



La preparación de estas recetas modifica el aporte nutricional del producto Proklein NET. Consulte con su profesional en nutrición o pediatra, si las puede incorporar en su alimentación.



Medidas

Sorbete de limón, coco y mango

Smoothie de zanahoria y naranja

Helado rápido de fruta con
toques de chocolate

Helado rápido de frutos rojos

Sopa de tomate

Postre de galletas y coco

Crema fría de chocolate y vainilla



Guía de Medidas*

Medidas cucharas



Una cucharada (de 13 a 15 g aprox.)



$\frac{1}{2}$ Cucharada (de 6 a 7.5 g aprox.)



Una cucharadita colmada (de 3 a 5 g aprox.)



$\frac{1}{2}$ Cucharadita (1.5 a 2.5 g aprox.)



$\frac{1}{4}$ de cucharadita (0,5 a 1 g aprox.)

*Equivalen a medidas aproximadas.

Medidas vaso o taza

$\frac{1}{2}$ Vaso o taza
100 ml aprox.



1 Vaso o taza
200 ml aprox.



Sorbete de limón, coco y mango

Ingredientes

Proklein NET sabor a crema de vainilla

5 Medidas



Agua

½ Taza o 100 ml



Mango maduro

¼ Unidad o 40 g



Coco rallado

2 Cucharaditas o 10 g



Limón común pelado y sin la parte blanca

½ Unidad



Yerbabuena

2 Hojas



Hielo

½ Taza

Preparación

- 1 Licuar el **Proklein NET** con el agua hasta conseguir una textura de batido.
- 2 Luego adicionar las frutas, la yerbabuena y el hielo y licuar nuevamente hasta obtener un batido homogéneo.
- 3 Servir bien frío.

Información Nutricional

1 porción de Sorbete de limón, coco y mango con **Proklein NET**

Tamaño por porción 300 ml

Cantidad por porción

Calorías 350 Calorías de la grasa 120

Valor Diario*

Grasa Total 13 g	20 %
Grasa Saturada 4 g	21 %
Coolesterol 0 mg	0 %
Sodio 220 mg	9 %
Carbohidrato Total 44 g	15 %
Fibra dietaria 5 g	18 %
Azúcares 7 g	
Proteína 15 g	
Vitamina A 15 %	Vitamina C 150 %
Calcio 45 %	Hierro 35 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.



porción

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto Proklein NET. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

Smoothie de zanahoria y naranja

Ingredientes

Proklein NET sabor a crema de vainilla

5 Medidas 



Zumo de naranja
2 Cucharadas o 30 g



Jengibre rallado
¼ Cucharadita o 1 g



Hielo
½ Taza



Zanahoria cortada en cubos
3 Cucharadas o 50 g



Agua
½ Taza o 100 ml

Preparación

- 1 Llevar todos los ingredientes a una licuadora y procesar hasta obtener una bebida espesa homogénea.
- 2 Servir bien frío.

Información Nutricional

1 porción de Smoothie de zanahoria y naranja con Proklein NET

Tamaño por porción 300 ml

Cantidad por porción

Calorías 300 Calorías de la grasa 90

Valor Diario*

Grasa Total	10 g	15 %
Grasa Saturada	1 g	6 %
Colesterol	0 mg	0 %
Sodio	250 mg	11 %
Carbhidrato Total	39 g	13 %
Fibra dietaria	2 g	9 %
Azúcares	5 g	
Proteína	14 g	
Vitamina A	50 %	Vitamina C 90 %
Calcio	45 %	Hierro 30 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.



porción

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto Proklein NET. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

Helado rápido de fruta con toques de chocolate

Ingredientes

Proklein NET sabor a crema de vainilla

5 Medidas 

 1 Banano partido a la mitad
½ Unidad o 40 g

 Mango maduro en cubos
2 Cucharadas o 30 g

 Pulpa de maracuyá sin azúcar
1 Cucharada o 15 g

 Agua
2 Cucharadas o 30 ml

 Cocola
¼ Cucharadita

Preparación

- 1 Pelar el banano, llevar a una bolsa plástica o un recipiente hermético y congelar durante 2 horas.
- 2 Mezclar el mango con la pulpa de maracuyá y llevar a congelación durante 2 horas.
- 3 Pasado el tiempo de congelación, disponer las frutas congeladas en una licuadora o procesador de alimentos y comenzar a triturar adicionando el agua y el **Proklein NET** poco a poco, procesar hasta obtener la textura de helado, si queda muy suave, se puede llevar una hora al congelador antes de servir.
- 4 Servir y espolvorear con cocola.

