0
	AGUA	AGUA EN BOTELLA	agua envasada	280,0	280,0
	PROTEICO	HOJALDRE CON BOCADILLO Y QUESO	queso doble crema	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		bocadillo	5,0	7,0
	POSTRE	FLAN DE LECHE	flan de leche	50,0	50,0
<b>MENU 5</b>	FRUTA	PERA	pera	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SANDWICH DE PERNIL DE CERDO	pernil de cerdo	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		queso doble crema	10,0	20,0
	POSTRE	BOCADILLO CON QUESO	pan blandito	30,0	60,0
	FRUTA		bocadillo	25,0	25,0
			queso doble crema	25,0	25,0
<b>MENU 6</b>		BANANO	banano	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	HOJALDRE DE CARNE Y QUESO	carne de res	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		queso doble crema	10,0	20,0
	POSTRE	QUESO PETITE SUISSE	hojaldre	30,0	50,0
	FRUTA	MANDARINA	queso petit	50,0	50,0
			mandarina	80,0	80,0
<b>MENU 7</b>	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SANDWICH DE QUESO	queso doble crema	20,0	30,0
	DERIVADO DE CEREAL		pan mantequilla	30,0	60,0
	POSTRE	BOCADILLO	bocadillo	20,0	20,0
	FRUTA	GRANADILLA	granadilla	20,0	20,0
<b>MENU 8</b>	BEBIDA UHT	LECHE ENTERA	leche de vaca entera	200,0	200,0
	PROTEICO	ROLLO DE POLLO	carne de pollo	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		queso doble crema	10,0	20,0
	POSTRE	COCADA	tortilla	30,0	30,0
	FRUTA	MANZANA	cocada	20,0	20,0
<b>MENU 9</b>			manzana	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SANDWICH DE PERNIL DE CERDO	pernil de cerdo	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		queso doble crema	10,0	20,0
			pan blandito	30,0	60,0

	POSTRE	FLAN DE LECHE	flan de leche	50,0	50,0
	FRUTA	BANANO	banano	80,0	80,0

<b>MENU 10</b>	BEBIDA UHT	BEBIDA A BASE DE YOGUR	bebida a base de yogur	180,0	180,0
	AGUA	AGUA EN BOTELLA	agua envasada	280,0	280,0
	PROTEICO	CROISSANT DE QUESO	queso doble crema	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		hojaldre	30,0	50,0
	POSTRE	BOCADILLO CON QUESO	bocadillo	25,0	25,0
	FRUTA		queso doble crema	25,0	25,0
		PERA	pera	80,0	80,0

#### Componentes de los complementos Alimentarios am-pm

			A	B	C	D
MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD
<b>1</b>	CHOCOLATE	chocolate	6,0	7,5	9,0	10,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	SANDWICH DE QUESO DOBLE CREMA	queso doble crema	30,0	30,0	40,0	60,0
		pan molde	40,0	40,0	40,0	40,0
	FRUTA	uva	60,0	80,0	80,0	110,0
MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD
<b>2</b>	LECHE UHT	leche entera uth	200,00	200,00	200,00	200,00
	TORTA	bebida achocolatada	7,00	7,00	7,00	7,00
		crema de leche	5,00	5,00	5,00	5,00
		harina de trigo	14,00	14,00	14,00	14,00
		aceite	9,00	9,00	9,00	9,00
		esencia de vainilla	1,00	1,00	1,00	1,00
		huevo liquido	8,00	8,00	8,00	8,00
		polvo de hornear	0,90	0,90	0,90	0,90
		azúcar blanca	5,00	5,00	5,00	5,00
		harina de trigo	0,50	0,50	0,50	0,50
		aceite	0,50	0,50	0,50	0,50
	FRUTA	granadilla	60,0	80,0	80,0	110,0
MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD
<b>3</b>	BEBIDA ACHOCOLATADA	bebida achocolatada	6,0	7,5	9,0	10,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
		tortilla	30,00	30,00	30,00	30,00

