CENTROS INTEGRARTE DE ATENCIÓN EXTERNA					
SEMANA 1					
PATRÓN	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
NUEVES REFORZADAS					
LACTEO	Café con leche	Te con leche	Agua de panela con leche	Leche caliente con canela	Chocolate
PROTEINA	Huevos con plátano maduro picado	Queso doble crema	Caldo de papa con pollo	Sándwich tostado con queso	Huevos pericos
CEREAL/ TUBÉRCULO	Pan blandito	Pan dulce	Galletas de soda		Pan rollo
FRUTA	Patilla	Papaya	Banano	Manzana	Granadilla
ALMUERZO					
PROTEINA	Carne de cerdo guisado	Pechuga de pollo en salsa agridulce	Carne de res a las finas hierbas	Cazuela de Frijoles / Carne molida guisada	Pechuga de pollo en salsa BBQ
CEREAL	Arroz blanco	Arroz con zanahoria	Arroz fideos	Arroz blanco	Spaguettis
VERDURA O ENSALADA	Verduras salteadas (zanahoria, zukini, apio)	Calabaza guisada con arveja verde fresca	Ensalada de espinaca, mango, fresa y miel	Ensalada de lechuga, tomate, aguacate y cilantro	Ensalada de zanahoria, manzana, mango y crema de leche
TUBÉRCULO O PLÁTANO	Chips de arracacha	Papa sin cascara cocida con perejil	Papa criolla dorada	Plátano maduro asado	Enyucado
SOPA O CREMA	Sopa de cebada perlada	Sopa de pasta fideos	Sopa de verduras	Sin sopa	Sopa de arroz
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de mora	Jugo de fresa	Jugo de maracuyá	Jugo de lulo	Jugo de piña
ONCES					
LACTEO	Sorbete de curuba	Kumis	Sorbete de mango	En la ensalada	Yogurt
CEREAL	Ponqué	Cereal	Galletas de cracker saborizadas	Galleta Wafer	Galletas cracker saborizadas
FRUTA	En el sorbete	Banano	En el sorbete	Ensalada de frutas con queso rallado (papaya)	Fresa

CENTROS INTEGRARTE DE ATENCIÓN EXTERNA					
SEMANA 2					
PATRÓN	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
NUEVES REFORZADAS					
LACTEO	Colada de harina de plátano	Agua de panela con leche	Café en leche	Chocolate	Colada de fécula de maíz con mora
PROTEINA	Queso campesino	Huevos pericos	Queso doble crema	Huevos revueltos	Caldo de papa con carne
CEREAL/ TUBÉRCULO	Pan blando	Arepa de maíz	Mogolla Integral	Pan hojaldrado	Tostadas integrales
FRUTA	Pera	Papaya	Manzana	Fresas	Granadilla
ALMUERZO					
PROTEINA	Fricase de pollo	Carne molida	Pechuga de pollo en salsa blanca	Carne de cerdo en salsa de pimentón	Hígado encebollado con cilantro
CEREAL	Arroz blanco	Arroz con cilantro	Arroz blanco	Arroz con fideos	Arroz con ajonjolí
VERDURA O ENSALADA	Acelga guisada con huevo	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Tajada de aguacate	Pepino guisado	Ensalada de tomate, pepino y zanahoria
TUBÉRCULO O PLÁTANO	Papa criolla chorreada	Papa cocida sin cascara	Tajada de plátano	Yuca cocida	Plátano maduro en moneditas
SOPA O CREMA	Sopa de avena	Cazuela de lentejas	Ajiaco	Sopa de arroz	Sopa de verduras
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de mora	Jugo de maracuyá	Jugo de uva	Jugo de tomate de árbol	Jugo de lulo
ONCES					
LACTEO	Sorbete de guayaba	Sándwich tostado con queso	En la ensalada	Kumis	Helado
CEREAL	Galletas de soda		Galletas de leche	Galletas integrales	Galleta Wafer
FRUTA	En el sorbete	Jugo de mango	Ensalada de frutas con yogurt	Banano	Fresas