Información Nutricional

1 porción de Helado rápido de fruta con toques de chocolate con **Proklein NET**
Tamaño por porción 160 g

Cantidad por porción			
Calorías	340	Calorías de la grasa	90
Valor Diario*			
Grasa Total	10 g	15 %	
Grasa Saturada	1,5 g	7 %	
Colesterol	0 mg	0 %	
Sodio	220 mg	9 %	
Carbohidrato Total	48 g	16 %	
Fibra dietaria	3 g	12 %	
Azúcares	4 g		
Proteína	15 g		
Vitamina A	20 %	Vitamina C	110 %
Calcio	45 %	Hierro	35 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.



porción

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto Proklein NET. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

Helado rápido de frutos rojos

Ingredientes

Proklein NET sabor a crema de vainilla

5 Medidas 

 1 Banano partido a la mitad
½ Unidad o 40 g

 Agraz o mortiño
1 Cucharada o 15 g

 Fresa
1 Unidad u 8 g

 Agua
4 Cucharadas o 50 ml

 Mora
1 Cucharada o 15 g

Preparación

- 1 Pelar el banano, llevar a una bolsa o recipiente plástico y congelar por 2 horas.
- 2 Limpiar y lavar los frutos rojos y congelar durante 2 horas.
- 3 Llevar el agua y el **Proklein NET** a licuar e ir adicionando poco a poco las frutas congeladas hasta obtener una textura de helado homogénea.
- 4 Si queda un poco ligero, llevar al congelador durante una hora.
- 5 Servir.



porción

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto Proklein NET. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.



Información Nutricional

1 porción de Helado rápido de frutos rojos con **Proklein NET**

Tamaño por porción 180 g

Cantidad por porción

Calorías 310 **Calorías de la grasa 80**

Valor Diario*

Grasa Total 9 g	15 %
Grasa Saturada 1,5 g	6 %
Colesterol 0 mg	0 %
Sodio 220 mg	9 %
Carbhidrato Total 43 g	14 %
Fibra dietaria 3 g	10 %
Azúcares 3 g	

Proteína 14 g

Vitamina A	10 %	Vitamina C	90 %
Calcio	45 %	Hierro	30 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.

Sopa de tomate

Ingredientes

Proklein NET sabor a crema de vainilla

5 Medidas 

 Aceite de oliva o canola
½ Cucharadita o 2 ml

 Ajo picado
½ Cucharadita o 2 g

 Cebolla roja picada
2 Cucharaditas o 10 g

 Zanahoria picada
2 Cucharaditas o 10 g

 Tomate maduro picado
1 Unidad grande o 100 g

 Orégano
¼ Cucharadita o 1 g

 Sal baja en sodio
¼ Cucharadita o 1 g

 Pimienta
1/8 Cucharadita o 0,5 g (pizca)

 Paprika (opcional)
¼ Cucharadita o 1 g

 Agua
1 Taza o 200 ml

 Albahaca picada
1 Cucharadita

Preparación

- 1 Calentar una olla pequeña y adicionar el aceite, el ajo, la cebolla y la zanahoria, sofreír a fuego medio durante 5 minutos, revolviendo constantemente para que no se quemen los alimentos.
- 2 Pasado el tiempo, adicionar el tomate y los condimentos, bajar el fuego y continuar sofriendo por 2 minutos, luego adicionar la mitad del agua y dejar cocinar por 8 minutos a fuego bajo. Retirar y esperar a que baje un poco la temperatura.
- 3 Llevar lo anterior a una licuadora y procesar durante un minuto.
- 4 Añadir el resto del agua a la licuadora junto con el **Proklein NET** y procesar nuevamente por 2 minutos.
- 5 Servir tibia y decorar con la albahaca por encima.