	CREPE DE QUESO Y POLLO	carne de pollo	42,00	42,00	42,00	42,00
		queso doble crema	20,00	20,00	20,00	20,00
	FRUTA	mandarina	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>4</b>	MOCACHINO	bebida achocolatada	6,0	7,5	9,0	10,0
		café tostado	2,0	2,5	3,0	3,3
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	QUESO DOBLE CREMA	queso doble crema	30,00	30,00	40,00	60,00
	PAN DE BONO	pan de bono	30,00	40,00	60,00	80,00
	FRUTA	banano	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>5</b>	CAFÉ CON LECHE	café tostado	2,0	2,5	3,0	3,3
		azúcar blanca	4,8	6,0	7,2	8,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	MUFFIN CON SABOR A QUESO	muffin con sabor a queso	15,00	40,00	50,00	70,00
	FRUTA	uva	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>6</b>	MOCACHINO	bebida achocolatada	6,0	7,5	9,0	10,0
		café tostado	2,0	2,5	3,0	3,3
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	SANDWICH DE QUESO DOBLE CREMA	queso doble crema	30,00	30,00	40,00	60,00
		pan molde	40,00	40,00	40,00	40,00
	FRUTA	mandarina	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>7</b>	LECHE UHT	leche entera uth				
			200,00	200,00	200,00	200,00
	QUESO DOBLE CREMA	queso doble crema	30,00	30,00	40,00	60,00
	TORTA	bebida achocolatada	7,00	7,00	7,00	7,00

		crema de leche	5,00	5,00	5,00	5,00
		harina de trigo	14,00	14,00	14,00	14,00
		aceite	9,00	9,00	9,00	9,00
		esencia de vainilla	1,00	1,00	1,00	1,00
		huevo liquido	8,00	8,00	8,00	8,00
		polvo de hornear	0,90	0,90	0,90	0,90
		azúcar blanca	5,00	5,00	5,00	5,00
		harina de trigo	0,50	0,50	0,50	0,50
		aceite	0,50	0,50	0,50	0,50
	FRUTA	banano	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>8</b>	BEBIDA ACHOCOLATADA	bebida achocolatada	6,0	7,5	9,0	10,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	CREPE CON CARNE MOLIDA	tortilla	30,00	30,00	30,00	30,00
		carne de res	42,00	42,00	42,00	42,00
		queso doble crema	20,00	20,00	20,00	20,00
	FRUTA	granadilla	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>9</b>	CHOCOLATE	chocolate	6,0	7,5	9,0	10,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	PALITO DE QUESO	hojaldre	40,00	40,00	50,00	50,00
		queso doble crema	40,00	40,00	40,00	40,00
	FRUTA	uva	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>10</b>	CAFÉ CON LECHE	café tostado	2,0	2,5	3,0	3,3
		azúcar blanca	4,8	6,0	7,2	8,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	HOJALDRE CON BOCADILLO Y QUESO	hojaldre	40,00	40,00	50,00	50,00
		queso doble crema	40,00	40,00	40,00	40,00
		bocadillo	7,00	7,00	7,00	7,00
	FRUTA	mandarina	60,0	80,0	80,0	110,0

**CO1.PCCNTR.8244120 – 2025**

*Minuta patrón Complemento alimentario Desayuno*

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Producto de panadería cereal o derivados	Pan en diferentes variedades	20-30	20-30	50 -60	50-60	Mínimo 6 veces / ciclo
	Pan de bono	25-30	35-40	50-60	60-70	4 veces en el ciclo
	Pan variedad tajado	40	40	40	40	2 veces en el ciclo
	Muffin	10-15	30-40	40-50	40-50	2 vez / ciclo
	Ponqués o tortas	20	30	40	50	3 veces en el ciclo
	Galletas	12-35	12-35	15-35	15-35	3 veces / ciclo
	Granola/cereal de diferentes granos integrales	20	20	30	30	1 vez en el ciclo
	Papa común	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
	Plátano hartón	40	50	70	90	1 vez / ciclo. Opcional
Frutas	Fruta	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	A partir de 80 g	Diario

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Alimento proteico	Huevo sin ingredientes adicionales	40-45	50	60	60	3 veces en el ciclo.
	Huevo en preparación con proteína	Huevo: 28-31.5 Proteína:12-13.5	Huevo: 35 Proteína:15	Huevo: 42 Proteína:18	Huevo: 42 Proteína:18	3 veces/ciclo
	Huevo en preparación con acompañante no proteico.	Huevo: 40-45 Acompañante no proteico:8-9	Huevo: 50 Acompañante no proteico:10	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	Huevo: 60 Acompañante no proteico:12	5 veces/ciclo
	Carne de res	35	40	50	55	1 - 2 veces/ciclo

