

	E.S.E. CENTRO DE REHABILITACIÓN INTEGRAL DE BOYACÁ CRIB	Código: A-GIC-F-01
---	--	---------------------------

ANEXO 2 - LISTADO DE MINUTAS

MINUTA PATRON DIETA NORMAL				
KILOCALORIAS 2750kcal PROTEINAS 15-17% GRASAS 30-32% CARBOHIDRATOS 57-60%				
TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	NUMERO DE INTERCAMBIOS	PESO NETO	PORCION SERVIDA
DESAYUNO	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
	LECHE ENTERA FRESCA Y FERMENTADA	0,5	100cc o 13g	250cc
	GRUPO DE SUSTITUTOS	1,5	25-75g	45-70g
	CEREALES ADULTOS	2	40-80g	40-80g
	CALDO O CONSOME	1	300cc	300cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	LECHE ENTERA FRESCA Y FERMENTADA	1	200cc o 26g	200cc
	CEREALES ADULTOS	1	20-40g	20-40g
	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
ALMUERZO	VERDURAS Y HORTALIZAS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	10-30g	300cc
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	20-30g	

El colibrí representa esperanza, resiliencia y capacidad de superar desafíos con determinación, se dice que cuando un colibrí se acerca a una persona, es porque esta persona necesita sanar. Representan alegría, sanación y adaptabilidad.

www.cribsaludmental.gov.co



	E.S.E. CENTRO DE REHABILITACIÓN INTEGRAL DE BOYACÁ CRIB	Código: A-GIC-F-01
---	--	---------------------------

	CEREALES ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	7-30g	
	CARNES MAGRAS CRUDAS Y PROTEINAS TEXTURIZADAS	1,2	100-140g	100-120g
	CEREALES ADULTOS	1,25	60-100g	100-120g
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS	1,3	80-150g	80-150g
	VERDURAS Y HORTALIZAS	1,5	75-160g	75-160g
	FRUTAS	0,5	30-100g	250cc
REFRIGERIO DE LA TARDE	LECHE ENTERA FRESCA Y FERMENTADA	1	200cc o 26g	200cc
	CEREALES ADULTOS	1	20-40g	20-40g
	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
COMIDA	VERDURAS Y HORTALIZAS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	10-30g	300cc
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	20-30g	
	CEREALES ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	7-30g	
	CARNES MAGRAS CRUDAS Y PROTEINAS TEXTURIZADAS	1,2	100-140g	100-120g
	CEREALES ADULTOS	1,25	60-100g	100-120g
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS	1,3	80-150g	80-150g

El colibrí representa esperanza, resiliencia y capacidad de superar desafíos con determinación, se dice que cuando un colibrí se acerca a una persona, es porque esta persona necesita sanar. Representan alegría, sanación y adaptabilidad.

www.cribsaludmental.gov.co



	E.S.E. CENTRO DE REHABILITACIÓN INTEGRAL DE BOYACÁ CRIB	Código: A-GIC-F-01
--	--	---------------------------

PARA EL DIA	VERDURAS Y HORTALIZAS	1,5	75-160g	75-160g
	FRUTAS	0,5	30-100g	250cc
	AZUCARES Y DULCES ADULTOS	3,2	83g	para las preparaciones del día
	GRASAS POLIINSATURADAS	9	45cc	

MINUTA PATRON DIETA HIPERPROTEICA- HIPERCALORICA				
KILOCALORIAS 2900 PROTEINAS 18-20% GRASAS 30-32% CARBOHIDRATOS 53-58%				
TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	PESO NUMERO DE INTERCAMBIOS	PESO NETO	PORCION SERVIDA
DESAYUNO	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
	LECHE ENTERA FRESCA Y FERMENTADA	0,5	100cc o 13g	250cc
	GRUPO DE SUSTITUTOS	2,5	50 a 110g	75-116g
	CEREALES ADULTOS	2	40-80g	40-80g
	CALDO O CONSOME	1	250cc	250cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	LECHE ENTERA FRESCA Y FERMENTADA	1	200cc o 26g	200cc
	CEREALES ADULTOS	1	20-40g	20-40g

El colibrí representa esperanza, resiliencia y capacidad de superar desafíos con determinación, se dice que cuando un colibrí se acerca a una persona, es porque esta persona necesita sanar. Representan alegría, sanación y adaptabilidad.