Información Nutricional

1 porción de Sopa de tomate con **Proklein NET**

Tamaño por porción 300 ml

Cantidad por porción

Calorías 320 Calorías de la grasa 110

Valor Diario*

Grasa Total 12 g	18 %
Grasa Saturada 1,5 g	8 %
Colesterol 0 mg	0 %
Sodio 420 mg	18 %
Carbhidrato Total 39 g	13 %
Fibra dietaria 3 g	11 %
Azúcares 4 g	
Proteína 15 g	
Vitamina A 40 %	Vitamina C 100 %
Calcio 45 %	Hierro 35 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.



Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto Proklein NET. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

Postre de galletas y coco

Ingredientes

Proklein NET sabor a crema de vainilla

5 Medidas 

 Agua
½ Taza o 100 ml

 Spezante
3 cucharadas

 Esencia de vainilla
½ Cucharadita o 1.5 g

 Coco deshidratado
1 Cucharadita o 15 g

 Galletas sin azúcar tamaño tipo soda
2 Unidades

 Ralladura de limón
½ Cucharadita o 1.5 g

Preparación

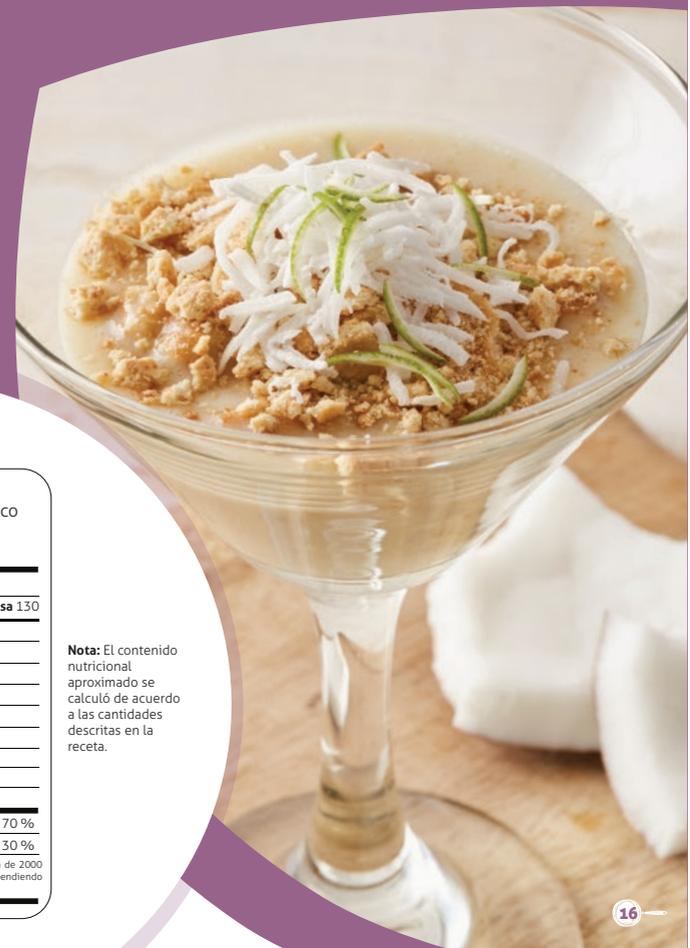
- 1 Licuar el **Proklein NET** junto con el agua y la esencia de vainilla. Parar, adicionar el Spezante y licuar nuevamente hasta que la mezcla quede espesa y homogénea.
- 2 En una refractaria o molde de postre, disponer en capas la crema y las galletas iniciando con la crema **Proklein NET**, galleta, capa de crema, galleta y finaliza con otra de crema.
- 3 Servir frío y espolvorear la ralladura de limón, el coco deshidratado y si desea galletas trituradas.

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto Proklein NET. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.



porción

Nota: en el caso de no poseer el producto Spezante, se puede cambiar por dos cucharadas de fécula de maíz; para usarlas se deben diluir previamente en el agua para luego calentarla en el microondas o en una olla, una vez la mezcla este espesa, licuar con el resto de ingredientes.



