MENÚ 30 DICIEMBRE	PREPARACIÓN / INGREDIENTES	1 a 2 años			3 a 5 años			6 a 8 años			9 a 13 años			Mayores de 14 años		
		Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)
MENU	***PARRILLADA (CARNE DE RES (CADERA), LOMO DE CERDO, PECHUGA DE POLLO)***															
MENU	Aceite de soya	1,0	1,0	24	2	2	30	4	4	36	5,0	5	50	4,0	4	70
MENU	Cerdo, lomo, crudo	10,5	10,5		15	15		20	20		25,0	25		35,0	35	
MENU	Pollo, pechuga con piel, cruda	13,1	10,5		18	15		25	20		37,5	30		43,8	35	
MENU	Res, carne magra, cruda	10,5	10,5		15	15		15	15		25,0	25		30,0	30	
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,2	0,2		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0,4	
MENU	***GUACAMOLE***															
MENU	Aguacate Lorena, crudo	15,6	12	20	22,7	17,5	30	22,7	17,5	30	51,9	40	60	64,9	50	80
MENU	Cebolla cabezona, cruda	3,2	3		5,3	5,0		5,3	5,0		10,5	10		15,8	15	
MENU	Cilantro, crudo	1,1	1		1,7	1,5		1,7	1,5		3,0	2,7		4,2	3,8	
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,3	0,3		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0,4	
MENU	Tomate, crudo	5,9	5		9,4	7,5		9,4	7,5		12,5	10		18,8	15	
MENU	Limón, crudo	2,0	1		3,0	1,5		3,0	1,5		5,4	2,7		7,6	3,8	
MENU	***PAPA SALADA***				50,2	40,2		50,2	40,2							
MENU	Papa pastusa, con cáscara, cruda	30	30	29	40,0	40	39	40,0	40	39	50,0	50	48	70,0	70	67
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,2	0,2		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0,4	
MENU	***PLATANO CON BOCADILLO Y QUESO***															
MENU	Bocadillo o dulce de guayaba, tradicional	5,0	5	40	10,0	10	60	10	10	80	15,0	20	100	20,0	20	121
MENU	Plátano hartón, maduro, crudo	41,7	30		55,6	40		83	60		69,4	60		111,1	81	
MENU	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema	5,0	5		10,0	10		10	10		20,0	20		20,0	20	
MENU	***ARROZ CON LECHE***															
MENU	Arroz blanco, pulido, crudo	20,0	20	210	30	30	250	40,0	40	350	40,0	40	350	40,0	40	350
MENU	Leche de vaca, condensada, con azúcar	24,0	24		30	30		40,0	40		40,0	40		40,0	40	
MENU	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120,0	120		150	150		200,0	200		200,0	200		200,0	200	
MENU	Panela	2,4	2,4		3	3		5,0	5		5,0	5		5,0	5	
MENU	Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	24,0	24		30	30		40,0	40		40,0	40		40,0	40	
MENU	Uva, deshidratada	2	2		3	3		5,0	5		5,0	5		5,0	5	
MENU	***LIMONADA***															
MENU	Azúcar blanco, granulado	10	10	150	15	15	180	15,0	15	240	18,0	18	280	20,0	20	330
MENU	Limón, crudo	60	30		75,0	37,5		100,0	50		140,0	70		160,0	80	

MENÚ 23 DICIEMBRE	PREPARACIÓN / INGREDIENTES	1 a 2 años			3 a 5 años			6 a 8 años			9 a 13 años			Mayores de 14 años		
		Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)	Peso bruto (g)	Peso Neto (g)	Peso servido (g o ml)
MENU	***LOMO DE CERDO EN SALSA BBQ***															
MENU	Cerdo, lomo, crudo	35	35	22	45	45	28,5	55	55	35	80	80	50,5	100,0	100	63
