

MINUTA PATRON

ESTRATEGIA CERO A SIEMPRE CENTROS DE DESARROLLO INFANTIL TEMPRANO Modalidad Familiar

TABLA DE CONTENIDO:

1. Refrigerio para el día de atención para niños y niñas de 6 a 11 meses
2. Refrigerio para el día de atención para mujeres gestantes y madres en periodo de lactancia niños y niñas de 1 a 5 años 11 meses
3. Ración para preparar (paquete alimentario) para mujeres gestantes y madres en periodo de lactancia
4. Ración para preparar (paquete alimentario) para niños y niñas de 6 a 11 meses
5. Ración para preparar (paquete alimentario) para niños y niñas de 1 a 3 años 11 meses
6. Ración para preparar (paquete alimentario) para niños y niñas de 4 a 5 años 11 meses
7. Consolidado aporte diario promedio Refrigerio y Ración para Preparar
 - a. Para mujeres gestantes y madres en periodo de lactancia
 - b. Para niños y niñas de 6 a 11 meses
 - c. Para niños y niñas de 1 a 3 años 11 meses
 - d. Para niños y niñas de 4 a 5 años 11 meses

1. REFRIGERIO PARA EL DIA DE ATENCIÓN NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 11 MESES

Con base en la oferta industrializada del mercado.
 Atención a las familias 1 vez/semana

ALIMENTO	Cantidad gramos	APORTE DIARIO					
		Calorias Kcal	Proteína g	Grasas g	CHO's g	Calcio mg	Hierro Mg
PAPILLA A BASE DE CEREALES, LISTA PARA EL CONSUMO	125	69,3	3,2	1,6	9,9	115,5	1,2
TOTAL APOORTE DIARIO		69,3	3,2	1,6	9,9	115,5	1,2
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-8 meses)		760	26,6	25,3	106,4	400,0	5,0
% DE ADECUACIÓN		9%	12%	6%	9%	29%	24%
RECOMENDACIONES DIARIAS (9-11 meses)		940	32,9	31,3	131,6	400	7
% DE ADECUACIÓN		7%	10%	5%	7%	29%	17%
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-11 meses)		850	29,8	28,3	119,0	400,0	6,0
% DE ADECUACION		8%	11%	6%	8%	29%	20%

2. REFRIGERIO PARA EL DIA DE ATENCION MUJERES GESTANTES Y MADRES EN PERIODO DE LACTANCIA NIÑOS Y NIÑAS DE 1 A 5 AÑOS 11 MESES

Atención a las familias 1 vez/semana

ALIMENTO	Cantidad en gramos	Calorías	Proteína g	Grasas g	CHO's g	Calcio mg	Hierro mg
Leche entera pasteurizada de vaca	200	106	6,8	6,2	6,4	240,0	0,6
Avena preparada	200	112	3,6	2,0	19,6	18,0	1,2
Kumis	200	138	7,0	3,8	25,6	212,0	0,2
Yogurt	200	192	5,8	5,8	29,0	222,0	0,6
PROMEDIO LACTEOS	200	137	5,8	4,45	20,15	173	0,65
Galletas	30	139	1,2	5,2	22,0	1,9	0,3
Roscón con bocadillo	50	173	3,1	3,3	32,8	17,8	2,0
Brownie cubierto con chocolate	50	190	3,1	7,1	28,6	62,0	1,6
Pan blanco	50	174	4,5	1,1	36,5	31,2	2,1
PROMEDIO PRODUCTOS DE PANADERIA	45	168,9	3,0	4,2	29,9	28,2	1,5
TOTAL APORTE REFRIGERIO		305,9	8,8	8,6	50,1	201,2	2,2
RECOMENDACIONES DIARIAS (1-3 años)		1230	43,1	41,0	172,2	500,0	9,0
%ADECUACION		24,9%	20,3%	21,0%	29,1%	40,2%	24,0%
RECOMENDACIONES DIARIAS (4-5 años)		1590	55,7	53,0	222,6	600,0	9,0
%ADECUACION		19,2%	15,7%	16,2%	22,5%	33,5%	24,0%
RECOMENDACIONES DIARIAS (Gestante y Lactante 13-17 años 11 meses)		2642	92,5	88,1	369,9	1300	50,5
%ADECUACION		11,6%	9,5%	9,8%	13,5%	15,5%	4,3%
RECOMENDACIONES DIARIAS (Gestante y Lactante Adulta)		2667	93,3	88,9	373,4	1300	46,5
%ADECUACION		11,5%	9,4%	9,7%	13,4%	15,5%	4,6%

Aunque, los aportes nutricionales para niños menores de 5 años, sobrepasan la estimación de aporte definida para el refrigerio (10%), ésta no se puede disminuir ya que la oferta comercial se encuentra en los tamaños de porción analizados.

En caso tal, que la industria oferte bebidas lácteas en empaques de 100cc, estos análisis deberán ajustarse para menores de 5 años.

3. RACION PARA PREPARAR (PAQUETE ALIMENTARIO) PARA MUJERES GESTANTES Y MADRES EN PERIODO DE LACTANCIA

Frecuencia de entrega: Mensual

ALIMENTO	CANTIDAD	APORTE DIARIO					
		Calorías	Proteína	Grasas	CHO's	Calcio	Hierro
		gramos	Kcal	G	g	g	mg
ARROZ	1000	117	2,2	0,1	26,7	1,7	0,0
BIENESTARINA	900	109	6,1	0,6	19,5	212,2	5,4
PASTAS FORTIFICADAS	500	59	2,0	0,1	12,7	3,4	1,0
HARINA DE MAIZ AMARILLO	1000	122	3,0	1,2	24,6	6,0	0,9
LENTEJA	1000	114	7,8	0,2	20,3	23,3	3,2
FRIJOL CARGAMANTO	1000	115	7,6	0,5	20,1	58,3	1,6
ACEITE VEGETAL	500	147	0,0	16,7	0,0	0,0	0,0
PANELA	500	62	0,1	0,0	15,3	9,2	1,2
LECHE ENTERA EN POLVO	1800	283	14,4	14,4	24,0	564,0	0,5
HUEVO DE GALLINA (30 unidades)	1500	79	6,4	5,8	0,4	27,0	1,4
ATUN EN ACEITE (6 latas de 175 gr)	1050	92	8,4	6,5	0,0	2,8	0,4
TOTAL APORTE DIARIO		1299	58,0	46,0	163,6	907,8	15,4
RECOMENDACIONES DIARIAS (Gestante y Lactante 13-17 años)		2642	92,5	88,1	369,9	1300	50,5
% DE ADECUACIÓN		49%	63%	52%	44%	70%	31%
RECOMENDACIONES DIARIAS (Gestante y Lactante Adulta)		2667	93,3	88,9	373,4	1300	46,5
% DE ADECUACIÓN		49%	62%	52%	44%	70%	33%

La minuta patrón podrá modificarse de acuerdo con la disponibilidad de alimentos y los hábitos y costumbres alimentarias, sin detrimento del aporte nutricional mínimo.

El operador debe informar a las mujeres gestantes sobre la importancia del consumo de los micronutrientes que suministra el Sector Salud, como componente importante del control prenatal.

4. RACION PARA PREPARAR (PAQUETE ALIMENTARIO) PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 11 MESES

Frecuencia de entrega: Mensual, sin inclusión de Bienestarina

- **Opción General**

ALIMENTO	Cantidad gramos	APORTE DIARIO					
		Calorías Kcal	Proteína g	Grasas g	CHO's g	Calcio mg	Hierro Mg
ARROZ	1000	117	2,2	0,1	26,7	1,7	0,0
ALIMENTO INFANTIL A BASE DE ARROZ/AVENA/MAIZ	800	98	1,6	0,2	22,4	85,3	3,9
ACEITE VEGETAL	500	147	0,0	16,7	0,0	0,0	0,0
COMPOTA DE FRUTA (48 unidades de 113 gramos)	5424	166	0,4	0,2	42,1	7,2	0,9
TOTAL APORTE DIARIO		529	4,2	17,2	91,2	94,2	4,9
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-8 meses)		760	26,6	25,3	106,4	400,0	5,0
% DE ADECUACIÓN		70%	16%	68%	86%	24%	97%
RECOMENDACIONES DIARIAS (9-11 meses)		940	32,9	31,3	131,6	400,0	7,0
% DE ADECUACIÓN		56%	13%	55%	69%	24%	69%
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-11 meses)		850	29,8	28,3	119,0	400,0	6,0
% DE ADECUACION		62%	14%	61%	77%	24%	81%

Adicional al suministro del complemento alimentario, la madre del menor debe continuar con la oferta de Leche Materna complementaria, así como los alimentos de oferta al interior del hogar.

- **Opción Condicionada**

ALIMENTO	Cantidad gramos	APORTE DIARIO					
		Calorías Kcal	Proteína g	Grasas g	CHO's g	Calcio mg	Hierro Mg
ALIMENTO INFANTIL A BASE DE ARROZ/AVENA/MAIZ	600	73	1,2	0,2	16,8	64,0	3,0
FORMULA INFANTIL DE CONTINUACION, FORTIFICADA CON HIERRO	1800	259	9,0	12,7	34,6	342,0	3,3
TOTAL APORTE DIARIO		332	10,2	12,9	51,4	406,0	6,3
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-8 meses)		760	26,6	25,3	106,4	400,0	5,0
% DE ADECUACIÓN		44%	38%	51%	48%	102%	125%
RECOMENDACIONES DIARIAS (9-11 meses)		940	32,9	31,3	131,6	400,0	7,0
% DE ADECUACIÓN		35%	31%	41%	39%	102%	89%
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-11 meses)		850	29,8	28,3	119,0	400,0	6,0
% DE ADECUACION		39%	34%	45%	43%	102%	104%

La opción condicionada requiere de la aprobación del Comité Técnico, para la cual se tendrá en cuenta la prescripción médica de fórmula infantil de continuación (VIH, Quimioterapia, etc.).

5. RACION PARA PREPARAR (PAQUETE ALIMENTARIO) PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 1 A 3 AÑOS 11 MESES

Frecuencia de entrega: Mensual

ALIMENTO	Cantidad	APORTE DIARIO					
		Calorías	Proteína	Grasas	CHO's	Calcio	Hierro
	Gramos	Kcal	g	g	g	mg	Mg
ARROZ	500	59	1,1	0,1	13,4	0,8	0,0
PASTAS FORTIFICADAS	500	59	2,0	0,1	12,7	3,4	1,0
BIENESTARINA*	450	54	3,1	0,3	9,8	106,1	2,7
AVENA EN HOJUELAS	700	87	4,0	1,5	14,3	21,2	2,0
GALLETAS (sal, leche, craker)	400	60	0,9	1,7	10,3	5,1	0,6
LECHE ENTERA EN POLVO	760	120	6,1	6,1	10,1	238,1	0,2
HUEVO DE GALLINA (30 unidades)	1500	79	6,4	5,8	0,4	27,0	1,4
LENTEJA	1000	114	7,8	0,2	20,3	23,3	3,2
PANELA	500	62	0,1	0,0	15,3	9,2	1,2
ACEITE VEGETAL	500	147	0,0	16,7	0,0	0,0	0,0
ATUN EN AGUA (3 latas de 175 gr)	525	22	4,9	0,1	0,0	0,0	0,0
TOTAL APORTE DIARIO		863	36,3	32,5	106,4	434,3	12,1
RECOMENDACIONES DIARIAS (1-3 años 11 meses)		1230,0	43,1	41,0	172,2	500,0	9,0
% DE ADECUACIÓN		70%	84%	79%	62%	87%	135%

* Se calculan 900 gramos de Bienestarina cada dos meses.

