



Programa o Proyecto: ESTRATEGIA INTERINSTITUCIONAL ATRAPASUEÑOS  
Sub-Proyecto: MODALIDAD PARA EL FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES, VOCACIONES Y TALENTOS DE ADOLESCENTES Y JÓVENES  
Nombre EAS: TIEMPO DE PAZ  
Unidad de Servicio:

Indígena ☒ (étnia \_\_\_\_\_)  
Afro ☒ Raizal \_\_\_\_\_  
Rrom \_\_\_\_\_  
GRUPO ÉTNICO : Sin pertenencia Étnica \_\_\_\_\_  
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 18 AÑOS

| SEMANA No. 01                                        |                                                      |                                                       |                                                       |                                                       |                                                       |       |       |
|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|
| COMPONENTE                                           | DÍA 1                                                | DÍA 2                                                 | DÍA 3                                                 | DÍA 4                                                 | DÍA 5                                                 | DÍA 6 | DÍA 7 |
| REFRIGERIO DE LA TARDE                               |                                                      |                                                       |                                                       |                                                       |                                                       |       |       |
| Cereales, Raíces, Tubérculos y Plátanos              | PONQUE SIN RELLENO<br>(3,5 porciones - 105 gramos)   | PAN DE QUESO<br>(3,5 porciones - 70 gramos)           | CUCAS (3,5 porcion - 66,5 gramos)                     | GALLETAS INTEGRALES<br>(3,5 porcion - 70 gramos)      | PAN DE YUCA<br>(3,5 porcion - 70 gramos)              |       |       |
| Frutas y verduras                                    | MANGO (2,5 porcion - 280 gramos)                     | GRANADILLA (2,5 porcion - 272,5 gramos)               | GUAYABA (2,5 porcion - 250 gramos)                    | MANDARINA (2,5 porcion - 262,5 gramos)                | PERA (2,5 porciones - 332,5 gramos)                   |       |       |
| Leche y derivados lácteos                            | LECHE ENTERA PASTEURIZADA DE VACA (1 porcion- 200cc) | YOGURT (1 porcion - 200cc)                            | LECHE ENTERA PASTEURIZADA DE VACA (1 porcion - 200cc) | YOGURT (1 porcion - 200cc)                            | LECHE ENTERA PASTEURIZADA DE VACA (1 porcion - 200cc) |       |       |
| Carnes, huevos, Leguminosas, frutos secos y semillas | MANI TOSTADO SIN SAL<br>(3 porciones -30 gramos)     | MAMARAÑON TOSTADO SIN SAL<br>(3 porciones - 30gramos) | MANI TOSTADO SIN SAL<br>(3 porciones -30 gramos)      | MAMARAÑON TOSTADO SIN SAL<br>(3 porciones - 30gramos) | MANI TOSTADO SIN SAL<br>(3 porciones -30 gramos)      |       |       |
| OTROS                                                | AGUA - 600 cc                                        | AGUA - 600 cc                                         | AGUA - 600 cc                                         | AGUA - 600 cc                                         | AGUA - 600 cc                                         |       |       |

*Maria Rubilda Palacios Moreno*  
NUT. D. U. MET. B/GUILLA  
C.C. N 54.257.447  
T.P. 02929

Nutricionista Dietista EAS  
T.P.

Nutricionista Dietista ICBF  
T.P.

Fecha de aprobación:

Programa o Proyecto: ESTRATEGIA INTERINSTITUCIONAL ATRAPASUEÑOS  
Sub-Proyecto: MODALIDAD PARA EL FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES, VOCACIONES Y TALENTOS DE ADOLESCENTES Y JÓVENES  
Nombre EAS: TIEMPO DE PAZ  
Unidad de Servicio:

Indígena ☒ (étnia \_\_\_\_\_)

GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 18 AÑOS

GRUPO ÉTNICO : Afro ☒ Raizal \_\_\_\_\_

Sin pertenencia Étnica \_\_\_\_\_

Rrom \_\_\_\_\_

| SEMANA No. 02                                        |                                                    |                                                       |                                                       |                                                    |                                                       |       |       |
|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------|
| COMPONENTE                                           | DÍA 1                                              | DÍA 2                                                 | DÍA 3                                                 | DÍA 4                                              | DÍA 5                                                 | DÍA 6 | DÍA 7 |
| REFRIGERIO DE LA TARDE                               |                                                    |                                                       |                                                       |                                                    |                                                       |       |       |
| Cereales, Raíces, Tubérculos y Plátanos              | PAN BLANCO<br>(3,5 porciones - 77 gramos)          | PALITOS DE QUESO<br>(3,5 porciones - 70 gramos)       | GALLETAS INTEGRALES<br>(3,5 porcion - 70 gramos)      | PAN DE YUCA<br>(3,5 porcion - 70 gramos)           | CUCAS<br>(3,5 porcion - 66,5 gramos)                  |       |       |
| Frutas y verduras                                    | PERA (2,5 porciones - 332,5 gramos)                | NARANJA (2,5 porcion- 367,5 gramos)                   | MANDARINA (2,5 porcion - 262,5 gramos)                | MANGO (2,5 porcion - 280 gramos)                   | NARANJA (2,5 porcion- 367,5 gramos)                   |       |       |
| Leche y derivados lácteos                            | YOGURT (1 porcion - 200cc)                         | LECHE ENTERA PASTEURIZADA DE VACA (1 porcion - 200cc) | LECHE ENTERA PASTEURIZADA DE VACA (1 porcion - 200cc) | YOGURT (1 porcion - 200cc)                         | LECHE ENTERA PASTEURIZADA DE VACA (1 porcion - 200cc) |       |       |
| Carnes, huevos, Leguminosas, frutos secos y semillas | MAMARAÑON TOSTADO SIN SAL (3 porciones - 30gramos) | MANI TOSTADO SIN SAL (3 porciones -30 gramos)         | MANI TOSTADO SIN SAL (3 porciones -30 gramos)         | MAMARAÑON TOSTADO SIN SAL (3 porciones - 30gramos) | MANI TOSTADO SIN SAL (3 porciones -30 gramos)         |       |       |
| OTROS                                                | AGUA - 600 cc                                      | AGUA - 600 cc                                         | AGUA - 600 cc                                         | AGUA - 600 cc                                      | AGUA - 600 cc                                         |       |       |

 Maria Rubilda Palacios Moreno  
NUT. D. U. MET. B/QUILLA  
C.C. N° 54.257.447  
T.P. 02929

\_\_\_\_\_  
Nutricionista Dietista EAS  
T.P.

\_\_\_\_\_  
Nutricionista Dietista ICBF  
T.P.

Fecha de aprobación:



Programa o Proyecto: ESTRATEGIA INTERINSTITUCIONAL ATRAPASUEÑOS  
Sub-Proyecto: MODALIDAD PARA EL FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES, VOCACIONES Y TALENTOS DE ADOLESCENTES Y JÓVENES  
Nombre EAS: TIEMPO DE PAZ  
Unidad de Servicio:

GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 18 AÑOS

GRUPO ÉTNICO : Indígena ☒ (étnia \_\_\_\_\_)  
Afro ☒ Raizal \_\_\_\_\_  
Rrom \_\_\_\_\_ Sin pertenencia Étnica \_\_\_\_\_

