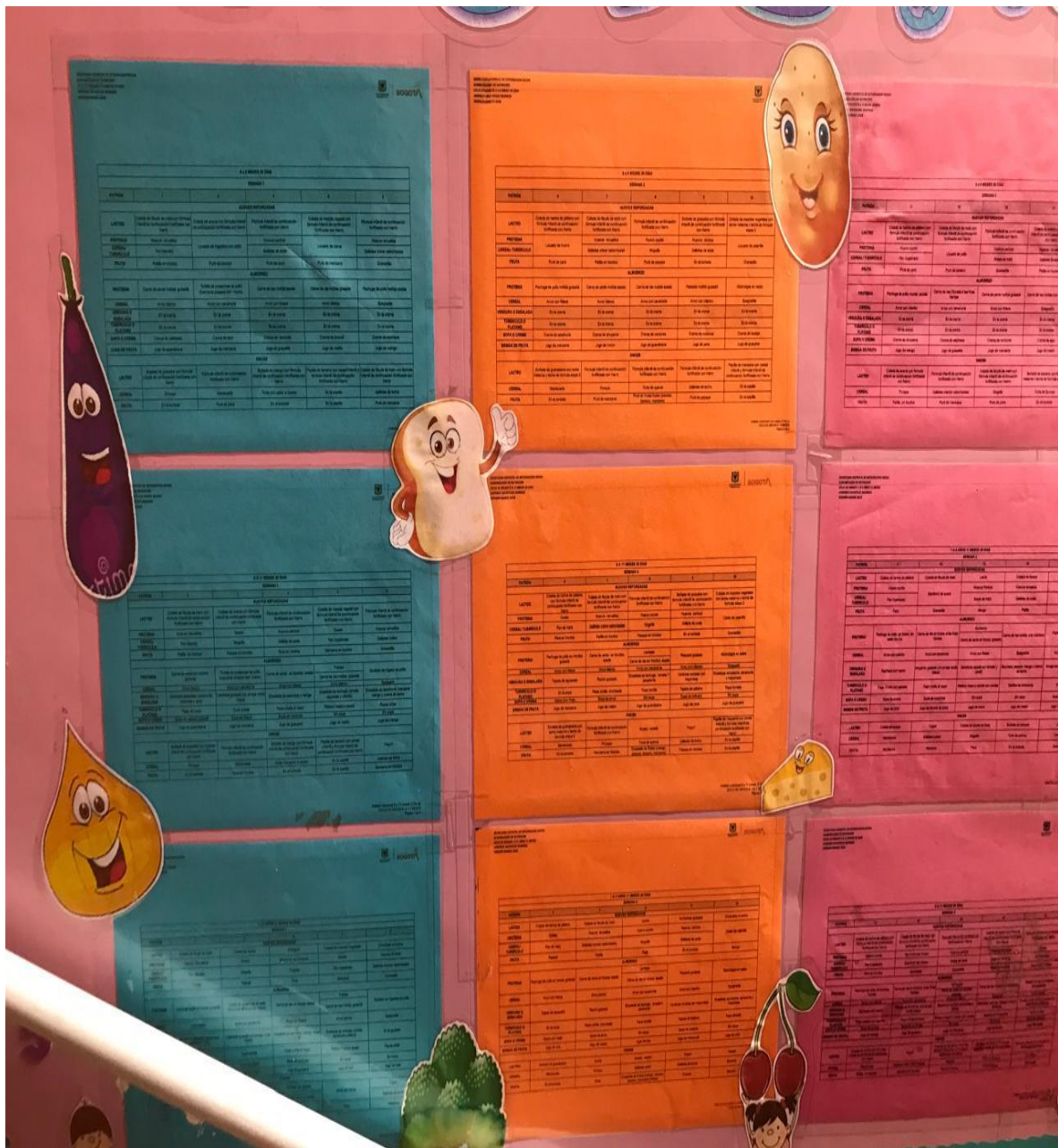