La minuta patrón podrá modificarse de acuerdo con la disponibilidad de alimentos y los hábitos y costumbres alimentarias, sin detrimento del aporte nutricional mínimo.

El operador deberá coordinar las acciones necesarias para evitar la ruptura del huevo entero, durante el transporte para entrega a los beneficiarios.

Se recomienda variar el tipo de galletas cada dos meses, para evitar la saturación de sabor en el niño o niña. No se permite la oferta de galletas con relleno de crema.

6. RACION PARA PREPARAR (PAQUETE ALIMENTARIO) PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 4 A 5 AÑOS 11 MESES

Frecuencia de entrega: Mensual

ALIMENTO	Cantidad	APORTE DIARIO					
		Calorías	Proteína	Grasas	CHO's	Calcio	Hierro
	Gramos	Kcal	G	g	g	mg	Mg
ARROZ	1000	117	2,2	0,1	26,7	1,7	0,0
PASTAS FORTIFICADAS	500	59	2,0	0,1	12,7	3,4	1,0
BIENESTARINA*	450	54	3,1	0,3	9,8	106,1	2,7
AVENA EN HOJUELAS	350	43	2,0	0,8	7,1	10,6	1,0
GALLETAS (sal, leche, craker)	300	45	0,6	1,3	7,8	3,9	0,4
LECHE ENTERA EN POLVO	1520	239	12,2	12,2	20,3	476,3	0,4
HUEVO DE GALLINA	1500	79	6,4	5,8	0,4	27,0	1,4
LENTEJA	1000	114	7,8	0,2	20,3	23,3	3,2
PANELA	500	62	0,1	0,0	15,3	9,2	1,2
ACEITE VEGETAL	500	147	0,0	16,7	0,0	0,0	0,0
ATUN EN ACEITE (3 latas de 175 gr)	525	44	2,7	3,5	0,5	1,4	0,1
TOTAL APORTE DIARIO		1005	39,1	40,9	120,7	662,8	11,3
RECOMENDACIONES DIARIAS (4-5 años 11 meses)		1590	55,7	53,0	222,6	600,0	9,0
% DE ADECUACIÓN		63%	70%	77%	54%	110%	126%

* Se calculan 900 gramos de Bienestarina cada dos meses.

La minuta patrón podrá modificarse de acuerdo con la disponibilidad de alimentos y los hábitos y costumbres alimentarias, sin detrimento del aporte nutricional mínimo.

El operador deberá coordinar las acciones necesarias para evitar la ruptura del huevo entero, durante el transporte para entrega a los beneficiarios.

Se recomienda variar el tipo de galletas cada dos meses, para evitar la saturación de sabor en el niño o niña. No se permite la oferta de galletas con relleno de crema.

7. CONSOLIDADO APORTE DIARIO PROMEDIO REFRIGERIO Y RACIÓN PARA PREPARAR

a. Para Mujeres Gestantes y Madres en Periodo de Lactancia

CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL TEMPRANO - MODALIDAD FAMILIAR - MUJERES GESTANTES Y MADRES EN PERIODO DE LACTANCIA

Tipo		Frecuencia	APORTE NUTRICIONAL					
			Calorías Kcal	Proteínas g	Grasas g	CHO's g	Calcio mg	Hierro mg
APORTE POR TIPO	REFRIGERIO	1 vez/semana	306	8,8	8,6	50,1	201,2	2,2
	PAQUETE ALIMENTARIO	Mensual	38975,5	1741,1	1381,3	4907,9	27234,1	463,1
APORTE DIARIO PROPORCIONAL	REFRIGERIO		44	1,25	1,23	7,15	28,74	0,31
	PAQUETE ALIMENTARIO		1299	58,04	46,04	163,6	907,8	15,44
TOTAL APORTE DIARIO			1343	59,29	47,27	170,75	936,54	15,75
RECOMENDACIONES DIARIAS (Gestante y Lactante 13-17 años)			2642	92,5	88,1	369,9	1300	50,5
% DE ADECUACIÓN			51%	64%	54%	46%	72%	31%
RECOMENDACIONES DIARIAS (Gestante y Lactante Adulta)			2667	93,3	88,9	373,4	1300	46,5
% DE ADECUACIÓN			50%	64%	53%	46%	72%	34%
% DE ADECUACIÓN PROMEDIO (Mujer gestante y madre en periodo de lactancia)			51%	64%	53%	46%	72%	33%

b. Para niños y niñas de 6 a 11 meses

CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL TEMPRANO - MODALIDAD FAMILIAR - NIÑOS Y NIÑAS 6-11 MESES

Tipo		Frecuencia	APORTE NUTRICIONAL					
			Calorías Kcal	Proteínas g	Grasas g	CHO's g	Calcio mg	Hierro mg
APORTE POR TIPO	REFRIGERIO	1 vez/semana	69	3,2	1,6	9,9	115,5	1,2
	PAQUETE ALIMENTARIO	mensual	15856	125,8	515,8	2736,8	2827,0	145,5
APORTE DIARIO PROPORCIONAL	REFRIGERIO		10	0,46	0,23	1,41	16,50	0,17
	PAQUETE ALIMENTARIO		529	4,19	17,19	91,23	94,23	4,85
TOTAL APORTE DIARIO			538	4,65	17,42	92,64	110,73	5,02
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-8 meses)			760	26,6	25,3	106,4	400,0	5,0
% DE ADECUACIÓN			71%	17%	69%	87%	28%	100%
RECOMENDACIONES DIARIAS (9-11 meses)			940	32,9	31,3	131,6	400	7
% DE ADECUACIÓN			57%	14%	56%	70%	28%	72%
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-11 meses)			850	29,8	28,3	119,0	400,0	6,0
% DE ADECUACIÓN			63%	16%	61%	78%	28%	84%

c. Para niños y niñas entre 1 y 3 años 11 meses

CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL TEMPRANO – MODALIDAD FAMILIAR - NIÑOS Y NIÑAS 1-3 AÑOS 11 MESES

Tipo		Frecuencia	APORTE NUTRICIONAL					
			Calorías Kcal	Proteínas g	Grasas g	CHO's g	Calcio mg	Hierro mg
APORTE POR TIPO	REFRIGERIO	1 vez/semana	306	8,8	8,6	50,1	201,2	2,2
	PAQUETE ALIMENTARIO	mensual	25879	1087,5	975,7	3193,2	13027,7	363,2
APORTES DIARIO PROPORCIONAL	REFRIGERIO		44	1,25	1,23	7,15	28,74	0,31
	PAQUETE ALIMENTARIO		863	36,25	32,52	106,44	434,26	12,11
TOTAL APORTE DIARIO			906	37,50	33,75	113,59	463,00	12,42
RECOMENDACIONES DIARIAS (1-3 años 11 meses)			1230,0	43,1	41,0	172,2	500,0	9,0
% DE ADECUACIÓN			74%	87%	82%	66%	93%	138%

d. Para niños y niñas entre 4 y 5 años 11 meses

CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL TEMPRANO - MODALIDAD FAMILIAR - NIÑOS Y NIÑAS 4 -5 AÑOS 11 MESES

Tipo		Frecuencia	APORTE NUTRICIONAL					
			Calorías Kcal	Proteínas g	Grasas g	CHO's g	Calcio mg	Hierro mg
APORTE POR TIPO	REFRIGERIO	1 vez/semana	306	8,8	8,6	50,1	201,2	2,2
	PAQUETE ALIMENTARIO	mensual	30138	1172,1	1225,8	3620,0	19882,7	339,9
APORTES DIARIO PROPORCIONAL	REFRIGERIO		44	1,3	1,2	7,2	28,7	0,3
	PAQUETE ALIMENTARIO		1005	39,07	40,86	120,67	662,76	11,33
TOTAL APORTE DIARIO			1048	40,32	42,09	127,82	691,50	11,64
RECOMENDACIONES DIARIAS (4-5 años 11 meses)			1590	55,7	53,0	222,6	600,0	9,0
% DE ADECUACIÓN			66%	72%	79%	57%	115%	129%

**MINUTA PATRON
HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR FAMI**

REFRIGERIO

1. REFRIGERIO PARA EL DIA DE ATENCIÓN NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 11 MESES

- Fruta dulce en compota o puré

ALIMENTOS	Peso Neto	Kcal	Proteína	Grasa	CHO's	Calcio	Hierro	Zinc
Mango maduro	56	38	0,3	0,1	9,1	10,5	0,4	0,0
Melón común	56	8	0,4	0,0	1,7	2,8	0,2	0,0
Manzana sin cáscara	56	38	0,2	0,1	9,3	9,0	0,1	0,0
Papaya madura	56	22	0,5	0,1	5,0	14,0	0,2	0,0
APORTE PROMEDIO		26	0,3	0,1	6,2	9,1	0,2	0,0
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-11 meses)		856	29,9	28,5	119,8	400,0	6,0	3,0
% ADECUACION		3,1%	1,1%	0,2%	5,2%	2,3%	3,3%	0,0%

2. REFRIGERIO PARA EL DIA DE ATENCIÓN NIÑOS Y NIÑAS DE 1-2 AÑOS 11 MESES

- Producto de Panadería
- Jugo de fruta en agua

ALIMENTOS	Peso Neto	Kcal	Proteína	Grasas	CHO's	Calcio	Hierro	Zinc
Galletas	30	139	1,2	5,2	22,0	1,9	0,3	0,0
Roscón con bocadillo	50	173	3,1	3,3	32,8	17,8	2,0	0,0
Brownie cubierto con chocolate	50	190	3,1	7,1	28,6	62,0	1,6	0,0
Pan blanco	50	174	4,5	1,1	36,5	31,2	2,1	0,0
PROMEDIO PRODUCTOS DE PANADERIA	45	168,9	3,0	4,2	29,9	28,2	1,5	0,0
Mandarina	28	12	0,2	0,0	2,7	6,7	0,1	0,0
Mango maduro	28	19	0,1	0,0	4,5	5,2	0,2	0,0
Melón común	28	4	0,2	0,0	0,8	1,4	0,1	0,0
Manzana sin cáscara	28	19	0,1	0,1	4,6	4,5	0,1	0,0
Piña	28	16	0,1	0,0	3,8	5,9	0,1	0,0
Papaya madura	28	7	0,1	0,0	1,7	6,6	0,1	0,1
PROMEDIO FRUTAS	28	13,5	0,2	0,0	3,2	5,1	0,1	0,0
Azúcar	10	44	0,0	0,0	10,9	0,0	0,0	0,0
Panela	11	41	0,1	0,0	10,1	14,7	0,8	0,1
PROMEDIO AZUCARES	10,5	42,5	0,1	0,0	10,5	7,4	0,4	0,1
APORTE PROMEDIO		225	3,2	4,2	43,6	40,7	2,0	0,1
RECOMENDACIONES DIARIAS (1-2 AÑOS)		1160	40,6	38,7	162,4	500	9	4,33
% ADECUACION		19,4%	7,8%	10,8%	26,8%	8,1%	22,5%	1,2%