MENU	Orégano, molido	0,3	0,3		0,3	0,3		0,5	0,5		1	1		0,5	1	
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,2	0,2		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0	
MENU	Salsa de tomate	6	6		8	8		10	10		15	15		20,0	20	
MENU	Miel de abejas, líquida	2	2		3	3		4	4		6	6		10,0	10	
MENU	Tomillo, fresco	0,25	0,25		0,25	0,25		0,25	0,25		0,25	0,25		0,25	0,25	
MENU	***CASQUITOS DE TOMATE CON VINAGRETA***															
MENU	Aceite de soya	1	1	30	1	1	45	1	1	45	1,5	1,5	80	1,5	2	100
MENU	Cilantro, crudo	0,33	0,3		0,33333	0,3		0,333333	0,3		0,5	0,4		0,6	0,5	
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,2	0,2		0,3	0,3		0,5	0,5		0,4	0,4	
MENU	Tomate, crudo	37,5	30		62,5	50		62,5	50		100	80		125,0	100	
MENU	Vinagre	1	1		1	1		1	1		1,5	1,5		1,5	2	
MENU	***ARROZ A LA JARDINERA***															
MENU	Aceite de soya	1,30	1,3	40	2,0	2,0	60	2,6	2,6	80	3,2	3,2	101	4,0	4,0	121
MENU	Ajo, crudo	0,17	0,2		0,2	0,2		0,5	0,4		0,5	0,5		0,7	0,7	
MENU	Arroz blanco, pulido, crudo	13,03	13,0		19,9	19,9		26,5	26,5		32,3	32,3		40,1	40,1	
MENU	Arveja verde, cruda	11,40	4,6		16,6	6,6		22,1	8,8		28,9	11,6		33,4	13,4	
MENU	Cebolla junca, tallos, cruda	1,50	0,6		1,5	0,6		3,3	1,3		3,8	1,5		5,0	2,0	
MENU	Maíz tierno, con armero, crudo	9,12	4,6		13,2	6,6		17,7	8,8		23,1	11,6		26,7	13,4	
MENU	Sal refinada yodada	0,20	0,2		0,3	0,3		0,3	0,3		0,4	0,4		0,3	0,3	
MENU	Zanahoria, sin cáscara, cruda	5,37	4,6		7,8	6,6		10,4	8,8		13,6	11,6		15,7	13,4	
MENU	***PAPA FRANCESA***															
MENU	Aceite de soya	3	3	12	4,0	4,0	17	4	4	17	10	10	21	7,0	7	29
MENU	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	38	30		40,0	40,0		40	40		62,5	50		87,5	70	
MENU	Sal refinada yodada	0,2	0,2		0,3	0,3		0,3	0,3		0,4	0,4		0,4	0	
MENU	***JUGO DE LULO***															
MENU	Azúcar blanco, granulado	3	3	150	3,8	3,8	180	5	5	240	7	7	280	8,0	8	330
MENU	Lulo, crudo	50	30		62,5	37,5		83,33333	50		116,7	70		133,3	80	
MENU	***NATILLA (FECULA DE MAÍZ)***															
MENU	Azúcar blanco, granulado	12	12	150	12	12	150	12	12	150	12	12	150	12,0	12	150
MENU	Canela, molida	0,19	0,19		0,19	0,19		0,19	0,19		0,19	0,19		0,2	0	
MENU	Fécula de maíz, precocido, secado	24	24		24	24		24	24		24	24		24,0	24	
MENU	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120		120	120		120	120		120	120		120,0	120	

Gmail **COMEDOR VILLA SUAITA <comedorvillasuaita@gmail.com>**

Menús Especiales Navidad y Fin de Año

Luz Amanda Leon Bernal <lleonb@sdis.gov.co> 5 de diciembre de 2023, 9:18