Carne de pollo	35	40	50	55	1 vez/ciclo
Queso tipo mozzarella/doble crema/pera	30	30	40	60	8 veces/ciclo 5 veces doble crema 3 veces mozzarella

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Bebida láctea	*Bebida preparada con leche entera	102 cc de leche entera para un volumen total de 120 cc.	127.5 cc de leche entera para un volumen total de 150 cc.	153 cc de leche entera para un volumen total de 180 cc	170 cc de leche entera para un volumen total de 200 cc	Fécula de maíz tipo maicena de sabores: 2vez/ciclo Chocolate: 1 vez en el ciclo Bebida a base de cocoa: 2 veces/ ciclo. Tetero: 3 veces / ciclo. Café: 4 veces /ciclo Mocachino:4 veces /ciclo
	Yogurt	120	150	180	200	1 vez / ciclo
	Sorbete* /crema de fruta*	102 cc de leche (30 g de pulpa).	127.5 cc de leche (37.5 g de pulpa).	153 cc de leche, (45 g de pulpa)	170 cc de leche (50 g de pulpa)	1vez / ciclo
	Fécula de maíz tipo maicena	4.5 - 5	6-8	6 a 8	6 a 8	2 veces en el ciclo
	Arroz con leche*	120 Leche 102 cc (21 g de arroz)	150 Leche 127,5 cc (26,25 g de arroz)	180 Leche 153 cc (31,50 g de arroz)	200 Leche 170 cc (35 g de arroz)	1 vez/Ciclo
	Jugo de fruta	Pulpa 42 g para un volumen total de 120 cc.	Pulpa 52,50 g para un volumen total de 150 cc.	Pulpa 63 g para un volumen total de 180 cc	Pulpa 70 g para un volumen total de 200 cc	1 vez/Ciclo
	Café	1.98	2.48	2.97	3.3	4 veces / ciclo
	Peto6	15	18.75	22.5	25	1 vez /ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Grasas - Aceite vegetal	Aceite vegetal	Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa				
	Azúcar	4-6	6-7	7-8	8-9	9 veces máximo / ciclo
	*Panela	2-3	3-4	4-5	4-5	3 veces / ciclo 4 veces en rurales y Sumapaz

Azúcares y Dulces	*Bebida a base de cocoa (presentación en polvo lista para diluir)	5-6	7-8	9-10	10-11	2 veces / ciclo
	*Chocolate	5-6	7-8	9-10	10-11	1 vez / ciclo

*Minuta Patrón Complemento Alimentario Almuerzo y/o cena*

COMPONENTE	ALIMENTOS	Gramajes para los tipos A, B, C, D.	FRECUENCIA
		Peso Neto – Gramos.	
Sopa*	Verduras *	10	2 veces / ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Cereales, Raíces, tubérculos y Plátanos	Arroz	25-30	30-35	40 - 45	50-60	20 veces/ ciclo
	Torta elaborada en horno combi	50-66	50-66	50-66	50-66	Mínimo 2 veces/ciclo

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
	Tubérculo (papa en cualquier variedad y diferentes preparaciones)	35-40  20 g, mínimo cuando se acompañe con leguminosa	50-60  30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	80 – 90  65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	100 – 110  85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	13 veces / ciclo máximo:  Mínimo 4 veces papa criolla
	Raíces (yuca y arracacha en diferentes preparaciones)	35-40  20 g, mínimo cuando se acompañe con leguminosa	50-60  30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	80 – 90  65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	100 – 110  85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	2-4 veces máximo/ en el ciclo
		35-40	50-60	80 – 90	100-110	

	Plátano e n diferentes preparaciones	20 g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	30g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	65g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	85g mínimo cuando se acompañe con leguminosa	7 veces / ciclo máximo  8 veces / ciclo máximo para SIAT- SIATi
--	---	--	--	---	---	--

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO – GRAMOS				
Verduras y Hortalizas	Variedad de verduras u hortalizas en diferentes preparaciones.	20	25	35	40	Verduras u hortalizas mínimo 11 veces/ciclo.
Fruta	Diferentes variedades	A partir de 40g	A partir de 60 g	A partir de 60 g	A partir de 80 g	Mínimo 5 veces/ciclo como reemplazo del componente verdura.  5 veces/ciclo como componente fruta