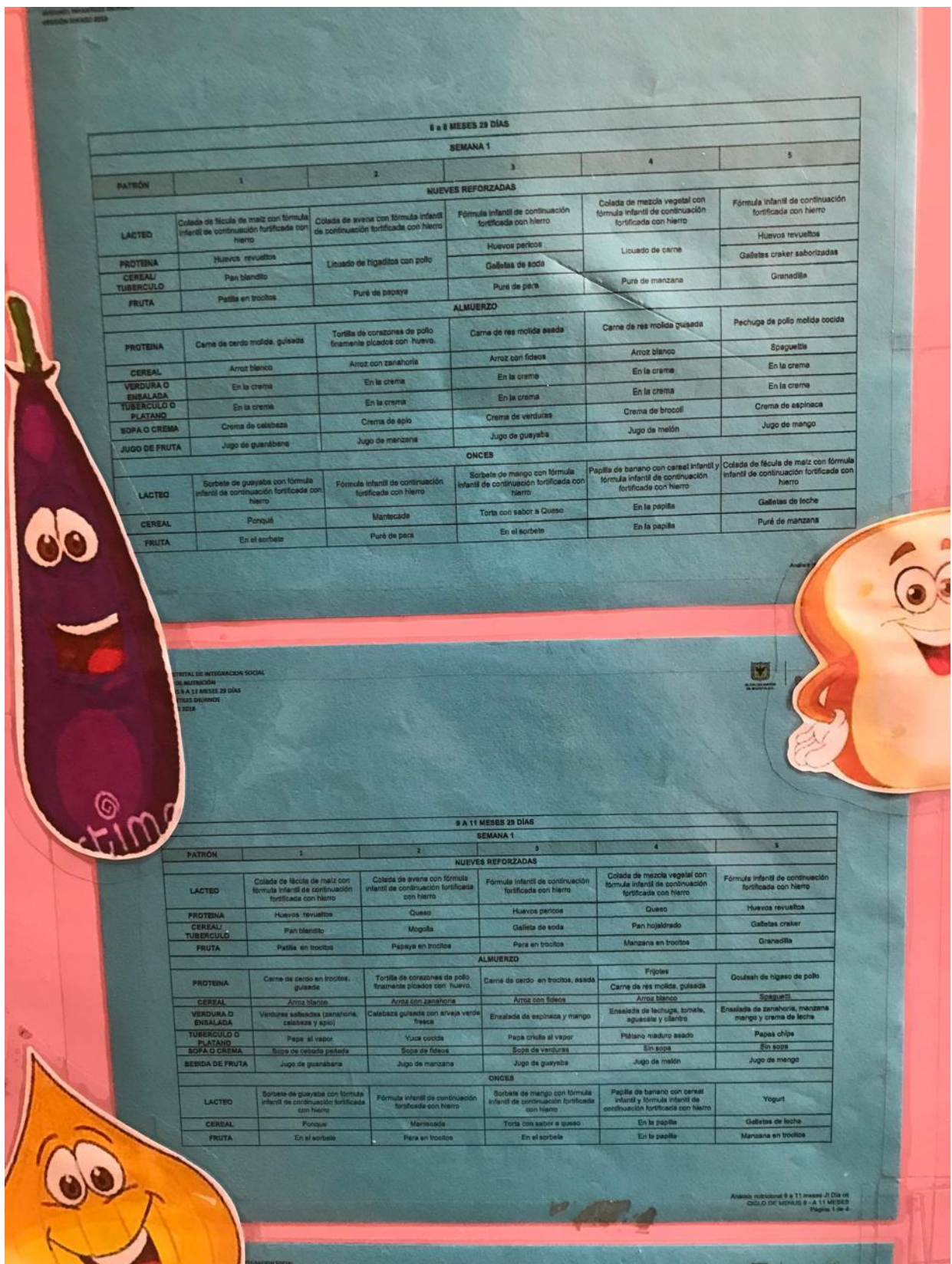