3. REFRIGERIO PARA EL DIA DE ATENCIÓN ADULTOS

- Producto de Panadería
- Jugo de fruta en agua

ALIMENTOS	Peso Neto	Kcal	Proteína	Grasas	CHO's	Calcio	Hierro	Zinc
Galletas	30	139	1,2	5,2	22,0	1,9	0,3	0,0
Roscón con bocadillo	50	173	3,1	3,3	32,8	17,8	2,0	0,0
Brownie cubierto con chocolate	50	190	3,1	7,1	28,6	62,0	1,6	0,0
Pan blanco	50	174	4,5	1,1	36,5	31,2	2,1	0,0
PROMEDIO PRODUCTOS DE PANADERIA	45	168,9	3,0	4,2	29,9	28,2	1,5	0
Mandarina	45	19	0,3	0,0	4,4	10,8	0,1	0,0
Mango maduro	45	30	0,2	0,0	7,3	8,4	0,3	0,0
Melón común	45	6	0,3	0,0	1,4	2,3	0,1	0,0
Manzana sin cáscara	45	31	0,1	0,1	7,4	7,2	0,1	0,0
Piña	45	26	0,2	0,0	6,1	9,5	0,2	0,0
Papaya madura	45	12	0,2	0,0	2,7	10,7	0,1	0,1
PROMEDIO FRUTAS	45	26,3	0,5	0,1	5,9	9,1	0,4	0,0
Azúcar	14	56	0,0	0,0	13,9	0,0	0,0	0,0
Panela	15	56	0,1	0,0	13,8	20,1	1,1	0,1
PROMEDIO AZUCARES	14,5	56,0	0,1	0,0	13,9	10,1	0,6	0,1
APORTE PROMEDIO		133	0,9	0,2	32,0	33,4	1,6	0,1
RECOMENDACIONES DIARIAS (18-49 AÑOS)		2658	93,0	88,6	372,1	500	9	4,33
% ADECUACION		5,0%	1,0%	0,2%	8,6%	6,7%	17,4%	1,2%

RACIÓN PARA PREPARAR

4. RACION PARA PREPARAR MENSUAL - UNICA

ALIMENTO*	Cantidad gr	Kcal	Proteína gr	Grasas gr	CHO's gr	Calcio mg	Hierro mg
Pastas (cereal)	500	1710	49.0	2.0	374.0	125.0	19.5
Arroz (cereal)	500	1755	33.5	2.0	400.5	62.5	4.0
Lenteja (leguminosa)	1000	3430	235.0	6.0	609.0	700.0	95.0
Aceite vegetal	500	4500	0.0	500.0	0.0	0.0	0.0
Bienestarina	1800	6516	369.0	36.0	1171.8	12729.6	321.5
TOTAL APORTE PROMEDIO MENSUAL		17911	686.5	546.0	2555.3	13617.1	440.0
TOTAL APORTE PROMEDIO DIARIO		597.0	22.9	18.2	85.2	453.9	14.7

RECOMENDACIONES DIARIAS (Gestante y Lactante 13-17 años)	2642	92.5	88.1	369.9	1300	50.5
% ADECUACIÓN	22.6%	24.7%	20.7%	23.0%	34.9%	29.0%
RECOMENDACIONES DIARIAS (Gestante y Lactante Adulta)	3074	107.6	102.5	430.4	1300	46.5
% ADECUACIÓN	19.4%	21.3%	17.8%	19.8%	34.9%	31.5%
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-11 meses)	850	29.8	28.3	119.0	400	6
% DE ADECUACIÓN	70.2%	76.9%	64.2%	71.6%	113.5%	244.4%
RECOMENDACIONES DIARIAS (1-2 años)	1160	40.6	38.7	162.4	500	9
% DE ADECUACIÓN	51.5%	56.4%	47.1%	52.4%	90.8%	163.0%

* El contenido del paquete se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región.
En caso de contar con Cofinanciación, se debe priorizar la inclusión de alimentos fuente de proteína.



República de Colombia
 Departamento Administrativo para la Prosperidad Social
 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
 Cecilia de la Fuente de Lleras

Prosperidad
 patrones

MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : HOGARES INFANTILES LACTANTES Y PREESCOLARES
 Grupo de Edad : 6 - 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO O PRIMER TIEMPO DE COMIDA			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido	
Lácteos Fórmula de Continuación fortificada con hierro*	Todos los días	20 g	20 g	3 onzas	5 onzas de leche reconstituida
Mezcla Vegetal Beneestarna	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche) o para adición a las preparaciones
Acompañante** Galletas de dulce o leche	Todos los días	7 g	7 g	7 g	1 unidad
Fruta Fruta en papaja o compota	Todos los días	59 - 120 g	56 g	55 g	3 cucharas soperas
Grasa Aceite	Todos los días	2 cc	2 cc	2 cc	1/2 cucharadita

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

* Fórmula de Continuación es el alimento apropiado para los niños de menor edad en la primera de la vida y la mayoría de los niños a quienes se les continúa hasta el primer año de vida.
 ** El acompañante se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, así se puede incluir arroz, papa, plátano, yuca, anuyania, etc)

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE DESAYUNO	190	5,3	7,3	28,1	180,0	2,9	1,4
ADECUACION	22%	20,6%	22,1%	25,0%	45,0%	48,7%	47,3%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : HOGARES INFANTILES - LACTANTES Y PREESCOLARES
 Grupo de Edad : 6 - 11 meses

ALMUERZO O SEGUNDO TIEMPO DE COMIDA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad		P. Servido	Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto		
Mezcla Vegetal					
Bienestarina	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para adición a las preparaciones
Sopa crema:					
Verduras	Todos los días	45 - 70 g	40 g	120 cc	1/2 taza
Cereal (arroz o cebada o avena o maíz)		6 g	6 g		
Papa ó plátano		19 - 25 g	15 g		
Seco:					
Carnes					
Carne roja	Todos los días	20 g	20 g	12 g	1 porción muy pequeña
Peña (pechuga)		28 g	25 g	20 g	
Cereal					
Arroz	Todos los días	10 g	10 g	22 g	1 1/2 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal					
Papa plátano ñame etc	4 veces/semana	18 - 25 g	15 g	14 g	1/2 unidad pequeña
Arepa	1 vez/semana	15 g	15 g	15 g	1 unidad pequeña banda
Grasa					
Acete	Todos los días	7 cc	7 cc	7 cc	1 1/2 cucharadita

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	223	8,4	9,5	27,0	87,0	2,8	0,8
ADECUACION	26%	33,0%	28,7%	24,0%	21,7%	45,9%	25,6%



República de Colombia
 Departamento Administrativo para la Prosperidad Social
 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
 Cecilia de la Fuente de Lleras

Prosperidad
 para todos

MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : HOGARES INFANTILES - LACTANTES Y PREESCOLARES
 Grupo de Edad : 6 - 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio			
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido				
Lácteos								
Formula de Continuación fortificada con hierro*	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de leche reconstituida			
Cereal								
Galletas de dulce o leche	3 veces/semana	7 g	7 g	7 g	1 unidad			
Cereales para colada (Trigo o Maíz o Avena o Cebada)	4 veces/semana	7 g	7 g	7 g	1 cuchara sopera rasa			
Fruta								
Fruta en papilla o compacta	Todos los días	59 - 120 g	56 g	56 g	3 cucharas soperas			
		Calorias	Proteínas g	Grasa g	Carbohid. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIO		125	3,7	3,8	21,2	110,4	1,3	0,7
ADECUACION		15%	14,4%	11,6%	18,9%	27,6%	22,3%	24,4%

APORTE NUTRICIONAL MINUTA PATRON PROMEDIO DIA COMPLETO

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA	538	17,3	20,6	76,4	377,3	7,0	2,9
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-11 MESES)	850	25,5	33,0	112,6	400,0	6,0	3,0
% ADECUACION	63%	68,0%	62,4%	67,8%	94,3%	116,9%	97,4%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : HOGARES INFANTILES - FUNDACION ÉXITO
 Grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Lácteos	Todos los días	97 g	97 g	75 cc	2 ½ onzas de leche
Lácteos		75 cc	75 cc		
Mezcla Vegetal					
Bienestanna	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para elaboración de colada (½ agua - ½ leche) o para adición a las preparaciones
Carnes- huevos-quesos					
Huevo	3 veces / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Queso campesino		30 g	30 g	30 g	1 porción pequeña
Acompañante*					
Pan ó arepa	Todos los días	20 g	20 g	20 g	1 unidad pequeña
Fruta					
Fruta entera	Todos los días	80 - 160 g	76 g	76 g	1 porción pequeña
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cucharada rasa
Panela ó		11 g	11 g	11 g	1 cucharada rasa
Chocolete		9 g	9 g	9 g	1/3 pastilla
Grasa**					
Aceite ó margarina	Todos los días	5 cc	5 cc	5 cc	1 cucharadita ó 1 untadura

Condimentos

* El acompañante se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, así se puede incluir arroz, papa, plátano, yuca, etc)
 ** El uso de margarina se contempla para los días en que se oferte queso

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE DESAYUNO	268	10,2	10,4	37,0	230,1	3,0	1,1
ADECUACION	22%	23,6%	25,4%	21,5%	46,0%	33,7%	25,5%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio HOGARES INFANTILES - FUNDACION ÉXITO
Grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	ALMUERZO O SEGUNDO TIEMPO DE COMIDA			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Mezcla Vegetal					
Bienestarina	Todos los días	7.5 g	7.5 g	7.5 g	Para adición a las preparaciones
Sopa crema**					
Verduras	Todos los días	9 - 15 g	8 g	100 cc	3 onzas
Cereal		6 g	6 g		
Raíces/Tubérculos/Plátanos		12 - 17 g	10 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	2 veces/semana (Visceras una vez cada 15 días)	40 g	40 g	26 g	1 porción pequeña
Carne blanca	2 veces/semana	Pechuga: 68 g Fierna: 71 g Pernil: 75 g Atún: 50 g	50 g	40 g (sin hueso) Atún: 50 g	1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Leguminosa	1 vez / semana	5 g	5 g	16 g	1 cucharada soperas
Cereal					
Arroz ó	4 veces/semana	20 g	20 g	46 g	3 cucharas soperas
Pasta	1 vez/semana	17 g	17 g	51 g	1 porción pequeña
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal					
Papa, plátano flameado ó	4 veces/semana	37 - 50 g	30 g	34 g	1 unidad mediana o dos tajadas
Arepa	1 vez/semana	17 g	17 g	17 g	1 unidad pequeña
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	40 - 60 g	35 g	40 g	3 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña
en jugo		29 - 62 g	28 g	150 cc	5 onzas
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cucharada rasa
Paneta		11 g	11 g	11 g	1 cucharada rasa
Grasa					
Aceite	Todos los días	9 cc	9 cc	9 cc	1 cucharada
Condimentos					

** La inclusión de sopa se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, en caso de no ser costumbre su inclusión, se distribuirán los alimentos por grupo, aumentando la porción en el seco

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	420	16,3	12,6	58,7	115,5	4,7	1,3
ADECUACIÓN	34%	37,8%	30,8%	34,1%	23,1%	51,7%	28,9%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : HOGARES INFANTILES - FUNDACION ÉXITO
 Grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	REFRIGERIO O TERCER TIEMPO DE COMIDA			Cantidad	Unidad Casera de Servido		
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido				
Lácteos								
Leche en polvo ó	Todos los días	97 g	97 g	75 cc		2 ½ onzas de leche		
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc					
Cereal								
Galletas de dulce o leche	3 veces/semana	14 g	14 g	14 g		2 unidades		
Cereales para colada (Trigo o Maiz o Avena o Cebada)	4 veces/semana	10 g	10 g	10 g		1 cucharita sopera		
Fruta								
Fruta entera	2 veces/semana	80 - 109 g	76 g	76 g		1 porción pequeña		
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE REFRIGERIO		119	4,3	4,0	19,1	102,9	0,8	0,0
ADECUACION		10%	10,0%	9,9%	11,1%	20,6%	9,2%	1,1%