www.cribsaludmental.gov.co



	E.S.E. CENTRO DE REHABILITACIÓN INTEGRAL DE BOYACÁ CRIB	Código: A-GIC-F-01
---	--	---------------------------

	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
ALMUERZO	VERDURAS Y HORTALIZAS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	10-30g	300cc
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	20-30g	
	CEREALES ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	7-30g	
	CARNES MAGRAS CRUDAS Y PROTEINAS TEXTURIZADAS	1,7	140-200g	160-170g
	CEREALES ADULTOS	1,25	60-100g	100-120g
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS	1,3	80-150g	80-150g
	VERDURAS Y HORTALIZAS	1,5	75-160g	75-160g
	FRUTAS	0,5	30-100g	250cc
REFRIGERIO DE LA TARDE	LECHE ENTERA FRESCA Y FERMENTADA	1	200cc o 26g	200cc
	CEREALES ADULTOS	1	20-40g	20-40g
	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
COMIDA	VERDURAS Y HORTALIZAS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	10-30g	300cc
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	20-30g	
	CEREALES ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	7-30g	
	CARNES MAGRAS CRUDAS Y PROTEINAS TEXTURIZADAS	1,7	140-200g	160-170g
	CEREALES ADULTOS	1,25	60-100g	100-120g

El colibrí representa esperanza, resiliencia y capacidad de superar desafíos con determinación, se dice que cuando un colibrí se acerca a una persona, es porque esta persona necesita sanar. Representan alegría, sanación y adaptabilidad.

www.cribsaludmental.gov.co



	E.S.E. CENTRO DE REHABILITACIÓN INTEGRAL DE BOYACÁ CRIB	Código: A-GIC-F-01
--	--	---------------------------

PARA EL DIA	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS	1,3	80-150g	80-150g
	VERDURAS Y HORTALIZAS	1,5	75-160g	75-160g
	FRUTAS	0,5	30-100g	250cc
	AZUCARES Y DULCES ADULTOS	3,2	83g	para las preparaciones del día
	GRASAS POLIINSATURADAS	9	45cc	

MINUTA PATRON DIETA HIPERPROTEICA- HIPERCALORICA				
KILOCALORIAS 2900 PROTEINAS 18-20% GRASAS 30-32% CARBOHIDRATOS 53-58%				
TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	PESO NUMERO DE INTERCAMBIOS	PESO NETO	PORCION SERVIDA
DESAYUNO	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
	LECHE ENTERA FRESCA Y FERMENTADA	0,5	100cc o 13g	250cc
	GRUPO DE SUSTITUTOS	2,5	50 a 110g	75-116g
	CEREALES ADULTOS	2	40-80g	40-80g
	CALDO O CONSOME	1	250cc	250cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	LECHE ENTERA FRESCA Y FERMENTADA	1	200cc o 26g	200cc

El colibrí representa esperanza, resiliencia y capacidad de superar desafíos con determinación, se dice que cuando un colibrí se acerca a una persona, es porque esta persona necesita sanar. Representan alegría, sanación y adaptabilidad.

www.cribsaludmental.gov.co



	E.S.E. CENTRO DE REHABILITACIÓN INTEGRAL DE BOYACÁ CRIB	Código: A-GIC-F-01
---	--	---------------------------

ALMUERZO	CEREALES ADULTOS	1	20-40g	20-40g
	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
	VERDURAS Y HORTALIZAS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	10-30g	300cc
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	20-30g	
	CEREALES ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	7-30g	
	CARNES MAGRAS CRUDAS Y PROTEINAS TEXTURIZADAS	1,7	140-200g	160-170g
	CEREALES ADULTOS	1,25	60-100g	100-120g
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS	1,3	80-150g	80-150g
	VERDURAS Y HORTALIZAS	1,5	75-160g	75-160g
	FRUTAS	0,5	30-100g	250cc
REFRIGERIO DE LA TARDE	LECHE ENTERA FRESCA Y FERMENTADA	1	200cc o 26g	200cc
	CEREALES ADULTOS	1	20-40g	20-40g
	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
COMIDA	VERDURAS Y HORTALIZAS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	10-30g	300cc
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	20-30g	
	CEREALES ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	7-30g	
	CARNES MAGRAS CRUDAS Y PROTEINAS TEXTURIZADAS	1,7	140-200g	160-170g
	CEREALES ADULTOS	1,25	60-100g	100-120g