CICLO DE MENÚS JIC PORTAL DE LOS SUEÑOS





8 a 11 MESES 29 DÍAS					
SEMANA 1					
PATRÓN	1	2	3	4	5
NUEVES REFORZADAS					
LACTEO	Colada de fécula de maíz con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de avena con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de mezcla vegetal con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
PROTEINA	Huevos revueltos	Licuado de higaditos con pollo	Huevos pochos	Licuado de carne	Huevos revueltos
CEREAL/ TUBERCULO	Pan blando		Galletas de soda		Galletas craker saborizadas
FRUTA	Papita en trocitos	Puré de papaya	Puré de pera	Puré de manzana	Granadilla
ALMUERZO					
PROTEINA	Carne de cerdo molida, guisada	Tortilla de corazones de pollo, framente picados con huevo	Carne de res molida, asada	Carne de res molida, guisada	Pechuga de pollo molida, cocida
CEREAL	Arroz blanco	Arroz con zanahoria	Arroz con fideos	Arroz blanco	Spagueti
VERDURA O ENSALADA	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema
TUBERCULO O PLATANO	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema
SOPA O CREMA	Crema de calabaza	Crema de apio	Crema de verduras	Crema de brocoli	Crema de espinaca
JUGO DE FRUTA	Jugo de guanábana	Jugo de manzana	Jugo de guayaba	Jugo de melón	Jugo de mango
ONCES					
LACTEO	Sorbete de guayaba con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Sorbete de mango con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Papita de banana con cereal infantil y fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de fécula de maíz con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
CEREAL	Ponquí	Mantecado	Torta con sabor a Queso	En la papita	Galletas de leche
FRUTA	En el sorbete	Puré de pera	En el sorbete	En la papita	Puré de manzana

MINISTERIO DE SALUD
DIRECCIÓN GENERAL DE NUTRICIÓN
9 A 11 MESES 29 DÍAS
PRIMER SEMESTRE
2018



9 A 11 MESES 29 DÍAS					
SEMANA 1					
PATRÓN	1	2	3	4	5
NUEVES REFORZADAS					
LACTEO	Colada de fécula de maíz con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de avena con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de mezcla vegetal con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
PROTEINA	Huevos revueltos	Queso	Huevos pochos	Queso	Huevos revueltos
CEREAL/ TUBERCULO	Pan blando	Mogita	Galleta de soda	Pan hojaletrado	Galletas craker
FRUTA	Papita en trocitos	Papaya en trocitos	Pera en trocitos	Manzana en trocitos	Granadilla
ALMUERZO					
PROTEINA	Carne de cerdo en trocitos, guisada	Tortilla de corazones de pollo, framente picados con huevo	Carne de cerdo en trocitos, asada	Frijoles	Goulash de higado de pollo
CEREAL	Arroz blanco	Arroz con zanahoria	Arroz con fideos	Arroz blanco	Spagueti
VERDURA O ENSALADA	Verduras asadas (zanahoria, calabaza y apio)	Calabaza guisada con arveja verde fresca	Ensalada de espinaca y mango	Ensalada de lechuga, tomate, aguacate y cilantro	Ensalada de zanahoria, manzana, mango y crema de leche
TUBERCULO O PLATANO	Papa al vapor	Yuca cocida	Papa crujiente al vapor	Plátano maduro asado	Papas chips
SOPA O CREMA	Sopa de cebada perlada	Sopa de fideos	Sopa de verduras	Sin sopa	Sin sopa
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de guanábana	Jugo de manzana	Jugo de guayaba	Jugo de melón	Jugo de mango
ONCES					
LACTEO	Sorbete de guayaba con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Sorbete de mango con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Papita de banana con cereal infantil y fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Yogurt
CEREAL	Ponquí	Mantecado	Torta con sabor a queso	En la papita	Galletas de leche
FRUTA	En el sorbete	Pera en trocitos	En el sorbete	En la papita	Manzana en trocitos