APORTE NUTRICIONAL MINUTA PATRÓN PROMEDIO DÍA COMPLETO

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRÓN	807	30,7	27,1	114,8	448,4	8,5	2,4
RECOMENDACIONES DIARIAS (1-3 AÑOS 11 MESES)	1230	43,1	41,0	172,2	500,0	9,0	4,3
% ADECUACION	66%	71,4%	66,0%	66,7%	89,7%	94,5%	55,4%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : HOGARES INFANTILES - LACTANTES Y PREESCOLARES
Grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO O PRIMER TIEMPO DE COMIDA			Unidad Casera de Servicio	
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido		
Lácteos						
Leche en polvo ó	Todos los días	97 g	97 g	75 cc	2 ½ onzas de leche	
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc			
Mezcla Vegetal						
Bienestarina	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para elaboración de colada (½ agua - ½ leche), o para adición a las preparaciones	
Carnes- huevos-quesos						
Huevo	3 veces / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad	
Queso campesino		30 g	30 g	30 g	1 porción pequeña	
Acompañante*						
Pan o arepa	Todos los días	40 g	40 g	40 g	1 unidad mediana	
Fruta						
Fruta entera	Todos los días	80 - 169 g	76 g	76 g	1 porción pequeña	
Azúcares						
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	5 onzas de bebida caliente ó 150 cc (½ agua - ½ leche)	
Panela ó		11 g	11 g	11 g		1 cucharada rasa
Chocolata		9 g	9 g	9 g		1/3 pastilla
Grasa**						
Aceite ó margarina	Todos los días	5 cc	5 cc	5 cc	1 cucharadita ó 1 untadura	

Condimentos

* El acompañante se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, así se pueda incluir arroz, papa, plátano, yuca, etc)

** El uso de margarina se contempla para los días en que se oferte queso

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE DESAYUNO	318	12,0	10,7	47,1	236,3	3,6	1,1
ADECUACION	20%	21,5%	20,3%	21,2%	39,4%	40,1%	20,1%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : HOGARES INFANTILES - LACTANTES Y PREESCOLARES
 Grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	ALMUERZO O SEGUNDO TIEMPO DE COMIDA			Cantidad	Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido		
Mezcla Vegetal						
Bonostanna	Todos los días	75 g	75 g	75 g		Para adición a las preparaciones
Sopa crema***						
Verduras	Todos los días	9 - 15 g	8 g	100 cc	3 onzas	
Cereales		6 g	6 g			
Raíces/Tubérculos/Plátanos		12 - 17 g	10 g			
Leguminosa		2 g	2 g			
Seco						
Carnes, huevo, leguminosas						
Carnes rojas	2 veces/semana (V. sceras una vez cada 15 días)	50 g	50 g	32 g		1 porción pequeña
Carnes blancas	2 veces/semana	Pechuga 82 g Perna 86 g Pernil 90 g Atún 60 g	60 g	48 g (sin hueso) Atún 60 g		1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g		1 unidad
Leguminosa	1 vez / semana	15 g	15 g	15 g		1 cucharada sopera
Cereales						
Arroz	4 veces/semana	26 g	26 g	58 g		4 cucharas soperas
Pasta o	1 vez/semana	20 g	20 g	60 g		1 porción pequeña
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal						
Papa, plátano, ñame, etc ó	4 veces/semana	62 - 83 g	50 g	60 g		1 unidad mediana ó tres tajadas
Arepa	1 vez/semana	40 g	40 g	40 g		1 unidad mediana
Hortalizas - verduras						
Verdura	Todos los días	45 - 70 g	40 g	45 g		3 cucharas soperas
Frutas						
Entera ó	Todos los días	73 - 165 g	70 g	70 g		1 porción pequeña
en jugo		29 - 62 g	28 g	150 cc		5 onzas
Azúcares						
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cucharada rasa	5 onzas de bebida ó 150 cc
Panea		11 g	11 g	11 g	1 cucharada rasa	
Grasa						
Aceite	Todos los días	12 cc	12 cc	12 cc		1 ½ cucharada
Condimentos						

*** La inclusión de sopa se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región en caso de no ser costumbre su inclusión, se distribuirán los alimentos por grupo, aumentando la porción en el seco

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	524	19,0	17,3	71,3	127,8	5,2	1,4
ADECUACION	33%	34,1%	32,7%	32,0%	21,3%	57,9%	24,9%



República de Colombia
 Departamento Administrativo para la Prosperidad Social
 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
 Cecilia de la Fuente de Lleras

Prosperidad
 para todos

MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : HOGARES INFANTILES - LACTANTES Y PREESCOLARES
 Grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses

REFRIGERIO O TERCER TIEMPO DE COMIDA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio			
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido				
Lácteos								
Leche en polvo ó	Todos los días	9,7 g	9,7 g	75 cc	2 1/2 onzas de leche			
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc					
Cereal								
Galletas de dulce o leche	3 veces/semana	21 g	21 g	21 g	3 unidades			
Cereales para colada (Fruigo o Malz o Avena o Cebada)	4 veces/semana	17 g	17 g	17 g	1 3/4 cucharas soperas			
Fruta								
Fruta entera	2 veces/semana	90 - 160 g	76 g	76 g	1 porción pequeña			
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIO		209	5,9	6,0	35,5	110,1	1,5	0,1
ADECUACION		13%	10,7%	11,4%	16,0%	18,3%	16,4%	1,8%

APORTE NUTRICIONAL MINUTA PATRON PROMEDIO DIA COMPLETO

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA	1052	36,9	34,1	163,9	474,2	10,3	2,6
RECOMENDACIONES DIARIAS (4-5 AÑOS 11 MESES)	1590	55,7	53,0	222,6	600,0	9,0	5,5
% ADECUACION	66%	66,3%	64,4%	69,1%	79,0%	114,4%	46,8%

MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
grupo de Edad : 6 - 8 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO			Unidad Casera de Servicio			
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido				
Lácteos* Leche de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de leche reconstituida			
Fruta Fruta en papilla o compota	Todos los días	59 - 120 g	56 g	55 g	3 cucharas soperas			
Grasa Acete	Todos los días	2 cc	2 cc	2 cc	1/2 cucharadita			
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE DESAYUNO		127	2,9	5,7	16,1	108,8	1,6	1,0
ADECUACION		17%	11,0%	19,1%	16,6%	27,2%	31,7%	33,3%

* La leche materna es el alimento óptimo para los niños y niñas en la primera etapa de su vida y la mayoría de las madres pueden amamantar; se recomienda lactar de forma exclusiva durante los primeros 6 meses de vida del niño o niña y prolongar la lactancia con alimentación complementaria adecuada hasta los 2 años de edad o más.
No obstante, en casos muy particulares de condiciones de salud del recién nacido y de la madre, se podría evaluar y justificar el suministro de Leche/fórmula de continuación o sucedáneo de la leche materna.
La Leche de Continuación se considera una opción comercial para los niños que no tienen acceso a la Leche Materna.
En caso que un niño menor de un año, pueda disponer de Leche Materna al interior del CDI, se eliminará la oferta de leche de Continuación.

Grupo Alimento	Frecuencia	REFRIGERIO DE LA MAÑANA			Unidad Casera de Servicio			
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido				
Lácteos* Leche de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	13 g	13 g	3 onzas	3 onzas de leche reconstituida			
Acompañante Cereales para papilla (Arroz, Avena o Cebada)	Todos los días	5 g	5 g	5 g	1 cucharadita			
Fruta Fruta en papilla o compota	Todos los días	42 - 89 g	40 g	39 g	2 cucharas soperas			
Grupo Alimento	Frecuencia	REFRIGERIO DE LA TARDE			Unidad Casera de Servicio			
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido				
Lácteos* Leche de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	13 g	13 g	3 onzas	3 onzas de leche reconstituida			
Fruta Fruta en papilla o compota	Todos los días	42 - 89 g	40 g	39 g	2 cucharas soperas			
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS		182	4,9	5,7	27,7	167,8	2,6	1,6
ADECUACION		24%	18,4%	19,3%	28,6%	41,9%	51,3%	54,4%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
 grupo de Edad : 6 - 8 meses

ALMUERZO						
Grupo Alimento	Frecuencia	P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido	Unidad Casera de Servido	
Sopa crema						
Verduras	Todos los días	45 - 70 g	40 g	120 cc	1/2 taza	
Cereal (arroz o cebada o avena o maíz)		6 g	6 g			
Papa ó plátano		19 - 25 g	15 g			
Carnes						
Carne roja magra	Todos los días	30 g	30 g	19 g	1 porción muy pequeña	
Pollo (pechuga)		40 g	30 g	24 g		
Grasa						
Aceite	Todos los días	4 cc	4 cc	4 cc	1 cucharadita	
Fruta						
Fruta en papilla o compota	Todos los días	59 - 120 g	56 g	55 g	3 cucharas soperas	
Lácteos*						
Leche de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de leche reconstituida	

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	247	11,1	10,2	28,1	134,9	2,8	0,9
ADECUACION	32%	41,8%	34,4%	29,0%	33,7%	56,1%	29,3%

APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL MINUTA PATRON

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRON	533	19,0	21,6	71,9	407,2	5,7	2,6
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-8 MESES)	760	26,6	29,6	96,9	400,0	5,0	3,0
% ADECUACION	70%	71,5%	73,1%	74,2%	101,8%	114,4%	87,1%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio: CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
grupo de Edad: 9 - 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
DESAYUNO					
Lácteos*					
Leche de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de leche reconstituida
Carnes - Huevos					
Carne roja o	Todos los días	15 g	15 g	10 g	1 porción pequeña
Pollo (pechuga) o		17 g	15 g	12 g	1 porción pequeña
Huevo (YEMA)		15 g	15 g	15 g	1 yema
Cereal o Acompañante					
Arepa de maíz o	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 unidad muy pequeña, blanda
Galletas de quince o leche		14 g	14 g	14 g	2 unidades (de 7 g cada una)
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	59 - 120 g	50 g	55 g	3 cucharas soperas
Grasa					
Aceite	Todos los días	2 cc	2 cc	2 cc	1/2 cucharadita

* La leche materna es el alimento óptimo para los niños y niñas en la primera etapa de su vida y la mayoría de las madres pueden amamantar, se recomienda lactar de forma exclusiva durante los primeros 6 meses de vida del niño o niña y prolongar la lactancia con alimentación complementaria adecuada hasta los 2 años de edad o más.
No obstante, en casos muy particulares de condiciones de salud del recién nacido y de la madre, se podría evaluar y justificar el suministro de leche/fórmula de continuación o sucedáneo de la leche materna.
La Leche de Continuación se considera una opción comercial para los niños que no tienen acceso a la Leche Materna.
En caso que un niño menor de un año, pueda disponer de Leche Materna al interior del CDI, se eliminará la oferta de leche de Continuación.