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
Bebidas	Volumen final del jugo	180 cc	180 cc	180cc	180 cc	Diario
	*Pulpa de fruta sin azúcar	45-60	45- 60	45- 60	45- 60	Diario
	Azúcar	5-12	5 a 12	5 a 12	5 a 12	Diario
	Panela	12-16	12-16	12-16	12-16	Mínimo 2 veces/ciclo
	**Batidos (mezcla de verduras y/o fruta)	Verdura: 30 - 40 Fruta: 50				Mínimo 3 veces en el ciclo
Agua	Agua	SIAT 200 - 300 cc				Diario
Fruta	*Fruta entera	A partir	A partir	A partir	A partir	SIAT:

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA
		PESO NETO - GRAMOS				
		de 40 g	de 60 g	de 60 g	de 80 g	Mínimo 5 veces/ciclo como

						reemplazo del componente verdura.
						11 veces/ciclo como componente fruta.

COMPONENTE	ALIMENTOS	TIPO A	TIPO B	TIPO C	TIPO D	FRECUENCIA	OBSERVACIONES
		PESO NETO - GRAMOS					
Alimento proteico	Carne de res en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 8 veces / ciclo: de las cuales 2 veces en presentación molida	Se permiten solamente los cortes magros: cadera, centro de pierna, bola y bota y de primera calidad, la cual no debe superar el 14% de contenido graso acorde a lo establecido en la tabla de composición de alimentos ICBF 2018, 2015, 2005, y 1978. La entrega de carne molida se hará una vez como acompañante de leguminosa excepto Sumapaz, en donde no se entregará carne molida en ninguna preparación.
	Carne de cerdo en diferentes preparaciones	60	70	80	90	Mínimo 5 veces / ciclo	Se permiten solamente los cortes magros: cadera, centro de pierna, bola y bota y de primera calidad, la cual no debe superar el 14% de contenido graso acorde a lo establecido en la tabla de composición de alimentos ICBF 2018, 2015, 2005, y 1978.
	Pollo en diferentes preparaciones	Peso del pollo en cubos 60	Peso del pollo en cubos 70	Peso del pollo en cubos 80	Peso del pollo en cubos 90	Mínimo 5 veces/ ciclo de las cuales mínimo 1 vez como pierna o pernil con hueso.	Se acepta sólo el corte filete de pechuga o pernil y pierna o pernil con hueso.  Se debe entregar sin piel.
		Peso bruto pierna o pernil con hueso: 100-150	Peso bruto pierna o pernil con hueso: 100-150	Peso bruto pierna o pernil con hueso: 100-150	Peso bruto pierna o pernil con hueso: 100-150		
	Leguminosa en diferentes preparaciones	20 - 34	25 - 42	30 - 50	40 - 67	Máximo 5 veces / ciclo	El acompañante proteico debe ser carne de res o cerdo. Las preparaciones con leguminosas secas o precocidas como lenteja, arveja, garbanzo o frijol no podrán ser mezcladas con la proteína. Dichas preparaciones deben acompañarse de carne de res o cerdo como complemento proteico y este representará el 60% del gramaje establecido. Para este tipo de menú, no se tendrá en cuenta el porcentaje mínimo de proteína de alto valor biológico.
Otros	Leche y derivados		Según la necesidad en las preparaciones				
	Aceite		Según la necesidad en las preparaciones y porcentaje de absorción de grasa para los alimentos fritos				

*Componentes menús de Complementos Reforzados.*

MENÚ	COMPONENTE	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	PESO NETO g o ml	
				TIPO 1 (TIPO A Y TIPO B)	TIPO 2 (TIPO C Y TIPO D)
	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0

<b>MENU 1</b>	PROTEICO	SANDWICH DE QUESO	queso doble crema	30,0	30,0
	DERIVADO DE CEREAL		pan mantequilla	30,0	60,0
	POSTRE	COCADA	cocada	20,0	20,0
	FRUTA	MANDARINA	mandarina	80,0	80,0
<b>MENU 2</b>	BEBIDA UHT	LECHE ENTERA	leche de vaca entera	200,0	200,0
	PROTEICO	ROLLO DE POLLO	carne de pollo	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		queso doble crema	10,0	20,0
	POSTRE	QUESO PETITE SUISSE	Tortilla	30,0	30,0
	FRUTA	QUESO PETITE SUISSE	queso petit	50,0	50,0
<b>MENU 3</b>	FRUTA	MANZANA	Manzana	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SÁNDUCHE DE CERDO Y QUESO	Queso doble crema	30	40
	DERIVADO DE CEREAL		Hojaldre	30	50
	POSTRE	BOCADILLO			
	FRUTA	BOCADILLO	Bocadillo	20,0	20,0
<b>MENU 4</b>	FRUTA	GRANADILLA	granadilla	20,0	20,0