CENTROS INTEGRARTE DE ATENCIÓN EXTERNA					
SEMANA 3					
PATRÓN	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**
NUEVES REFORZADAS					
LACTEO	Colada de avena	Te en leche	Chocolate	Agua de panela con leche	Café en leche
PROTEINA	Huevos pericos	Caldo de papa con pollo	Queso campesino	Huevos revueltos	Sándwich con queso
CEREAL/ TUBERCULO	Mogolla integral	Tostada Integral	Arepa de maíz	Pan rollo	
FRUTA	Melón	Papaya	Mandarina	Manzana	Pera
ALMUERZO					
PROTEINA	Pechuga de pollo en salsa de champiñones	Albóndigas en salsa	Cerdo guisado	Garbanzos en cazuela Carne en bisteck	Pechuga de pollo al limón
CEREAL	Arroz con espinaca	Pasta corta en salsa	Arroz con ajonjolí	Arroz blanco	Arroz al perejil
VERDURA O ENSALADA	Verduras cocidas con mayonesa	Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y cilantro	Ensalada de espinaca, mango, fresa y miel	Ensalada de pepino, tomate y lechuga	Ensalada de remolacha, zanahoria y mayonesa
TUBERCULO O PLATANO	Plátano maduro asado	Papa sin cascara cocida con perejil	Yuca dorada	Papa cocida con cascara	Tajada de plátano
SOPA O CREMA	Sopa de cuchuco de cebada	Sopa de avena	Crema de ahuyama	Sin sopa	Sopa de conchitas
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de maracuyá	Jugo de mora	Jugo de guayaba	Jugo de tomate de árbol	Jugo de mango
ONCES					
LACTEO	Yogurt	Sorbete de guanábana	En la ensalada	Sorbete de fresa	Arroz con leche
CEREAL	Ponqué	Galletas Craker saborizadas	Galleta Wafer	Mantecada	
FRUTA	Manzana	En el sorbete	Ensalada de frutas con queso rallado (papaya)	En el sorbete	

CENTROS INTEGRARTE DE ATENCIÓN EXTERNA					
SEMANA 4					
PATRÓN	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**
NUEVES REFORZADAS					
LACTEO	Sin bebida	Café en leche	Colada de avena	Chocolate	Colada de fécula de maíz con canela
PROTEINA	Changua con huevo	Queso doble crema	Huevos pericos	Queso campesino	Huevos revueltos
CEREAL/ TUBERCULO	Tostadas sabor mantequilla	Pan rollo	Mogolla integral	Arepuela	Pan blando
FRUTA	Granadilla	Papaya	Banano	Melón	Pera
ALMUERZO					
PROTEINA	Carne en bisteck	Pollo al ajillo	Carne a la boloñesa	Cazuela de arveja / Tilapia	Carne de cerdo asado
CEREAL	Arroz blanco	Arroz con zanahoria	Spaguettis	Arroz blanco	Arroz pajarito
VERDURA O ENSALADA	Ahuyama guisada con arveja verde fresca	Ensalada de pepino, tomate y cilantro	Espinaca, manzana, mango, crema de leche	Tajada de aguacate	Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y cilantro
TUBÉRCULO O PLATANO	Papa criolla al vapor	Plátano melao	Papa cocida con cascara	Plátano maduro asado	Yuca cocida
SOPA O CREMA	Sin sopa	Sopa de verduras	Sopa de cuchuco de cebada	Sin sopa	Sancocho
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de guayaba	Jugo de tomate de árbol	Jugo de mora	Jugo de lulo	Jugo de mango
ONCES					
LACTEO	Yogurt	Leche	Sorbete de feijoa	En la ensalada	Peto de maíz dulce
CEREAL	Galletas de soda	Brownie	Torta con sabor a queso	Galletas de leche	
FRUTA	Uvas	Fresas	En el sorbete	Ensalada de frutas con yogurt	