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE DESAYUNO	191	6,7	9,0	23,0	118,1	2,0	0,7
ADECUACION	20%	20,4%	24,6%	19,2%	29,5%	28,8%	24,4%

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
REFRIGERIO DE LA MAÑANA					
Lácteos*					
Leche de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	13 g	13 g	3 onzas	3 onzas de leche reconstituida
Acompañante					
Cereales para papilla (Arroz, Avena o Cebada)	3 veces/semana	7 g	7 g	7 g	1 cucharadita llana - rebosada
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	42 - 89 g	40 g	39 g	2 cucharas soperas

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
REFRIGERIO DE LA TARDE					
Lácteos*					
Leche de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	13 g	13 g	3 onzas	3 onzas de leche reconstituida
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	42 - 89 g	40 g	39 g	2 cucharas soperas

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS	195	5,2	5,8	29,2	166,1	1,9	1,0
ADECUACION	24%	15,8%	16,0%	24,3%	41,5%	38,3%	34,4%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
grupo de Edad : 9 - 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	ALMUERZO			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Sopa cremas					
Verduras	Todos los días	45 - 70 g	40 g	120 cc	1/2 taza
Cereal (arroz o cebada o avena o maíz o pasta)		4 g	4 g		
Papa ó plátano		12 - 20 g	10 g		
Seco					
Carne					
Carne roja	Todos los días	35 g	25 g	22 g	1 porción muy pequeña
Pollo (pechuga)		47 g	35 g	28 g	
Huevo (YEMA)		15 g	15 g	15 g	
Cereal					
Arroz o pasta	Todos los días	8 g	8 g	18 gs	1/8 taza medidora
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal					
Papa o plátano o ñame, etc. o	Todos los días	18 - 25 g	15 g	14 g	1/2 unidad pequeña
Arepá de maíz		15 g	15 g	15 g	1 unidad pequeña, bianda
Gresa					
Acete	Todos los días	4 cc	4 cc	4 cc	1 cucharadito
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	50 - 120 g	55 g	55 g	3 cucharas soperas
Lácteos					
Leche de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de leche reconstituida

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	289	11,4	11,3	35,7	143,8	3,3	0,9
ADECUACIÓN	31%	34,6%	31,0%	29,8%	35,9%	47,8%	30,0%

APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL MINUTA PATRÓN

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHD g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRÓN	656	23,3	26,1	87,9	427,9	7,3	2,7
RECOMENDACIONES DIARIAS (9-11 MESES)	840	32,9	36,5	119,8	400,0	7,0	3,0
% ADECUACIÓN	71%	70,9%	71,6%	73,4%	107,0%	104,0%	88,9%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
 grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO			Cantidad	Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido		
Lácteos						
Leche en polvo ó	Todos los días	9,7 g	9,7 g	75 cc	2 1/2 onzas de leche	
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc			
Mezcla Vegetal						
Bienestarina	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche) o para adición a las preparaciones	
Carnes- huevos / quesos						
Huevo ó	Todos los días	55 g	50 g	50 g	1 unidad	
Queso campesino		30 g	30 g	30 g	1 porción pequeña	
Acompañante**						
Pan o arepa o envuelto, etc	Todos los días	20 g	20 gs	20 gs	1 unidad pequeña	
Cereales para colada (Trigo o Maíz o Avena o Cebada)	3 veces/semana	7,5 g	7,5 g	7,5 g	para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche)	
Azúcares						
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cuchara raza	5 onzas de bebida caliente ó 150 cc (1/2 agua - 1/2 leche)
Panela ó		11 g	11 g	11 g	1 cuchara raza	
Chocolato		9 g	9 g	9 g	1/3 pastilla	
Grasa						
Acote	Todos los días	2 cc	2 cc	2 cc	1/2 cucharadita	

** El acompañante se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, así se puede incluir arroz, papa, plátano, yuca, etc)
 El uso de cereales para colada, permite la variar la colada de Bienestarina; durante estos tres días a la semana, se deberá incluir la Bienestarina en
 diferentes preparaciones. El uso de cereales para colada NO elimina la oferta de Bienestarina.

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE DESAYUNO	242	12,5	11,4	32,4	258,7	3,1	1,1
ADECUACION	20%	29,0%	27,7%	18,8%	51,7%	34,5%	25,5%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

REFRIGERIO DE LA MAÑANA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Cereal / Acompañante					
Pan ó torta ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 rebanada pequeña
Galletas de dulce ó sal ó waifer		7 g	7 g	7 g	1 unidad (de 7 g)
Fruta					
Fruta entera	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña

REFRIGERIO DE LA TARDE

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Yogurt ó Kumis ó	Todos los días	100 cc	100 cc	100 cc	3 1/2 onzas
Queso campesino		30 g	30 g	30 g	1 porción pequeña
Cereal					
Hojaldré ó	3 veces/semana	10 g	10 g	10 g	1/2 unidad pequeña
Galletas de dulce ó sal ó waifer		7 g	7 g	7 g	1 unidad (de 7 g)
Azúcares					
Bocadillo ó panetita ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 porción muy pequeña
Geatina para preparar		9 g	9 g	50 g	1 porción mediana
Fruta					
Fruta entera	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS	197	5,9	5,9	45,8	166,7	1,3	0,5
ADECUACIÓN	16%	13,8%	14,3%	25,6%	33,3%	13,9%	10,4%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad/Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Mezcla Vegetal					
Bienestarina	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche) o para adición a las preparaciones
Sopa***					
Verduras	Todos los días	9 - 15 g	8 g	100 cc	3 onzas
Cereal		6 g	6 g		
Raíces/Tubérculos/Plátanos		12 - 17 g	10 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	2 veces/semana (Visceras una vez cada 15 días)	40 g	40 g	26 g	1 porción pequeña
Carne blanca	2 veces/semana	Pechuga: 54 g Pierna: 57 g Pernil: 60 g Atún lomo: 50 g	40 g	32 g (sin hueso) Atún: 40 g	1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Leguminosa	1 vez / semana	5 g	5 g	16 g	1 cuchara sopera
Cereal					
Arroz ó	4 veces/semana	12 g	12 g	27 g	2 cucharas soperas
Pasta	1 vez/semana	15 g	15 g	34 g	2 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal****					
Papa, plátano, ñame, etc ó	4 veces/semana	24 - 32 g	19 g	18 g	1/2 unidad pequeña
Arepa o envueto	1 vez/semana	20 g	20 g	20 g	1 unidad pequeña
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	31 - 46 g	27 g	30 g	3 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña
en jugo		29 - 62 g	28 g	150 cc	5 onzas
Azúcares					
Azúcar o	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cuchara raza
Panela		11 g	11 g	11 g	1 cuchara raza
Grasa					
Aceite	Todos los días	8 cc	8 cc	8 cc	1/4 cucharada
Condimentos*****					

*** Sopa: Su inclusión se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región; en caso de no ser costumbre su consumo, los alimentos destinados a la sopa, se deben distribuir por grupo, en la preparación del seco, para aumentar la cantidad. Para la preparación de sopa-crema se deben utilizar 15 gramos de verdura adicionales, los cuales se descontarán del gramaje del seco.

**** Raíz / Tubérculo / Plátano / Derivados de cereal: cuando se ofrezca pan o preparaciones tipo chips, la cantidad a entregar no debe superar los 25 gramos.

***** Condimentos: La cantidad de condimentos no se estandarizan en minuta patrón. Los condimentos deben adicionarse permitiendo mejorar la calidad organoléptica de la preparación evitando saturación. Se deben preferir los condimentos de origen natural.

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE ALMUERZO	355	13,2	12,1	46,5	100,7	4,1	1,1
ADECUACION	29%	30,7%	29,5%	27,0%	20,1%	45,1%	25,6%



República de Colombia
 Departamento Administrativo para la Prosperidad Social
 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
 Cecilia de la Fuente de Lleras

Prosperidad
 para todos

MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
 grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

CONSUMO AL INTERIOR DEL HOGAR

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Mezcla Vegetal Bienestanna	Todos los días	10 g	10 g	10 g	Para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche)

APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL MINUTA PATRON

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRON	926	33,8	29,5	131,2	696,7	10,2	3,6
RECOMENDACIONES DIARIAS (1-3 AÑOS 11 MESES)	1230	43,1	41,0	172,2	500,0	9,0	4,3
% ADECUACION	75%	78,4%	72,0%	76,2%	119,3%	113,5%	80,7%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche en polvo ó	Todos los días	97 g	9,7 g	75 cc	2 1/2 onzas de leche
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc		
Mezcla Vegetal					
Bienestanna	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche) o para adición a las preparaciones
Carnes- Huevos / quesos					
Huevo ó	Todos los días	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Queso campesino		30 g	30 g	30 g	1 porción pequeña
Acompañante**					
Pan o arepa o envuelto, etc	Todos los días	35 g	35 g	35 g	2 unidades pequeñas ó 1 tajada
Cereales para colada (Trigo ó Maíz ó Avena ó Cobada)	3 veces/semana	17 g	17 g	17 g	2 cucharas soperas
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	5 onzas de bebida caliente ó 150 cc (1/2 agua - 1/2 leche)
Panela ó		11 g	11 g	11 g	
Chocolate		9 g	9 g	9 g	
Grasa					
Aceite	Todos los días	4 cc	4 cc	4 cc	1 cucharadita

** El acompañante se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, así se puede incluir arroz, papa, plátano, yuca, etc).
El uso de cereales para colada, permite la variedad de colada de Bienestanna; durante estos tres días a la semana se debe incluir la Bienestanna en
otras preparaciones. El uso de cereales para colada No elimina la oferta de Bienestanna.

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE DESAYUNO	355	14,8	13,9	52,7	278,9	3,8	1,1
ADECUACION	22%	26,5%	26,3%	23,7%	46,5%	42,5%	20,6%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
 grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses

REFRIGERIO DE LA MAÑANA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Cereal / Acompañante	Todos los días	20 g	20 g	20 g	2 rebanadas pequeñas
Pan ó tortita ó Galletas de dulce o sal ó waffer		14 g	14 g	14 g	2 unidades (de 7 g)
Fruta Entera	Todos los días	80 - 169 g	76 g	76 g	1 porción pequeña

REFRIGERIO DE LA TARDE

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos	Todos los días	150 cc	150 cc	150 cc	5 onzas
Yogurt ó Kumis		50 g	50 g	50 g	1 porción mediana
Queso campesino					
Cereal	3 veces/semana	20 g	20 g	20 g	1 unidad pequeña
Hojaldré ó Galletas de dulce ó sal ó waffer		14 g	14 g	14 g	2 unidades (de 7 g)
Azúcares	Todos los días	20 g	20 g	20 g	1 porción pequeña
Bocadillo ó panelita ó Gelatina para preparar		9 g	9 g	50 g	1 porción mediana
Fruta	Todos los días	80 - 169 g	76 g	76 g	1 porción pequeña

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS	329	9,8	10,1	58,3	241,6	2,4	0,7
ADECUACIÓN	21%	17,6%	19,0%	26,2%	40,3%	26,8%	12,7%

MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses
ALMUERZO

Grupo Ailmento	Frecuencia	P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido	Unidad Casera de Servido
Mezcla Vegetal					
Bienestarina	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche) o para adición a las preparaciones
Sopa ***					
Verduras	Todos los días	9 - 15 g	8 g	100 cc	3 onzas
Cereal		6 g	6 g		
Raíces/Tubérculos/Plátanos		12 - 17 g	10 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	2 veces/semana (Visceras una vez cada 15 días)	50 g	50 g	32 g	1 porción mediana
Pollo (pechuga)	2 veces/semana	Pechuga: 67 g Pierna: 71 g Pernil: 75 g Atún lomo: 50 g	50 g	40 g (sin hueso) Atún: 50 g	1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Leguminosa	1 vez / semana	10 g	10 g	33 g	2 cucharas soperas
Cereal					
Arroz ó	4 veces/semana	14 g	14 g	31 g	2 1/2 cucharas soperas
Pasta	1 vez/semana	20 g	20 g	46 g	2 1/2 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal****					
Papa, plátano, ñame, etc ó	4 veces/semana	37 - 50 g	30 g	29 g	1 unidad pequeña
Arepa ó envuelto	1 vez/semana	20 g	20 g	20 g	1 unidad pequeña
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	36 - 54 g	32 g	35 g	3 1/2 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña
en jugo		29 - 62 g	28 g	150 cc	5 onzas
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cuchara raza
Panela		11 g	11 g	11 g	1 cuchara raza
Grasa					
Aceite	Todos los días	11 cc	11 cc	11 cc	1 cucharada

Condimentos*****

*** Sopa: Su inclusión se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, en caso de no ser costumbre su consumo, los alimentos destinados a la sopa, se deben distribuir por grupo en la preparación del seco, para aumentar la cantidad. Para la preparación de sopa-crema se deben utilizar 15 gramos de verdura adicionales, los cuales se descontarán del gramaje del seco