<b>MENU 4</b>	BEBIDA UHT	AVENA	avena uht	200,0	200,0
	AGUA	AGUA EN BOTELLA	agua envasada	280,0	280,0
	PROTEICO	HOJALDRE CON BOCADILLO Y QUESO	queso doble crema	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		bocadillo	5,0	7,0
	POSTRE	FLAN DE LECHE	hojaldre	30,0	50,0
	FRUTA	PERA	flan de leche	50,0	50,0
<b>MENU 5</b>	FRUTA	PERA	pera	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SANDWICH DE PERNIL DE CERDO	pernil de cerdo	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		queso doble crema	10,0	20,0
	POSTRE	BOCADILLO CON QUESO	pan blandito	30,0	60,0
	FRUTA		bocadillo	25,0	25,0
<b>MENU 6</b>	POSTRE	QUESO PETITE SUISSE	queso doble crema	25,0	25,0
	FRUTA	BANANO	banano	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SÁNDUCHE DE CARNE DE CERDO	Queso doble crema	30	40
	DERIVADO DE CEREAL		Bocadillo	5,0	7,0
	POSTRE	QUESO PETITE SUISSE	hojaldre	30,0	50,0
<b>MENU 7</b>	FRUTA	MANDARINA	mandarina	80,0	80,0
	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SANDWICH DE QUESO	queso doble crema	20,0	30,0
	DERIVADO DE CEREAL		pan mantequilla	30,0	60,0
<b>MENU 7</b>	POSTRE	BOCADILLO	bocadillo	20,0	20,0

	FRUTA	GRANADILLA	granadilla	20,0	20,0
<b>MENU 8</b>	BEBIDA UHT	LECHE ENTERA	leche de vaca entera	200,0	200,0
	PROTEICO	ROLLO DE POLLO	carne de pollo	30,0	40,0
			queso doble crema	10,0	20,0
	DERIVADO DE CEREAL		tortilla	30,0	30,0
	POSTRE	COCADA	cocada	20,0	20,0
	FRUTA	MANZANA	manzana	80,0	80,0
<b>MENU 9</b>	BEBIDA UHT	NÉCTAR DE FRUTA	néctar de fruta	200,0	200,0
	PROTEICO	SANDWICH DE PERNIL DE CERDO	pernil de cerdo	30,0	40,0
			queso doble crema	10,0	20,0
	DERIVADO DE CEREAL		pan blandito	30,0	60,0
	POSTRE	FLAN DE LECHE	flan de leche	50,0	50,0
	FRUTA	BANANO	banano	80,0	80,0
<b>MENU 10</b>	BEBIDA UHT	BEBIDA A BASE DE YOGUR	bebida a base de yogur	180,0	180,0
	AGUA	AGUA EN BOTELLA	agua envasada	280,0	280,0
	PROTEICO	CROISSANT DE QUESO	queso doble crema	30,0	40,0
	DERIVADO DE CEREAL		hojaldre	30,0	50,0
	POSTRE	BOCADILLO CON QUESO	bocadillo	25,0	25,0
			queso doble crema	25,0	25,0
	FRUTA	PERA	pera	80,0	80,0