8 a 9 MESES 28 DÍAS

SEMANA 2

PATRÓN	6	7	8	9	10
NUEVAS REFORZADAS					
LACTEO	Colada de leche de platano con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de leche de maíz con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Sorbetes de guayaba con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de mezclas vegetales con leche materna o leche de fórmula etapa 2
PROTEINA	Líquido de huevo	Huevo revuelto	Huevo cocido	Huevo picado	Líquido de papilla
CEREAL/ TUBERCULO		Galletas craker saborizadas	Mogote	Galletas de soda	
FRUTA	Puré de pera	Papita en trozos	Puré de papaya	En el sorbete	Granadilla
ALMUERZO					
PROTEINA	Pechuga de pollo molida guisada	Cerdo de cerdo molida asada	Cerdo de res molida asada	Pescado molido guisado	Albóndigas en salsa
CEREAL	Arroz con frijoles	Arroz blanco	Arroz con zanahoria	Arroz con cilantro	Spagueti
VERDURA O ENSALADA	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema
TUBERCULO O PLATANO	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema
SOFA O CREMA	Crema de zanahoria	Crema de shoyena	Crema de verduras	Crema de mazorra	Crema de asopos
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de naranja	Jugo de melón	Jugo de guanábana	Jugo de pera	Jugo de guayaba
ONCES					
LACTEO	Sorbetes de guanábana con leche materna o leche de fórmula etapa 2	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Papilla de manzana con cereal infantil y fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
CEREAL	Mantequilla	Panqueque	Torta de queso	Galletas de leche	En la papilla
FRUTA	En el sorbete	Puré de manzana	Puré de frutas frescas (pepino, banana, mandarina)	Puré de papaya	En la papilla

Análisis nutricional 8 a 9 meses 28 días
 CICLO DE MENSAJE 8 - 9 MESES
 Página 2 de 2



BOGOTÁ

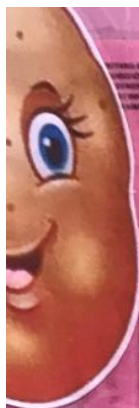
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL
 SUBSECRETARÍA DE NUTRICIÓN
 VENEZUELA

9 a 11 MESES 28 DÍAS

SEMANA 2

PATRÓN	6	7	8	9	10
NUEVAS REFORZADAS					
LACTEO	Colada de leche de platano con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de leche de maíz con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Sorbetes de guayaba con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de mezclas vegetales con leche materna o leche de fórmula etapa 2
PROTEINA	Queso	Huevo revuelto	Huevo cocido	Huevo picado	Colado de papilla
CEREAL/ TUBERCULO	Puré de papa	Galletas craker saborizadas	Mogote	Galletas de soda	
FRUTA	Puré en trozos	Papita en trozos	Papaya en trozos	En el sorbete	Granadilla
ALMUERZO					
PROTEINA	Pechuga de pollo en trozos guisada	Cerdo de cerdo en trozos, asado	Lechuga	Pescado guisado	Albóndigas en salsa
CEREAL	Arroz con frijoles	Arroz blanco	Cerdo de res en trozos, asado	Arroz con cilantro	Spagueti
VERDURA O ENSALADA	Tapa de aguacate	Pechuga guisada	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Verduras cocidas con mayonesa	Ensalada de zanahoria, zanahoria y mayonesa
TUBERCULO O PLATANO	En la sopa	Papa cocida, shirumada	Yuca cocida	Tapa de platano	Papa frita
SOFA O CREMA	Arroz con Papa	Arroz de arroz	En la sopa	Sopa de cebolla	En la sopa
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de naranja	Jugo de melón	Jugo de guanábana	Jugo de pera	Jugo de guayaba
ONCES					
LACTEO	Sorbetes de guanábana con leche materna o leche de fórmula etapa 2	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Queso rayado	Yogurt	Papilla de manzana con cereal infantil y fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
CEREAL	Mantequilla	Panqueque	Torta de queso	Galletas de leche	En la papilla
FRUTA	En el sorbete	Mantequilla en trozos	Ensalada de frutas frescas (pepino, banana, mandarina)	Papaya en trozos	En la papilla

Análisis nutricional 9 a 11 meses 28 días
 CICLO DE MENSAJE 9 - 11 MESES
 Página 2 de 2



