

# SUMINISTRO DE PRODUCTOS DE ALTOS VALOR NUTRICIONAL

## HOGAR COMUNITARIO TRADICIONAL

UNIDAD DE SERVICIO  
15 GRAMOS/DIA  
(UNA CUCHARADA)



PARA LLEVAR A LA CASA (UNA BOLSA)

FEBRERO ABRIL MAYO

JULIO SEPTIEMBRE

NOVIEMBRE DICIEMBRE

## HOGAR COMUNITARIO-FAMI



NIÑOS Y NIÑAS UNA BOLSA CADA DOS MESES

GESTANTES Y LACTANTE UNA BOLSA MENSUAL



GESTANTES Y LACTANTE UNA BOLSA MENSUAL



*Campeano del mundo de las familias colombianas*

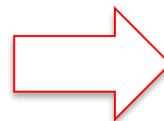
Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF © Todos los derechos reservados.

**PÚBLICA**

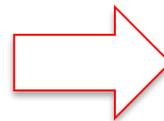
# ATENCIÓN EN SALUD Y NUTRICIÓN



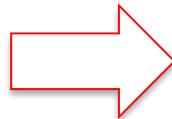
HOGAR  
COMUNITARIO  
TRADICIONAL



SEGUIMIENTO E INTERVENCIÓN  
NUTRICIONAL



COMPLEMENTACIÓN NUTRICIONAL

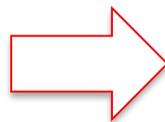


ALIMENTACIÓN  
(RECOMENDACIONES  
NUTRICIONALES 70%)

**DESAYUNO**

**ALMUERZO**

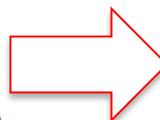
**REFRIGERIO**



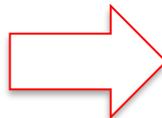
RACION VACACIONAL

# ATENCIÓN EN SALUD Y NUTRICIÓN

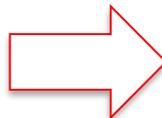
HOGAR  
COMUNITARIO  
FAMI



SEGUIMIENTO E INTERVENCIÓN  
NUTRICIONAL



COMPLEMENTACIÓN NUTRICIONAL



ALIMENTACIÓN (RECOMENDACIONES  
NUTRICIONALES 70%)

PAQUETE  
ALIMENTARIO

REFRIGERIO



*Cambiando el mundo de las familias colombianas*

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF © Todos los derechos reservados.



**BIENESTAR  
FAMILIAR**

#### 4. RACION PARA PREPARAR MENSUAL - NIÑOS Y NIÑAS de 6 a 11 meses

Opción general:

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
Alimento infantil a base de arroz/avena/maíz	800	98	1,6	0,2	22,4	85,3	3,9
Aceite vegetal	500	147	0	16,7	0	0	0
Compota de fruta (48 unidades de 113 gramos)	5424	166	0,4	0,2	42,1	7,2	0,9
Bienestarina Más®*	450	54	3.1	0.3	9.8	106.1	2.7
<b>TOTAL APORTE DIARIO</b>		<b>582</b>	<b>7,3</b>	<b>17,5</b>	<b>101</b>	<b>200,3</b>	<b>7,5</b>
<b>RECOMENDACIONES DIARIAS (6-11 meses)**</b>		<b>856,0</b>	<b>29,9</b>	<b>28,5</b>	<b>119,8</b>	<b>400,0</b>	<b>6,0</b>
<b>% DE CUBRIMIENTO</b>		<b>68,0</b>	<b>24,4</b>	<b>61,4</b>	<b>84,3</b>	<b>50,1</b>	<b>125,0</b>

*Cambiando el mundo de las familias colombianas*

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF © Todos los derechos reservados.



## 5. RACION PARA PREPARAR (PAQUETE ALIMENTARIO) PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 1 A 2 AÑOS 11 MESES

Frecuencia de entrega: Mensual

ALIMENTO	Cantidad	APORTE DIARIO					
		Calorías	Proteína	Grasas	CHO's	Calcio	Hierro
	Gra	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 mas*	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
Atún en agua (3 latas de 175 gr)	525	22	4,9	0,1	0,0	0,0	0,0
<b>TOTAL APORTE DIARIO</b>		<b>863</b>	<b>36,3</b>	<b>32,5</b>	<b>106,4</b>	<b>434,3</b>	<b>12,1</b>

*Cambiando el mundo de las familias colombianas*

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF © Todos los derechos reservados.



## 6. RACION PARA PREPARAR MENSUAL – MUJER GESTANTE Y MADRE EN PERIODO DE LACTANCIA

alimento	cantidad	aporte diario						
		calorías	proteína	grasas	cho's	calcio	hierro	
	g	kcal	g	g	g	mg	mg	
Arroz	1000	117	2,2	0,1	26,7	1,7	0	
Alimento de alto valor nutricional para la mujer gestante y la madre en periodo de lactancia	1800	240	14	7	30,25	900	21,6	
Pastas fortificadas	500	59	2	0,1	12,7	3,4	1	
Harina de maíz amarillo	1000	122	3	1,2	24,6	6	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	16,7	0	0	0	
Panela	500	62	0,1	0	15,3	9,2	1,2	
Leche entera en polvo	1800	283	14,4	14,4	24	564	0,5	
Huevo de gallina (30 unidades)	1500	79	6,4	5,8	0,4	27	1,4	
Atún en aceite (6 latas de 175 gr)	1050	92	8,4	6,5	0	2,8	0,4	
<b>TOTAL APOORTE DIARIO</b>	<b>1408</b>	<b>65,9</b>	<b>52,5</b>		<b>174,35</b>		<b>1595,7</b>	<b>31,8</b>
			<b>LI***</b>	<b>LS***</b>	<b>LI</b>	<b>LS</b>		





---

GOBIERNO DE COLOMBIA

---



*Cambiando el mundo de las familias colombianas*