**** Raíz / Tubérculo / Plátano / Derivados de cereal: cuando se ofrezca pan o preparaciones tipo chips, la cantidad a entregar no debe superar los 25 gramos

***** Condimentos: La cantidad de condimentos no se estandarizan en minuta patrón. Los condimentos deben adicionarse permitiendo mejorar la calidad organoléptica de la preparación, evitando saturación. Se deben preferir los condimentos de origen natural

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	431	15,8	15,7	54,8	106,6	4,5	1,2
ADECUACION	27%	28,4%	29,6%	24,6%	17,8%	49,7%	22,4%



República de Colombia
 Departamento Administrativo para la Prosperidad Social
 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
 Cecilia de la Fuente de Lleras

Prosperidad
 para todos

MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL Modalidad Institucional
 grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses

CONSUMO AL INTERIOR DEL HOGAR

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Mezcla Vegetal					
Bienestanna	Todos los días	10 g	10 g	10 g	Para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche)

APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL MINUTA PATRON

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRON	1150	42,6	39,9	172,3	697,8	12,5	3,9
RECOMENDACIONES DIARIAS (4-5 AÑOS 11 MESES)	1590	56,7	53,0	222,6	600,0	9,0	5,5
% ADECUACION	72%	76,3%	75,3%	77,4%	116,3%	139,1%	70,3%



República de Colombia
 Departamento Administrativo para la Prosperidad Social
 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
 Cecilia de la Fuente de Lleras



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : JARDINES SOCIALES - HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR (Familiar, Múltiple, Agrupado, Empresarial)
 Grupo de Edad : 6 - 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO O PRIMER TIEMPO DE COMIDA			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido	
Lácteos Fórmula de Continuación fortificada con hierro*	Todos los días	20 g	20 g	3 onzas	5 onzas de leche reconstituida
Mezcla Vegetal Bienesterna	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche) o para adición a las preparaciones
Acompañante** Galletas de dulce o leche	Todos los días	7 g	7 g	7 g	1 unidad
Fruta Fruta en papita o compota	Todos los días	59 - 120 g	56 g	55 g	3 cucharas soperas
Grasa Aceite	Todos los días	2 cc	2 cc	2 cc	1/2 cucharadita

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

* No se debe utilizar leche en polvo fortificada para bebés. Se debe utilizar fórmula de continuación y leche reconstituida para bebés. La leche materna es el alimento más adecuado para los bebés hasta los 6 meses de edad. Después de los 6 meses se debe complementar con alimentos sólidos y líquidos. La leche materna puede seguir consumiendo hasta los 2 años de edad.
 ** El acompañante debe ser un alimento que sea saludable y de fácil digestión y que aporte nutrientes. Se debe utilizar el acompañante de acuerdo a las características de la población.
 *** El acompañante se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, así se puede incluir arroz, papa, plátano, yuca, ahuyama, etc)

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE DESAYUNO	190	5,3	7,3	28,1	180,0	2,9	1,4
ADECUACION	22%	20,6%	22,1%	25,0%	45,0%	48,7%	47,3%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : JARDINES SOCIALES - HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR (Familiar, Múltiple, Agrupado, Empresarial)
 Grupo de Edad : 8 - 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	ALMUERZO O SEGUNDO TIEMPO DE COMIDA			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido	
Mezcla Vegetal					
Bienestarina	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para adición a las preparaciones
Sopa crema					
Verduras	Todos los días	45 - 70 g	40 g	120 cc	1/2 taza
Cereal (arroz o cebada o avena o maíz)		6 g	6 g		
Papa ó plátano		19 - 25 g	16 g		
Seco					
Carnes					
Carne roja	Todos los días	20 g	20 g	12 g	1 porción muy pequeña
Pollo (pechuga)		28 g	26 g	20 g	
Cereal					
Arroz	Todos los días	10 g	10 g	22 g	1 1/2 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal					
Papa plátano, ñame etc	4 veces/semana	16 - 25 g	15 g	14 g	1/2 unidad pequeña
Arepa	1 vez/semana	15 g	15 g	15 g	1 unidad pequeña blanda
Grasa					
Acete	Todos los días	7 cc	7 cc	7 cc	1 1/2 cucharadita

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	223	8,4	9,5	27,0	87,0	2,8	0,8
ADECUACIÓN	26%	33,0%	28,7%	24,0%	21,7%	45,9%	25,6%



República de Colombia
 Departamento Administrativo para la Prosperidad Social
 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
 Cecilia de la Fuente de Lleras



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : JARDINES SOCIALES - HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR (Familiar, Múltiple, Agrupado, Empresarial)
 Grupo de Edad : 6 - 11 meses

Grupo Alimentario	Frecuencia	REFRIGERIO O TERCER TIEMPO DE COMIDA			Unidad Casera de Servicio			
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido				
Lácteos								
Fórmula de Continuación fortificada con hierro*	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de leche reconstituida			
Cereal								
Galletas de dulce o leche	3 veces/semana	7 g	7 g	7 g	1 unidad			
Cereales para colada (Trigo o Maíz o Avena o Cebada)	4 veces/semana	7 g	7 g	7 g	1 cuchara sopera rasa			
Fruta								
Fruta en papilla o compota	Todos los días	59 - 120 g	58 g	55 g	3 cucharas soperas			
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIO		125	3,7	3,8	21,2	110,4	1,3	0,7
ADECUACION		15%	14,4%	11,6%	18,9%	27,6%	22,3%	24,4%

APORTE NUTRICIONAL MINUTA PATRÓN PROMEDIO DIA COMPLETO

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA	538	17,3	20,6	76,4	377,3	7,0	2,9
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-11 MESES)	860	25,5	33,0	112,6	400,0	6,0	3,0
% ADECUACION	63%	68,0%	62,4%	67,8%	94,3%	116,9%	97,4%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : JARDINES SOCIALES - HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR (Familiar, Múltiple, Agrupado, Empresarial)
 Grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO O PRIMER TIEMPO DE COMIDA			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche en polvo ó	Todos los días	97 g	97 g	75 cc	2 onzas de leche
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc		
Mezcla Vegetal					
Bienestarina	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para elaboración de coleda (¼ agua - ½ leche) o para adición a las preparaciones
Carnes- huevos-quesos					
Huevo	3 veces / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Queso campesino		33 g	30 g	30 g	1 porción pequeña
Acompañante*					
Pan ó arepa	Todos los días	20 g	20 g	20 g	1 unidad pequeña
Fruta					
Fruta entera	Todos los días	80 - 169 g	76 g	76 g	1 porción pequeña
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cucharada rasa
Panela ó		11 g	11 g	11 g	1 cucharada rasa
Chocolate		9 g	9 g	9 g	1/3 pastilla
Grasa**					
Aceite ó margarina	Todos los días	5 cc	5 cc	5 cc	1 cucharadita ó 1 untadura

* El acompañante se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región así se puede incluir arroz, papa, plátano, yuca, etc)

** El uso de margarina se contempla para los días en que se oferte queso

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE DESAYUNO	268	10,2	10,4	37,0	230,1	3,0	1,1
ADECUACION	22%	23,6%	25,4%	21,5%	46,0%	33,7%	25,5%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : JARDINES SOCIALES - HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR (Familiar, Múltiple, Agrupado, Empresarial)
Grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Mezcla Vegetal					
Bienestanna	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para adición a las preparaciones
Sopa crema***					
Verduras	Todos los días	9 - 15 g	8 g	100 cc	3 onzas
Cereal		6 g	6 g		
Raíces/Tubérculos/Plátanos		12 - 17 g	10 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	2 veces/semana (Visceras una vez cada 15 días)	40 g	40 g	26 g	1 porción pequeña
Carne blanca	2 veces/semana	Pechuga: 68 g Pierna: 71 g Pernil: 75 g Atún: 50 g	50 g	49 g (sin hueso); Atún: 50 g	1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Leguminosa	1 vez / semana	5 g	5 g	16 g	1 cuchará sopera
Cereal					
Arroz ó	4 veces/semana	20 g	20 g	46 g	3 cucharas sopera
Pasta	1 vez/semana	17 g	17 g	51 g	1 porción pequeña
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal					
Papa, plátano ñame, etc ó	4 veces/semana	37 - 50 g	30 g	34 g	1 unidad mediana ó dos tajadas
Arepa	1 vez/semana	17 g	17 g	17 g	1 unidad pequeña
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	40 - 60 g	35 g	40 g	3 cucharas sopera
Frutas					
Entera ó	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña
en jugo		29 - 62 g	28 g	150 cc	5 onzas
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cuchará rasa
Panela		11 g	11 g	11 g	1 cuchará rasa
Grasa					
Aceite	Todos los días	9 cc	9 cc	9 cc	1 cucharada
Condimentos					

*** La inclusión de sopa se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región; en caso de no ser costumbre su inclusión, se distribuirán los alimentos por grupo, aumentando la porción en el seco.

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	420	16,3	12,6	58,7	115,5	4,7	1,3
ADECUACIÓN	34%	37,8%	30,8%	34,1%	23,1%	51,7%	28,9%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : JARDINES SOCIALES - HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR (Familiar, Múltiple, Agrupado, Empresarial)
 Grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	REFRIGERIO O TERCER TIEMPO DE COMIDA			Unidad Casera de Servicio			
		Cantidad		P. Servido				
		P. Bruto	P. Neto					
Lácteos								
Leche en polvo 0	Todos los días	97 g	97 g	75 cc	2 ¼ onzas de leche			
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc					
Cereal								
Galletas de dulce o leche	3 veces/semana	14 g	14 g	14 g	2 unidades			
Cereales para colado (Tigo o Malz o Ayana o Cebada)	4 veces/semana	10 g	10 g	10 g	1 cuchara sopera			
Fruta								
Fruta entera	2 veces/semana	80 - 169 g	76 g	76 g	1 porción pequeña			
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIO		119	4,3	4,0	19,1	102,9	0,8	0,0
ADECUACION		10%	10,0%	9,9%	11,1%	20,6%	9,2%	1,1%

APORTE NUTRICIONAL MINUTA PATRÓN PROMEDIO DÍA COMPLETO

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRÓN	807	30,7	27,1	114,8	448,4	8,5	2,4
RECOMENDACIONES DIARIAS (1-3 AÑOS 11 MESES)	1230	43,1	41,0	172,2	500,0	9,0	4,3
% ADECUACION	66%	71,4%	66,0%	66,7%	89,7%	94,5%	55,4%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : JARDINES SOCIALES - HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR (Familiar, Múltiple, Agrupado, Empresarial)
 Grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO O PRIMER TIEMPO DE COMIDA			Cantidad	Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido		
Lácteos						
Leche en polvo ó	Todos los días	9,7 g	9,7 g	75 cc	2 ½ onzas de leche	
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc			
Mezcla Vegetal						
Bienestanna	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para elaboración de colada (½ agua - ½ leche) o para adición a las preparaciones	
Carnes- huevos-quesos						
Huevo	3 veces / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad	
Queso campesino		30 g	30 g	30 g	1 porción pequeña	
Acompañante*						
Pan o arepa	Todos los días	40 g	40 g	40 g	1 unidad mediana	
Fruta						
Fruta entera	Todos los días	80 - 169 g	75 g	76 g	1 porción pequeña	
Azúcares						
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cucharada rasa	5 onzas de bebida caliente ó 150 cc (½ agua - ½ leche)
Panela ó		11 g	11 g	11 g	1 cucharada rasa	
Chocolate		9 g	9 g	9 g	1/3 pastilla	
Grasa**						
Aceite ó margarina	Todos los días	5 cc	5 cc	5 cc	1 cucharadita ó 1 untadura	