SECRETARÍA DISTRITAL DE INTEGRACIÓN SOCIAL
DIRECCIÓN DE NUTRICIÓN
JÓVENES INMARTES DIGNOS
VERSIÓN MARZO 2018



BOGOTÁ

SECRETARÍA
DISTRITAL DE
INTEGRACIÓN
SOCIAL

6 a 9 MESES 29 DÍAS

SEMANA 3

PATRÓN	11	12	13	14	15
NUEVES REFORZADAS					
LACTEO	Colada de harina de plátano con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de fécula de maíz con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de avena con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
PROTEÍNA	Huevo cocido	Líquido de pollo	Huevos pericos	Huevos revueltos	Líquido de carne
CEREAL/ TUBERCULO	Pan hojaldrado		Avena de maíz	Galletas de soda	
FRUTA	Puré de pera	Puré de banana	Granadilla	Patita en trocitos	Puré de papaya
ALMUERZO					
PROTEÍNA	Pechuga de pollo molida, cocida	Carne de res triturada a las finas hierbas	Carne de cerdo molida guisada	Carne de res molida a la bolonesa	Hígado de res molido, encebollado
CEREAL	Aroz con cilantro	Aroz con zanahoria	Aroz con fideos	Spagueti	Aroz blanco
VERDURA O ENSALADA	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema
TUBERCULO O PLÁTANO	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema
SOPA O CREMA	Crema de ajiacoma	Crema de espinaca	Crema de verduras	Crema de ajo	Crema de morron
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de mango	Jugo de guayaba	Jugo de manzana	Jugo de melón	Jugo de patita
ONCES					
LACTEO	Colada de avena con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Colada de fécula de maíz con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Sorbetes de banana con leche materna o leche de fórmula etapa 2	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
CEREAL	Ponque	Galletas cracker saborizadas	Mogote	Torta de Quinoa	Croissant
FRUTA	Patita en trocitos	Puré de manzana	Puré de pera	En el sorbete	Granadilla



SECRETARÍA DISTRITAL DE INTEGRACIÓN SOCIAL
DIRECCIÓN DE NUTRICIÓN
JÓVENES INMARTES DIGNOS
VERSIÓN MARZO 2018



BOGOTÁ

1 A 5 AÑOS 11 MESES 29 DÍAS

SEMANA 3

PATRÓN	12	13	14	15	
NUEVES REFORZADAS					
LACTEO	Colada de harina de plátano	Colada de fécula de maíz	Leche	Colada de Avena	Chocolates en leche
PROTEÍNA	Huevo cocido	Sándwich de queso	Huevos Pericos	Huevos revueltos	Queso
CEREAL/ TUBERCULO	Pan hojaldrado		Avena de maíz	Galletas de soda	Pan blandito
FRUTA	Pera	Granadilla	Mango	Patilla	Papaya
ALMUERZO					
PROTEÍNA	Pechuga de pollo, en trozos, en salsa blanca	Carne de res en trozos, a las finas hierbas	Garbanzo	Carne de res molida, a la bolonesa	Hígado de res en trozos, encebollado
			Carne de cerdo en trozo, guisado		
CEREAL	Aroz con cilantro	Aroz con zanahoria	Aroz con fideos	Spagueti	Aroz con pimiento
VERDURA O ENSALADA	Espinaca con huevo	Ajiacoma guisada con ajiaco verde fresco	Zanahoria rayada con tomate y perejil	Eschicha, pepino, mango y crema de leche	Ajiaco verde fresco, zanahoria y habichuela
TUBERCULO O PLÁTANO	Papa cocida con paprika	Papa cocida al vapor	Plátano maduro cocido con canela	Cadillo de amaranto	Yuca cocida
SOPA O CREMA	Sopa de avena	Sopa de zanahoria	En sopa	En sopa	Sopa de papa
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de piña	Jugo de tomate de árbol	Jugo de mora	Jugo de melón	Jugo de maracujá
ONCES					
LACTEO	Colada de avena	Yogurt	Colada de fécula de Maíz	Sorbetes de banana	Leche
CEREAL	Mantecado	Galletas cracker	Mogote	Torta de quinoa	Croissant
FRUTA	Mandarina	Manzana	Pera	En el sorbete	Granadilla



SECRETARÍA DISTRITAL DE INTEGRACIÓN SOCIAL
DIRECCIÓN DE NUTRICIÓN
JÓVENES INMARTES DIGNOS
VERSIÓN MARZO 2018






SECRETARÍA NACIONAL DE INTEGRACIÓN SOCIAL
SUBSECRETARÍA DE ALIMENTACIÓN
UNIDAD DE NUTRICIÓN Y ASESORÍA DE DIETAS
BOGOTÁ, MARZO DE 2016