Información Nutricional

1 porción de Postre de galletas y coco con **Proklein NET**

Tamaño por porción 190 g

Cantidad por porción	
Calorías 440	Calorías de la grasa 130
Valor Diario*	
Grasa Total 14 g	21 %
Grasa Saturada 2,5 g	13 %
Colesterol 0 mg	0 %
Sodio 390 mg	16 %
Carbohidrato Total 53 g	18 %
Fibra dietaria 1 g	4 %
Azúcares <1 g	
Proteína 15 g	
Vitamina A 10 %	Vitamina C 70 %
Calcio 45 %	Hierro 30 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.

Crema fría de chocolate y vainilla

Ingredientes

Proklein NET sabor a crema de vainilla

5 Medidas 

 **Cocoa**
1 Cucharadita o 5 g

 **Agua**
½ Taza o 100 ml

 **Esencia de vainilla**
½ Cucharadita o 1.5 g

 **Spezante**
2 Cucharadas

 **Fresa**
1 Unidad

Preparación

- 1) Licuar el **Proklein NET** junto con la cocoa, el agua, la esencia de vainilla y el Spezante.
- 2) Llevar la mezcla a una copa o molde de su elección.
- 3) Si lo desea suministrar frío.
- 4) Servir con cubitos de fresa por encima y disfrutar.

Nota: La fresa puede ser cambiada por otro fruto rojo o frutas algo ácidas como el maracuyá o la gulupa.

Nota: En el caso de no poseer el producto Spezante, se puede cambiar por dos cucharadas de fécula de maíz; para usarlas se deben diluir previamente en el agua para luego calentarla en el microondas o en una olla, una vez la mezcla este espesa, licuar con el resto de los ingredientes.

Información Nutricional

1 porción de Crema fría de chocolate y vainilla con **Proklein NET**

Tamaño por porción 180 g

Cantidad por porción

Calorías 350 Calorías de la grasa 90

Valor Diario*

Grasa Total 10 g	30 %
Grasa Saturada 1,5 g	8 %
Colesterol 0 mg	0 %
Sodio 260 mg	10 %
Carbhidrato Total 54 g	18 %
Fibra dietaria 2 g	6 %
Azúcares 1 g	
Proteína 15 g	
Vitamina A 10 %	Vitamina C 90 %
Calcio 45 %	Hierro 35 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades caloríficas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.



porción

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROKLEIN NET. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.



Proklein.

NET



Proklein NET. Alimento para propósitos médicos especiales polimérico, en polvo, a base de proteína de suero de leche con maltodextrina, vitaminas y minerales, para dar soporte nutricional a personas entre los 4 y 18 años con desnutrición secundaria a alteraciones intestinales como resecciones y enfermedad inflamatoria intestinal en remisión, o a enfermedades desgastantes como cáncer y SIDA, o a alteraciones neurológicas por parálisis cerebral o secuelas de trauma y que no logran suplir sus requerimientos nutricionales o metabólicos con una alimentación normal o modificada.

Registro Sanitario INVIMA RSA-0007150-2018

Boydorr
NUTRITION FOR LIFE



CESNUTRAL
CENTRO DE ESTUDIOS AVANZADOS EN NUTRICIÓN E ALIMENTACIÓN



UNIVERSIDAD CES
Un compromiso con la excelencia

Facultad de
**Ciencias de la Nutrición
y los Alimentos**

AVISO LEGAL: Este documento es para uso informativo y educativo. Esta información no reemplaza la valoración del profesional de la salud ni la necesidad de decisiones clínicas adecuadas para cada caso, recuerde seguir las recomendaciones del equipo de profesionales que lo asisten. Los contenidos, el material gráfico, publicitario, fotográfico, de multimedia, audiovisual y de diseño, así como todos los signos distintivos en este documento son de propiedad de BOYDORR S.A.S., y están protegidos por derechos de autor y/o propiedad industrial; por lo que su uso, reproducción, total o parcial, o distribución, por cualquier medio requiere autorización previa y escrita por parte de dicha sociedad.