| SEMANA No. 03                                        |                                                       |                                                       |                                                    |                                                      |                                                    |       |       |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------|-------|
| COMPONENTE                                           | DÍA 1                                                 | DÍA 2                                                 | DÍA 3                                              | DÍA 4                                                | DÍA 5                                              | DÍA 6 | DÍA 7 |
| REFRIGERIO DE LA TARDE                               |                                                       |                                                       |                                                    |                                                      |                                                    |       |       |
| Cereales, Raíces, Tubérculos y Plátanos              | CUCAS (3,5 porcion - 66,5 gramos)                     | PAN DE YUCA (3,5 porcion - 70 gramos)                 | GALLETAS INTEGRALES (3,5 porcion - 70 gramos)      | PONQUE SIN RELLENO (3,5 porciones - 105 gramos)      | PAN DE QUESO (3,5 porciones - 70 gramos)           |       |       |
| Frutas y verduras                                    | GUAYABA (2,5 porcion - 250 gramos)                    | MANGO (2,5 porcion - 280 gramos)                      | NARANJA (2,5 porcion- 367,5 gramos)                | MANGO (2,5 porcion - 280 gramos)                     | MANDARINA (2,5 porcion - 262,5 gramos)             |       |       |
| Leche y derivados lácteos                            | LECHE ENTERA PASTEURIZADA DE VACA (1 porcion - 200cc) | LECHE ENTERA PASTEURIZADA DE VACA (1 porcion - 200cc) | YOGURT (1 porcion - 200cc)                         | LECHE ENTERA PASTEURIZADA DE VACA (1 porcion- 200cc) | YOGURT (1 porcion - 200cc)                         |       |       |
| Carnes, huevos, Leguminosas, frutos secos y semillas | MANI TOSTADO SIN SAL (3 porciones -30 gramos)         | MANI TOSTADO SIN SAL (3 porciones -30 gramos)         | MAMARAÑON TOSTADO SIN SAL (3 porciones - 30gramos) | MANI TOSTADO SIN SAL (3 porciones -30 gramos)        | MAMARAÑON TOSTADO SIN SAL (3 porciones - 30gramos) |       |       |
| OTROS                                                | AGUA - 600 cc                                         | AGUA - 600 cc                                         | AGUA - 600 cc                                      | AGUA - 600 cc                                        | AGUA - 600 cc                                      |       |       |

*Maria Rubilda Palacios Moreno*  
NUT. D. U. MET. B/QUILLA  
C.C. N° 54.257.447  
T.P. 02929

Nutricionista Dietista EAS  
T.P.

Nutricionista Dietista ICBF  
T.P.

Fecha de aprobación:

La siguiente guía le permitirá tener claridad sobre la información que debe ser consignada en cada uno de los espacios contenidos en el formato de Ciclos de Menús.

Entendiendo el menú como el conjunto de platos que conforma una comida, definimos el ciclo de menús como un conjunto de menús diarios, derivados de una minuta patrón, que se establece para un número determinado de días y que se repite a lo largo de un periodo. Este formato permite la rápida verificación al cumplimiento en la oferta de preparaciones a los beneficiarios, para un día seleccionado.

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PROGRAMA - PROYECTO | Registrar el nombre del proyecto o programa de acuerdo con la Estructura Programática Vigente                                                                                                                                                                                                       |
| SUB-PROYECTO        | Registrar el nombre del proyecto o programa de acuerdo con la Estructura Programática Vigente                                                                                                                                                                                                       |
| GRUPO ETNICO        | Marca con una X si el Ciclo de Menús va dirigida a un grupo étnico específico o a población sin pertenencia étnica. En el caso de atención a población indígena, se debe registrar el nombre de la Etnia a atender                                                                                  |
| GRUPO DE EDAD       | Debe registrarse el grupo de edad para el cual se está diseñando el ciclo de menús. Este debe corresponder con lo establecido en la minuta patrón de alimentos de cada una de las modalidades y servicios de atención. Ejemplo: 6-8 meses, 9-11 meses, 7-12 años 11 meses, 13-17 años 11 meses, etc |
| SEMANA              | Registrar el número de semana a la cual corresponde el ciclo de menús, teniendo en cuenta que cada mes está conformado por 4 o 5 semanas                                                                                                                                                            |
| DÍA                 | Registrar el número de día al cual corresponde el ciclo de menús, teniendo en cuenta que cada semana está conformada por 5 o 7 días; o en el caso de los servicios que funcionan 3 o menos veces a la semana, 10 días.                                                                              |
| COMPONENTE          | Debe registrarse el grupo, subgrupo, o tipo de alimento correspondiente, en el orden que se encuentra en la minuta patrón.                                                                                                                                                                          |
| TIEMPOS DE COMIDA   | Estos se refieren a los momentos de alimentación que se ofrecen al interior del programa. El número de momentos a ofrecer deberá corresponder a lo establecido en la Minuta Patrón, buscando respetar los hábitos alimentarios de la población                                                      |
| CELDA PARA CADA DÍA | Registrar las preparaciones que componen el menú de cada día de la semana cubierto por el programa, por tiempo de comida definido, para el total de semanas planeadas, <b><i>indicando método de cocción, variedad, estado de madurez, parte del alimento.</i></b>                                  |