Condimentos

* El acompañante se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, así se puede incluir arroz, papa, plátano, yuca, etc)

** El uso de margarina se contempla para los días en que se oferte queso

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE DESAYUNO	318	12,0	10,7	47,1	236,3	3,6	1,1
ADECUACION	20%	21,5%	20,3%	21,2%	39,4%	40,1%	20,1%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : JARDINES SOCIALES - HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR (Familiar, Múltiple, Agrupado, Empresarial)
Grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	ALMUERZO O SEGUNDO TIEMPO DE COMIDA			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	Cantidad P. Neto	P. Servido	
Mezcla Vegetal					
Benestarina	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	Para adición a las preparaciones
Sopa crema***					
Verduras	Todos los días	9 - 15 g	8 g	100 cc	3 onzas
Cereales		6 g	6 g		
Raíces/Tubérculos/Plátanos		12 - 17 g	10 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	2 veces/semana (V veces una vez cada 15 días)	50 g	50 g	32 g	1 porción pequeña
Carne blanca	2 veces/semana	Pechuga: 82 g Pierna: 86 g Parró: 90 g Atún: 80 g	60 g	48 g (sin hueso) Atún: 60 g	1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Leguminosa	1 vez / semana	15 g	15 g	49 g	3 cucharas soperas
Cereales					
Arroz	4 veces/semana	25 g	25 g	58 g	4 cucharas soperas
Pasta ó	1 vez/semana	20 g	20 g	60 g	1 porción pequeña
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal					
Papa, plátano, ñame, etc ó	4 veces/semana	62 - 83 g	50 g	50 g	1 unidad mediana o tres tajadas
Arepa	1 vez/semana	40 g	40 g	40 g	1 unidad mediana
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	45 - 70 g	40 g	45 g	3 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña
en jugo		29 - 62 g	28 g	150 cc	5 onzas
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cuchara rasa
Panela		11 g	11 g	11 g	1 cuchara rasa
Grasa					
Aceite	Todos los días	12 cc	12 cc	12 cc	1 ¼ cucharada
Condimentos					

*** La inclusión de sopa se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región. En caso de no ser costumbre su inclusión, se distribuirán los alimentos por grupo, aumentando la porción en el seco

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	524	19,0	17,3	71,3	127,8	5,2	1,4
ADECUACION	33%	34,1%	32,7%	32,0%	21,3%	57,9%	24,9%



República de Colombia
 Departamento Administrativo para la Prosperidad Social
 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
 Cecilia de la Fuente de Lleras



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : JARDINES SOCIALES - HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR (Familiar, Múltiple, Agrupado, Empresarial)
 Grupo de Edad : 4 - 5 años 11 meses

REFRIGERIO O TERCER TIEMPO DE COMIDA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio			
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido				
Lácteos								
Leche en polvo 0	Tcdos los días	97 g	97 g	76 cc	2 ½ onzas de leche			
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc					
Cereal								
Galletas de dulce o leche	3 veces/semana	21 g	21 g	21 g	3 unidades			
Cereales para colada (Tigo o Maíz o Avena o Cebada)	4 veces/semana	17 g	17 g	17 g	1 3/4 cucharas soperas			
Fruta								
Fruta entera	2 veces/semana	80 - 189 g	76 g	76 g	1 porción pequeña			
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio g	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE REFRIGERIO		209	5,9	6,0	35,5	110,1	1,5	0,1
ADECUACION		13%	10,7%	11,4%	16,0%	18,3%	16,4%	1,8%

APORTE NUTRICIONAL MINUTA PATRÓN PROMEDIO DIA COMPLETO

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRÓN	1052	38,9	34,1	153,9	474,2	10,3	2,6
RECOMENDACIONES DIARIAS (4-5 AÑOS 11 MESES)	1590	55,7	53,0	222,6	600,0	9,0	5,5
% ADECUACION	66%	66,3%	64,4%	69,1%	79,0%	114,4%	46,8%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCIÓN A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSIÓN DE MUJERES
grupo de Edad : 6 - 8 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO Cantidad			Unidad Casera de Servido			
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido				
Lácteos* Fórmula Infantil de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de Fórmula Infantil reconstituida			
Fruta Fruta en papaja o compota	Todos los días	59 - 120 g	56 g	55 g	3 cucharas soperas			
Grasa Aceite	Todos los días	2 cc	2 cc	2 cc	1/2 cucharadita			
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE DESAYUNO		127	2,9	5,7	16,1	108,8	1,6	1,0
ADECUACIÓN		17%	11,0%	19,1%	16,6%	27,2%	31,7%	33,3%

* La Leche Materna es el alimento óptimo para los niños y niñas en la primera etapa de su vida y la mayoría de las madres pueden amamantar; se recomienda lactar de forma exclusiva durante los primeros 6 meses de vida del niño o niña y prolongar la lactancia con alimentación complementaria adecuada hasta los 2 años de edad o más.
No obstante, en casos muy particulares de condiciones de salud del recién nacido y de la madre, se podría evaluar y justificar el suministro de fórmula infantil de continuación o sucedáneo de la Leche Materna.
La fórmula infantil de continuación se considera una opción comercial para los niños que no tienen acceso a la Leche Materna.
Cuando el niño menor de un año, pueda disponer de Leche Materna al interior del Programa se eliminará la oferta de fórmula infantil de continuación.

Grupo Alimento	Frecuencia	REFRIGERIO DE LA MAÑANA Cantidad			Unidad Casera de Servido			
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido				
Lácteos* Fórmula Infantil de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	13 g	13 g	3 onzas	3 onzas de Fórmula Infantil reconstituida			
Acompañante Cereales para papaja (Aroz, Avena o Cebada)	Todos los días	5 g	5 g	5 g	1 cucharadita			
Fruta Fruta en papaja o compota	Todos los días	42 - 89 g	40 g	39 g	2 cucharas soperas			
Grupo Alimento	Frecuencia	REFRIGERIO DE LA TARDE Cantidad			Unidad Casera de Servido			
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido				
Lácteos* Fórmula Infantil de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	13 g	13 g	3 onzas	3 onzas de Fórmula Infantil reconstituida			
Fruta Fruta en papaja o compota	Todos los días	42 - 89 g	40 g	39 g	2 cucharas soperas			
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE REFRIGERIOS		182	4,9	5,7	27,7	167,8	2,6	1,6
ADECUACIÓN		24%	18,4%	19,3%	28,6%	41,9%	51,3%	54,4%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCION A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSIÓN DE MUJERES
grupo de Edad : 6 - 8 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	ALMUERZO Cantidad		P. Servido	Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto		
Sopa crema					
Verduras	Todos los días	45 - 70 g	40 g	120 cc	1/2 taza
Cereal (arroz o cebada o avena o maíz)		6 g	6 g		
Papa ó plátano		19 - 25 g	15 g		
Carnes					
Carne roja magra	Todos los días	30 g	30 g	19 g	1 porción muy pequeña
Pollo (pechuga)		49 g	30 g	24 g	
Grasa					
Aceite	Todos los días	4 cc	4 cc	4 cc	1 cucharadita
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	59 - 120 g	56 g	55 g	3 cucharas soperas
Lácteos*					
Fórmula infantil de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de Fórmula infantil reconstituida

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	247	11,1	10,2	28,1	134,9	2,8	0,9
ADECUACION	32%	41,8%	34,4%	29,0%	33,7%	56,1%	29,3%

Grupo Alimento	Frecuencia	COMIDA / CENA Cantidad		P. Servido	Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto		
Sopa crema					
Verduras	Todos los días	45 - 70 g	40 g	120 cc	1/2 taza
Cereal (arroz o cebada o avena o maíz)		6 g	6 g		
Papa o plátano		19 - 25 g	15 g		
Carnes					
Carne roja magra	Todos los días	25 g	25 g	16 g	1 porción muy pequeña
Pollo (pechuga)		34 g	25 g	20 g	
Grasa					
Aceite	Todos los días	4 cc	4 cc	4 cc	1 cucharadita
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	59 - 120 g	59 g	55 g	3 cucharas soperas
Lácteos*					
Fórmula infantil de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	13 g	13 g	3 onzas	3 onzas de Fórmula infantil reconstituida

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE COMIDA	216	8,8	8,8	25,8	111,5	2,4	0,7
ADECUACION	29%	33,1%	29,6%	26,6%	27,9%	48,5%	22,7%

APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL MINUTA PATRON

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRON	761	27,8	30,4	97,7	518,7	8,1	3,3
RECOMENDACIONES DIARIAS (6-8 MESES)	760	26,6	29,6	96,9	400,0	5,0	3,0
% ADECUACION	100%	104,7%	102,7%	100,9%	129,7%	162,9%	109,8%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCION A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSIÓN DE MUJERES
grupo de Edad : 9 - 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos*					
Fórmula Infantil de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de Fórmula Infantil reconstituida
Carnes - Huevos					
Carnes rojas	Todos los días	15 g	15 g	10 g	1 porción pequeña
Pollo (pechuga)		17 g	15 g	12 g	1 porción pequeña
Huevo (YEMA)		15 g	15 g	15 g	1 yema
Cereal o Acompañante					
Avena de maíz	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 unidad muy pequeña blanda
Galletas de dulce o Fórmula Infantil		14 g	14 g	14 g	2 unidades (de 7 g cada una)
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	59 - 120 g	58 g	55 g	3 cucharas soperas
Grasa					
Acete	Todos los días	2 cc	2 cc	2 cc	1/2 cucharadita

* La Leche Materna es el alimento óptimo para los niños y niñas en la primera etapa de su vida y la mayoría de las madres pueden amamantar; se recomienda lactar de forma exclusiva durante los primeros 6 meses de vida del niño o niña y prolongar la lactancia con alimentación complementaria adecuada hasta los 2 años de edad o más.
No obstante, en casos muy particulares de condiciones de salud del recién nacido y de la madre, se podría evaluar y justificar el suministro de fórmula infantil de continuación o sucedáneo de la Leche Materna.
La fórmula infantil de continuación se considera una opción comercial para los niños que no tienen acceso a la Leche Materna.
Cuando el niño menor de un año, pueda disponer de Leche Materna al interior del Programa se eliminará la oferta de fórmula infantil de continuación.