Componentes de los complementos Alimentarios am-pm

			A	B	C	D
MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD
1	CHOCOLATE	chocolate	6,0	7,5	9,0	10,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	SANDWICH DE QUESO DOBLE CREMA	queso doble crema				
		pan molde	30,0	30,0	40,0	60,0
	FRUTA	uva	40,0	40,0	40,0	40,0
2	TORTA	queso doble crema	60,0	80,0	80,0	110,0
	FRUTA	uva	60,0	80,0	80,0	110,0
MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD
3	TORTA	leche entera uth	200,00	200,00	200,00	200,00
		bebida achocolatada	7,00	7,00	7,00	7,00
		crema de leche	5,00	5,00	5,00	5,00
		harina de trigo	14,00	14,00	14,00	14,00
		aceite	9,00	9,00	9,00	9,00
		esencia de vainilla	1,00	1,00	1,00	1,00
		huevo liquido	8,00	8,00	8,00	8,00
		polvo de hornear	0,90	0,90	0,90	0,90
		azúcar blanca	5,00	5,00	5,00	5,00
		harina de trigo	0,50	0,50	0,50	0,50
		aceite	0,50	0,50	0,50	0,50
	FRUTA	granadilla	60,0	80,0	80,0	110,0
MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD
4	BEBIDA ACHOCOLATADA	bebida achocolatada	6,0	7,5	9,0	10,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	CREPE DE QUESO Y POLLO	tortilla	30,00	30,00	30,00	30,00
		carne de pollo	42,00	42,00	42,00	42,00
		queso doble crema	20,00	20,00	20,00	20,00
	FRUTA	mandarina	60,0	80,0	80,0	110,0
MENÚ	PREPARACIÓN	INGREDIENTES	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD	CANTIDAD
4	MOCACHINO	bebida achocolatada	6,0	7,5	9,0	10,0
		café tostado	2,0	2,5	3,0	3,3
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	QUESO DOBLE CREMA	queso doble crema	30,00	30,00	40,00	60,00

	PAN DE BONO	pan de bono	30,00	40,00	60,00	80,00
	FRUTA	banano	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>5</b>	CAFÉ CON LECHE	café tostado	2,0	2,5	3,0	3,3
		azúcar blanca	4,8	6,0	7,2	8,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	MUFFIN CON SABOR A QUESO	muffin con sabor a queso	15,00	40,00	50,00	70,00
	FRUTA	uva	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>6</b>	MOCACHINO	bebida achocolatada	6,0	7,5	9,0	10,0
		café tostado	2,0	2,5	3,0	3,3
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	SANDWICH DE QUESO DOBLE CREMA	queso doble crema	30,00	30,00	40,00	60,00
		pan molde	40,00	40,00	40,00	40,00
	FRUTA	mandarina	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>7</b>	LECHE UHT	leche entera uth	200,00	200,00	200,00	200,00
	QUESO DOBLE CREMA	queso doble crema	30,00	30,00	40,00	60,00
	TORTA	bebida achocolatada	7,00	7,00	7,00	7,00
		crema de leche	5,00	5,00	5,00	5,00
		harina de trigo	14,00	14,00	14,00	14,00
		aceite	9,00	9,00	9,00	9,00
		esencia de vainilla	1,00	1,00	1,00	1,00
		huevo liquido	8,00	8,00	8,00	8,00
		polvo de hornear	0,90	0,90	0,90	0,90
		azúcar blanca	5,00	5,00	5,00	5,00
		harina de trigo	0,50	0,50	0,50	0,50
		aceite	0,50	0,50	0,50	0,50
	FRUTA	banano	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>8</b>	BEBIDA ACHOCOLATADA	bebida achocolatada	6,0	7,5	9,0	10,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0

	CREPE CON CARNE MOLIDA	tortilla	30,00	30,00	30,00	30,00
		carne de res	42,00	42,00	42,00	42,00
		queso doble crema	20,00	20,00	20,00	20,00
	FRUTA	granadilla	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>9</b>	CHOCOLATE	chocolate	6,0	7,5	9,0	10,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	PALITO DE QUESO	hojaldre	40,00	40,00	50,00	50,00
		queso doble crema	40,00	40,00	40,00	40,00
	FRUTA	uva	60,0	80,0	80,0	110,0
<b>MENÚ</b>	<b>PREPARACIÓN</b>	<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>10</b>	CAFÉ CON LECHE	café tostado	2,0	2,5	3,0	3,3
		azúcar blanca	4,8	6,0	7,2	8,0
		leche de vaca entera	102,0	127,5	153,0	170,0
		agua	18,0	22,5	27,0	30,0
	HOJALDRE CON BOCADILLO Y QUESO	hojaldre	40,00	40,00	50,00	50,00
		queso doble crema	40,00	40,00	40,00	40,00
		bocadillo	7,00	7,00	7,00	7,00
	FRUTA	mandarina	60,0	80,0	80,0	110,0