BOGOTÁ

1 A 11 MESES DE EDAD

SEMANA 4

PATRÓN	16	17	18	19	20
NUEVAS REFORZADAS					
LACTEO	Crema de leche de vaca con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Crema de leche con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Crema de leche con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
PROTEINA	Huevo cocido	Queso	Tortita de huevo con queso	Proteína pastosa	Queso
CEREAL TUBERCULO	Galletas de leche	Magrita	Pan rojo	Pan tostado	Arroz de maíz
FRUTA	Puré de papa	Puré de mango	Puré de manzana	Puré de papaya	En el comino
ALMUERZO					
PROTEINA	Carne de res magra molido	Carne de res molido cocido	Carne de cerdo molido guisado	Pescado molido a la plancha	Pastorizo de pollo frito guisado
CEREAL	Arroz con habas	Arroz con manzana	Pasta con queso	Arroz blanco	Arroz con habas
VERDURA O ENSALADA	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema
TUBERCULO O PLÁTANO	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema	En la crema
BORRITA O CEREAL	Crema de calabaza	Crema de calabaza	Crema de calabaza	Crema de calabaza	Crema de calabaza
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de guayaba	Jugo de naranja	Jugo de mango	Jugo de papa	Jugo de guayaba
CINCHES					
LACTEO	Sorbetes de mango con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Pastilla de proteína con cereal infantil de continuación fortificada con hierro	Sorbetes de guayaba con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Pastilla de manzana con cereal infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
CEREAL	Pan blanco	En la papilla	Crisolante	En la papilla	Manzana
FRUTA	En el sorbete	En la papilla	En el sorbete	En la papilla	Pasta en la crema

Análisis nutricional de la dieta: 1700 kcal, 100g de proteína, 100g de grasa, 100g de carbohidrato.



SECRETARÍA NACIONAL DE INTEGRACIÓN SOCIAL
SUBSECRETARÍA DE ALIMENTACIÓN
UNIDAD DE NUTRICIÓN Y ASESORÍA DE DIETAS
BOGOTÁ, MARZO DE 2016

BOGOTÁ

12 A 17 MESES DE EDAD

SEMANA 5

PATRÓN	21	22	23	24	25
NUEVAS REFORZADAS					
LACTEO	Crema de leche de vaca con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Crema de leche de vaca con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Crema de leche con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Fórmula infantil de continuación fortificada con hierro
PROTEINA	Huevo cocido	Queso	Tortita de huevo con queso	Proteína pastosa	Queso
CEREAL TUBERCULO	Galletas de leche	Magrita	Pan rojo	Pan tostado	Arroz de maíz
FRUTA	Puré de papa	Puré de mango	Puré de manzana	Puré de papaya	En el comino
ALMUERZO					
PROTEINA	Carne de res magra molido, en salsa de soja	Arroz con habas	Arroz con habas	Arroz con habas	Arroz con habas
CEREAL	Arroz con habas	Arroz con habas	Arroz con habas	Arroz con habas	Arroz con habas
VERDURA O ENSALADA	Arroz con habas	Ensalada de papas, tomate y queso	Ensalada de verduras con verduras y tomate	Ensalada de espinaca, tomate y queso de soja	En el guiso
TUBERCULO O PLÁTANO	Papa cocida al vapor	Cuscús de papa	Pasta con queso	Pasta de queso	En el sorbete
BORRITA O CEREAL	Crema de calabaza	Crema de calabaza	Crema de calabaza	Crema de calabaza	Crema de calabaza
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de guayaba	Jugo de naranja	Jugo de mango	Jugo de papa	Jugo de guayaba
CINCHES					
LACTEO	Sorbetes de mango con fórmula infantil de continuación fortificada con hierro	Arroz	Pastilla de proteína con cereal infantil de continuación fortificada con hierro	Pastilla de manzana con cereal infantil de continuación fortificada con hierro	Pastilla de guayaba con cereal infantil de continuación fortificada con hierro
CEREAL	Pan blanco	En la papilla	Crisolante	En la papilla	En la papilla
FRUTA	En el sorbete	Pasta en la crema	En el sorbete	En la papilla	En la papilla

Análisis nutricional de la dieta: 1700 kcal, 100g de proteína, 100g de grasa, 100g de carbohidrato.