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE DESAYUNO	191	6,7	9,0	23,0	118,1	2,0	0,7
ADECUACIÓN	20%	20,4%	24,6%	19,2%	29,5%	28,8%	24,4%

Grupo Alimento	Frecuencia	REFRIGERIO DE LA MAÑANA Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos*					
Fórmula Infantil de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	13 g	13 g	3 onzas	3 onzas de Fórmula Infantil reconstituida
Acompañante					
Cereales para papilla (Arroz, Avena o Cebada)	Todos los días	7 g	7 g	7 g	1 cucharadita llena - rebosada
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	42 - 89 g	40 g	39 g	2 cucharas soperas

Grupo Alimento	Frecuencia	REFRIGERIO DE LA TARDE Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos*					
Fórmula infantil de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	13 g	13 g	3 onzas	3 onzas de Fórmula infantil reconstituida
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	42 - 89 g	40 g	39 g	2 cucharas soperas

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS	185	5,2	5,8	29,2	166,1	1,9	1,0
ADECUACIÓN	24%	15,8%	16,0%	24,3%	41,5%	38,3%	34,4%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCION A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSION DE MUJERES
grupo de Edad : 9 - 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	ALMUERZO		P. Servido	Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	Cantidad P. Neto		
Sopa cremosa					
Verduras	Todos los días	45 - 79 g	40 g	120 cc	1/2 taza
Cereales: arroz o cebada o avena o maíz o pasta)		4 g	4 g		
Papa o plátano		12 - 23 g	10 g		
Seco					
Carnes					
Carne roja	Todos los días	35 g	35 g	22 g	1 porción muy pequeña
Pollo (pechuga)		47 g	35 g	28 g	
Huevo (YEMA)		15 g	15 g	15 g	1 yema
Cereales					
Arroz o pasta	Todos los días	8 g	8 g	18 gs	1/8 taza medidora
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal					
Papa o plátano o ñame, etc. o	Todos los días	18 - 25 g	15 g	14 g	1/2 unidad pequeña
Arepa de maíz		15 g	15 g	15 g	1 unidad pequeña blanda
Grasa					
Aceite	Todos los días	4 cc	4 cc	4 cc	1 cucharadita
Fruta					
Fruta en papilla o compota	Todos los días	59 - 120 g	56 g	55 g	3 cucharas soperas
Lácteos					
Fórmula Infantil: de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de Formula Infantil: reconstituida

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	289	11,4	11,3	35,7	143,8	3,3	0,9
ADECUACIÓN	31%	34,6%	31,0%	29,8%	35,9%	47,8%	30,0%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCION A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSIÓN DE MUJERES
Grupo de Edad : 9 - 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	COMIDA / CENA Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Sopa crema					
Verduras	Todos los días	45 - 70 g	40 g	120 cc	1/2 taza
Cereal (arroz o cebada o avena o maíz o pasta)		4 g	4 g		
Papa o plátano		12 - 20 g	10 g		
Seco					
Carnes					
Carne roja	Todos los días	30 g	30 g	19 g	1 porción muy pequeña
Pollo (pechuga)		40 g	30 g	24 g	
Cereal					
Arroz o pasta	Todos los días	8 g	8 g	18 g	1/8 taza medidora
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal					
Papa o plátano o ñame etc o	Todos los días	18 - 25 g	15 g	14 g	1/2 unidad pequeña
Avena de maíz		15 g	15 g	15 g	1 unidad pequeña, blanda
Grasa					
Aceite	Todos los días	4 cc	4 cc	4 cc	1 cucharadita
Fruta					
Fruta en papaya o compota	Todos los días	59 - 120 g	56 g	65 g	3 cucharas soperas
Lácteos					
Fórmula infantil de Continuación fortificada con hierro	Todos los días	17 g	17 g	4 onzas	4 onzas de Fórmula Infantil reconstituida

No es necesario adicionar Condimentos o Sal

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE COMIDA	282	12,0	10,3	35,7	137,0	3,1	0,9
ADECUACIÓN	30%	36,5%	28,1%	29,8%	34,2%	44,5%	30,0%

APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL MINUTA PATRON

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRON	947	35,3	36,4	123,6	664,9	10,4	3,6
RECOMENDACIONES DIARIAS (9-11 MESES)	940	32,9	36,5	119,8	400,0	7,0	3,0
% ADECUACION	101%	107,4%	99,8%	103,2%	141,2%	148,5%	118,9%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCION A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSION DE MUJERES
 grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	DESAYUNO Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche en polvo ó	Todos los días	9,7 g	9,7 g	75 cc	2 1/2 onzas de leche
Leche entera pasteurizada		75 cc	75 cc		
Mezcla Vegetal					
Bienestanna Más	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche) o para adición a las preparaciones
Carnes- huevos / quesos					
Huevo ó	Todos los días	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Queso campesino		30 g	30 g	30 g	1 porción pequeña
Acompañante**					
Pan o arepa ó envuelto, etc	Todos los días	20 g	20 gs	20 gs	1 unidad pequeña
Cereales para colada (Tingo o Maíz o Avena o Cebada)	3 veces/semana	7,5 g	7,5 g	7,5 g	para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche)
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	5 onzas de bebida caliente ó 150 cc (1/2 agua - 1/2 leche)
Panela ó		11 g	11 g	11 g	
Chocolate		9 g	9 g	9 g	
Grasa					
Aceite	Todos los días	2 cc	2 cc	2 cc	1/2 cucharadita

** El acompañante se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región, así se puede incluir arroz, papa, plátano, yuca, etc., o panes, cereales para colada, aparte de la colada de Bienestanna durante estos tres días a la semana, se deberá incluir la Bienestanna en otros días para variar. El uso de cereales para colada no elimina la oferta de Bienestanna.

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE DESAYUNO	257	12,5	11,4	32,2	265,6	2,6	1,3
ADECUACION	21%	29,1%	27,9%	18,7%	53,1%	28,4%	30,1%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCION A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSION DE MUJERES
 grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	REFRIGERIO DE LA MAÑANA			Unidad Casera de Servido		
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido			
Cereal / Acompañante							
Pan o torta ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 rebanada pequeña		
Galletas de dulce ó sal ó waffer		7 g	7 g	7 g	1 unidad (de 7 g)		
Fruta							
Fruta entera	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña		
REFRIGERIO DE LA TARDE							
Grupo Alimento	Frecuencia	P. Bruto	P. Neto	P. Servido	Unidad Casera de Servido		
Lácteos							
Yogurt ó Kumis ó	Todos los días	100 cc	100 cc	100 cc	3 1/2 onzas		
Queso campesino		30 g	30 g	30 g	1 porción pequeña		
Cereal							
Hojaldré ó	3 veces/semana	10 g	10 g	10 g	1/2 unidad pequeña		
Galletas de dulce ó sal ó waffer		7 g	7 g	7 g	1 unidad (de 7 g)		
Azúcares							
Bocadillo ó panelita ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 porción muy pequeña		
Gelatina para preparar		9 g	9 g	50 g	1 porción mediana		
Fruta							
Fruta entera	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña		
	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS	197	5,9	5,9	45,8	166,7	1,3	0,5
ADECUACION	16%	13,8%	14,3%	26,6%	33,3%	13,9%	10,4%

MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCION A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSION DE MUJERES
grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio
		P. Bruto	P. Neto	P. Servicio	
Mezcla Vegetal					
Bienestarina Más	Todos los días	7,5 g	7,5 g	7,5 g	para elaboración de colada (1/2 agua - 1/2 leche) o para adición a las preparaciones
Sopa ***					
Verduras	Todos los días	9 - 15 g	8 g	100 cc	3 onzas
Cereal		6 g	6 g		
Raíces/Tubérculos/Plátanos		12 - 17 g	10 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	2 veces/semana (Visceras una vez cada 15 días)	40 g	40 g	26 g	1 porción pequeña
Carne blanca	2 veces/semana	Pechuga: 54 g Pierna: 57 g Pernil: 60 g Atún lomo: 50 g	40 g	32 g (sin hueso) Atún: 40 g	1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Leguminosa	1 vez / semana	5 g	5 g	16 g	1 cucharita sopera
Cereal					
Arroz ó	4 veces/semana	12 g	12 g	27 g	2 cucharas soperas
Pasta	1 vez/semana	15 g	15 g	34 g	2 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal****					
Papa, plátano, ñame, etc ó	4 veces/semana	24 - 32 g	19 g	18 g	1/2 unidad pequeña
Arepa ó envuelto	1 vez/semana	20 g	20 g	20 g	1 unidad pequeña
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	31 - 46 g	27 g	30 g	3 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña
en jugo		29 - 62 g	28 g	150 cc	5 onzas
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cucharita raza
Panela		11 g	11 g	11 g	1 cucharita raza
Grasa					
Aceite	Todos los días	8 cc	8 cc	8 cc	1/4 cucharada

Condimentos*****

*** Sopa: Su inclusión se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región en caso de no ser costumbre su consumo, los alimentos destinados a la sopa, se deben distribuir por grupo en la preparación del seco, para aumentar la cantidad. Para la preparación de sopa-crema se deben utilizar 15 gramos de verdura adicionales los cuales se descontarán del gramo de seco.

**** Raíz / Tubérculo / Plátano / Derivados de cereal: cuando se ofrezca pan o preparaciones tipo chips, la cantidad a entregar no debe superar los 25 gramos.

***** Condimentos: La cantidad de condimentos no se estandarizan en minuta patrón. Los condimentos deben adicionarse permitiendo mejorar la calidad organoléptica de la preparación evitando saturación. Se deben preferir los condimentos de origen natural.

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE ALMUERZO	355	13,3	12,1	46,2	107,7	3,5	1,2
ADECUACION	29%	30,8%	29,6%	26,8%	21,5%	38,7%	27,7%



MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCION A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSION DE MUJERES
grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

Grupo Alimento	Frecuencia	COMIDA / CENA			Unidad Casera de Servido
		Cantidad			
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Sopa ***					
Verduras	Todos los días	9 - 15 g	8 g	100 cc	3 onzas
Cereal		6 g	6 g		
Raíces/Tubérculos/Plátanos		12 - 17 g	10 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	2 veces/semana (Higado una vez cada 15 días)	40 g	40 g	26 g	1 porción pequeña
Carne blanca	2 veces/semana	Pechuga: 54 g Pierna: 57 g Pernil: 60 g Atún lomo: 50 g	40 g	32 g (sin hueso) Atún: 40 g	1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Leguminosa	1 vez / semana	5 g	5 g	16 g	1 cuchara sopera
Cereal					
Arroz ó	4 veces/semana	12 g	12 g	27 g	2 cucharas soperas
Pasta	1 vez/semana	16 g	15 g	34 g	2 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal***					
Papa, plátano, ñame, etc ó	4 veces/semana	36 - 48 g	29 g	28 g	1/2 unidad pequeña
Arepa o envuelto	1 vez/semana	30 g	30 g	30 g	1 unidad pequeña
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	31 - 46 g	27 g	30 g	3 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	Todos los días	73 - 155 g	70 g	70 g	1 porción pequeña
en jugo		29 - 62 g	28 g	150 cc	5 onzas
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los días	10 g	10 g	10 g	1 cuchara raza
Panela		11 g	11 g	11 g	1 cuchara raza
Grasa					
Aceite	Todos los días	8 cc	8 cc	8 cc	1/4 cucharada

Condimentos*****

*** Sopa: Su inclusión se debe adecuar a los hábitos alimentarios de la región; en caso de no ser costumbre su consumo, los alimentos destinados a la sopa, se deben distribuir por grupo en la preparación de seco para aumentar la cantidad. Para la preparación de sopa-crema se deben utilizar 15 gramos de verdura adicionales, los cuales se descontarán del gramaje de seco.

**** Raíz / Tubérculo / Plátano / Derivados de cereal: cuando se ofrezca pan o preparaciones tipo chips la cantidad a entregar no debe superar los 25 gramos.

***** Condimentos: la cantidad de condimentos no se estandarizan en minuta patrón. Los condimentos deben adicionarse permitiendo mejorar la calidad organoléptica de la preparación evitando saturación. Se deben preferir los condimentos de origen natural.

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE COMIDA	340	12,0	12,0	44,5	49,2	2,8	0,4
ADECUACION	28%	27,9%	29,2%	25,9%	9,8%	31,1%	9,5%



República de Colombia
Departamento Administrativo para la Prosperidad Social
Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
Cecilia de la Fuente de Lleras

Prosperidad
para todos

MINUTA PATRÓN POR TIEMPOS DE CONSUMO - SEMANAL

Servicio : ATENCION A NIÑO MENOR DE 3 AÑOS EN CENTROS DE RECLUSION DE MUJERES
grupo de Edad : 1 - 3 años 11 meses

APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL MINUTA PATRON

	Kcal	Proteína g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRON	1147	43,7	41,4	168,7	589,2	10,1	3,4
RECOMENDACIONES DIARIAS (1-3 AÑOS 11 MESES)	1230	43,1	41,0	172,2	500,0	9,0	4,3
% ADECUACION	93%	101,6%	101,0%	98,0%	117,8%	112,0%	77,6%