El colibrí representa esperanza, resiliencia y capacidad de superar desafíos con determinación, se dice que cuando un colibrí se acerca a una persona, es porque esta persona necesita sanar. Representan alegría, sanación y adaptabilidad.

www.cribsaludmental.gov.co



	E.S.E. CENTRO DE REHABILITACIÓN INTEGRAL DE BOYACÁ CRIB	Código: A-GIC-F-01
--	--	---------------------------

PARA EL DIA	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS	1,3	80-150g	80-150g
	VERDURAS Y HORTALIZAS	1,5	75-160g	75-160g
	FRUTAS	0,5	30-100g	250cc
	AZUCARES Y DULCES ADULTOS	3,2	83g	para las preparaciones del día
	GRASAS POLIINSATURADAS	9	45cc	

MINUTA PATRON DIETA VEGANA				
KILOCALORIAS 2700 PROTEINAS 9-11% GRASAS 30-34% CARBOHIDRATOS 60-65%				
TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	PESO NUMERO DE INTERCAMBIOS	PESO NETO	PORCION SERVIDA
DESAYUNO	FRUTAS	1,5	75-240g	75-240g
	BEBIDA CALIENTE SIN LACTEO	1	250cc	250cc
	GRUPO DE NUECES	2	14-22g	14-22g
	CEREALES ADULTOS	2	40-80g	40-80g
	CALDO	1	300cc	300cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	CEREALES ADULTOS	1	20-40g	20-40g
	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
ALMUERZO	VERDURAS Y HORTALIZAS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	10-30g	300cc

El colibrí representa esperanza, resiliencia y capacidad de superar desafíos con determinación, se dice que cuando un colibrí se acerca a una persona, es porque esta persona necesita sanar. Representan alegría, sanación y adaptabilidad.

www.cribsaludmental.gov.co



	E.S.E. CENTRO DE REHABILITACIÓN INTEGRAL DE BOYACÁ CRIB	Código: A-GIC-F-01
---	--	---------------------------

	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	20-30g	
	CEREALES ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	7-30g	
	LEGUMINOSAS ADULTOS	0,75	75-100g	75-100g
	CEREALES ADULTOS	1,5	70-120g	
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS	1,3	80-150g	80-150g
	VERDURAS Y HORTALIZAS	3	150-240g	139-290g
	GRUPO DE SEMILLAS	0,5	5-20g	5-20g
	FRUTAS	0,5	30-100g	250cc
REFRIGERIO DE LA TARDE	CEREALES ADULTOS	1	20-40g	20-40g
	FRUTAS	1	50-160g	50-160g
COMIDA	VERDURAS Y HORTALIZAS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	10-30g	300cc
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	20-30g	
	CEREALES ADULTOS <i>Para la preparación de la sopa</i>	0,3	7-30g	
	LEGUMINOSAS ADULTOS	0,75	75-100g	75-100g
	CEREALES ADULTOS	1,5	70-120g	
	RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS ADULTOS	1,3	80-150g	80-150g
	VERDURAS Y HORTALIZAS	3	150-240g	139-290g
	GRUPO DE SEMILLAS	0,5	5-20g	5-20g
	FRUTAS	0,5	30-100g	250cc

El colibrí representa esperanza, resiliencia y capacidad de superar desafíos con determinación, se dice que cuando un colibrí se acerca a una persona, es porque esta persona necesita sanar. Representan alegría, sanación y adaptabilidad.

www.cribsaludmental.gov.co



	E.S.E. CENTRO DE REHABILITACIÓN INTEGRAL DE BOYACÁ CRIB	Código: A-GIC-F-01
--	--	---------------------------

PARA EL DIA	AZUCARES Y DULCES ADULTOS	3,2	83g	para las preparaciones del día
	GRASAS POLIINSATURADAS	12	60cc	

El colibrí representa esperanza, resiliencia y capacidad de superar desafíos con determinación, se dice que cuando un colibrí se acerca a una persona, es porque esta persona necesita sanar. Representan alegría, sanación y adaptabilidad.

www.cribsaludmental.gov.co

