



CALIBRACIÓN MENÚ
COLEGIO BRISTOL
NOVIEMBRE 2020



| Día | Energía | Proteínas | Hidratos Carbono | Fibra vegetal | Lípidos |
|-----|---------|-----------|------------------|---------------|---------|
| 3 | 622 | 32,2 | 62,58 | 7 | 25,5 |
| 4 | 683 | 33,1 | 21,8 | 8,4 | 49,6 |
| 5 | 874 | 30,7 | 36,3 | 3 | 66,2 |
| 6 | 660,2 | 34,3 | 49,3 | 8 | 34,8 |
| 10 | 612 | 26,7 | 29,2 | 5,9 | 41,9 |
| 11 | 714 | 39,6 | 12 | 4,5 | 56 |
| 12 | 606 | 39,2 | 34,2 | 8,8 | 32,8 |
| 13 | 655,5 | 32,2 | 34,1 | 3,7 | 42,5 |
| 16 | 663 | 30,2 | 50,1 | 11,2 | 35,3 |
| 17 | 633 | 34,2 | 32,6 | 10,9 | 37,8 |
| 18 | 662,5 | 35,9 | 19 | 8,3 | 47,7 |
| 19 | 679,3 | 32 | 39,1 | 10,9 | 41 |
| 20 | 736,5 | 23,3 | 32,5 | 4,4 | 56,05 |
| 23 | 697 | 28,8 | 54 | 8,3 | 38,7 |
| 24 | 688 | 33,8 | 54,5 | 9,9 | 34,9 |
| 25 | 692 | 27 | 50,5 | 3,7 | 41,8 |
| 26 | 668,4 | 55,6 | 30,4 | 1,46 | 36,4 |
| 27 | 679 | 27,2 | 33,5 | 8,8 | 46,1 |
| 30 | 747,3 | 26,1 | 26,8 | 8,5 | 57,6 |

Con los resultados obtenidos en esta valoración, se concluye que todos los macronutrientes entran dentro de los límites establecidos por la OMS, compensando las ligeras desviaciones con las cenas recomendadas para obtener así un total de todos los compuestos equilibrados.

Calibración elaborada mediante programa informático de valoración de dietas y gestión de datos de alimentación "DIAL" y revisada por Elder Asesoría Alimentaria.