Para: "corporacionrazondeser@gmail.com" <corporacionrazondeser@gmail.com>, "fungeinco@gmail.com" <fungeinco@gmail.com>, "fundacionfudesol@gmail.com" <fundacionfudesol@gmail.com>, "asoinco.ong" <asoinco.ong@gmail.com>, "vientosdelporvenir@gmail.com" <vientosdelporvenir@gmail.com>, cooperativarapiaseos <cooperativarapiaseos@yahoo.es>, fundamariapaz2004 <fundamariapaz2004@hotmail.com>, "comedorvillasuaita@gmail.com" <comedorvillasuaita@gmail.com>, "siembrafuturo@gmail.com" <siembrafuturo@gmail.com>, "chavez_jerez@hotmail.com" <chavez_jerez@hotmail.com>, "corsinapsis2021@gmail.com" <corsinapsis2021@gmail.com>, multiactivaconvabiser <multiactivaconvabiser@gmail.com>, "oriente-sc@hotmail.com" <oriente-sc@hotmail.com>, "asonucol@hotmail.com" <asonucol@hotmail.com>, fundacionunnuevoamanecer <fundacionunnuevoamanecer@gmail.com>, CORPORACION ASIS DE COLOMBIA <Corp_asisdecolombia@hotmail.com>, "fpasosfirmes123@gmail.com" <fpasosfirmes123@gmail.com>, "fundacioncafami2022@gmail.com" <fundacioncafami2022@gmail.com>, "corporacionlasiembra@gmail.com" <corporacionlasiembra@gmail.com>, "fundacionfuncresol@gmail.com" <fundacionfuncresol@gmail.com>, "corposuaza@gmail.com" <corposuaza@gmail.com>, corp_sorteresa <corp_sorteresa@hotmail.com>, "corpolibresparacooperar@gmail.com" <corpolibresparacooperar@gmail.com>, corpocometa <corpocometa@gmail.com>, "comedorcrdcjuanrey2020@gmail.com" <comedorcrdcjuanrey2020@gmail.com>, Luz Dary Bueno Carvajal <fundacionpepaso@yahoo.com>, "cormecav@hotmail.com" <cormecav@hotmail.com>, "funfasu@gmail.com" <funfasu@gmail.com>, "alimentandosuenos2012@gmail.com" <alimentandosuenos2012@gmail.com>, "cjvegao@hotmail.com" <cjvegao@hotmail.com>, comedor-laesperanza <comedor-laesperanza@hotmail.com>, 14505 <fundacion@celestinfreinet.edu.co>, "asoinpaz@gmail.com" <asoinpaz@gmail.com>, "doritalarcon33@gmail.com" <doritalarcon33@gmail.com>, "asociacionamuci@gmail.com" <asociacionamuci@gmail.com>, corporacioncorpoccored <corporacioncorpoccored@gmail.com>, "fundjardindelsol@gmail.com" <fundjardindelsol@gmail.com>, "equipoasesorongs@gmail.com" <equipoasesorongs@gmail.com>, "fundacionrema@gmail.com" <fundacionrema@gmail.com>, "fsdeamor@yahoo.es" <fsdeamor@yahoo.es>, "manosunid@gmail.com" <manosunid@gmail.com>, "fundacionremapaz@gmail.com" <fundacionremapaz@gmail.com>, "altosdelpoblado@yahoo.es" <altosdelpoblado@yahoo.es>, "fundaciondaamor@hotmail.es" <fundaciondaamor@hotmail.es>, "comedor.juanpablo2@outlook.com" <comedor.juanpablo2@outlook.com>, "comedorabrahamlincoln@outlook.com" <comedorabrahamlincoln@outlook.com>, "comedoraguas@outlook.com" <comedoraguas@outlook.com>, Comedor Amparo Cañizalez <comedoramparocanizalez@outlook.com>, Victor Palma <comedoratenas@outlook.com>, "comedorbarranquillita@outlook.com" <comedorbarranquillita@outlook.com>, CC-CP Bella Flor Localidad Ciudad Bolivar <comedorbellaflor@outlook.com>, "comedorbellavista1@outlook.com" <comedorbellavista1@outlook.com>, Comedor Bosques de Maryland <comedorbosquesmaryland@outlook.com>, "comedorboyacareal@outlook.com" <comedorboyacareal@outlook.com>, comedor comunitario buenavista <comedorbuenavista@outlook.com>, "comedorcaminosesperanza@outlook.com" <comedorcaminosesperanza@outlook.com>, "comedorcaniza@outlook.com" <comedorcaniza@outlook.com>, "comedorcentauros@outlook.com" <comedorcentauros@outlook.com>, "comedorchircales@outlook.com" <comedorchircales@outlook.com>, comedor comuneros <comedorcomuneros@outlook.com>, Comedor Alqueria <comedorcomunitarioalqueria@outlook.com>, "comedorcomunitariovillarosita@outlook.com" <comedorcomunitariovillarosita@outlook.com>, "comedordivinonino@outlook.com" <comedordivinonino@outlook.com>, "comedorelamparo@outlook.com" <comedorelamparo@outlook.com>, COMEDOR EL BOSQUE - USME <comedorelbosque@outlook.com>, "comedorelcarmen@outlook.com" <comedorelcarmen@outlook.com>, "comedorestrellita@outlook.com" <comedorestrellita@outlook.com>, "comedorgarcesnavas@outlook.com" <comedorgarcesnavas@outlook.com>, "comedorgovarova@outlook.com" <comedorgovarova@outlook.com>, COMEDOR HUERTAS <comedorhuertas@outlook.es>, "comedoringles@outlook.com" <comedoringles@outlook.com>, "comedorisladelsol@outlook.com" <comedorisladelsol@outlook.com>, COMEDOR COMUNITARIO JERUSALEN <comedorjerusalen@outlook.com>, "comedorjuanjoserondon@outlook.com" <comedorjuanjoserondon@outlook.com>, "comedorjuanrey@outlook.com" <comedorjuanrey@outlook.com>, "comedorlaaguadita@outlook.com" <comedorlaaguadita@outlook.com>, "comedorlaconcordia@outlook.com" <comedorlaconcordia@outlook.com>, Comedor Comunitario Cocina Popular La Estrella <comedorlaestrella@outlook.com>, "comedorlafiscala@outlook.com" <comedorlafiscala@outlook.com>, "comedorlagloria2022@outlook.com" <comedorlagloria2022@outlook.com>, Comedor Las cruces 2 <comedorlascruces2@outlook.com>, "comedorlasferias1@outlook.com" <comedorlasferias1@outlook.com>, "comedorlibano@outlook.com" <comedorlibano@outlook.com>, "comedorlimonar@outlook.com" <comedorlimonar@outlook.com>, Comedor Comunitario Lisboa <comedorlisboa@outlook.com>, "comedorlorenzoalcantuz@outlook.com" <comedorlorenzoalcantuz@outlook.com>, "comedorlosalpes@outlook.com" <comedorlosalpes@outlook.com>, Martha Astrid Jiménez Bermúdez <comedorlourdes1@outlook.com>, "comedorluiscarlosgalan@outlook.com" <comedorluiscarlosgalan@outlook.com>, sebastian jimenez <comedormanzanares@outlook.com>, "comedormoraci2@outlook.com" <comedormoraci2@outlook.com>,

"comedormuzu@outlook.com" <comedormuzu@outlook.com>, "comedornuevochile@outlook.com" <comedornuevochile@outlook.com>, "comedorpalermo@outlook.com" <comedorpalermo@outlook.com>, COMEDOR COMUNITARIO - COCINA POPULAR Pardo Rubio <comedorpardorubio@outlook.com>, Comedor Parques de Bogota <comedorparquesdebogota@outlook.com>, "comedorperpetuosocorro@outlook.com" <comedorperpetuosocorro@outlook.com>, "comedorperseverancia@outlook.es" <comedorperseverancia@outlook.es>, "comedorpolicarpa@outlook.com" <comedorpolicarpa@outlook.com>, "comedorporvenir1@outlook.com" <comedorporvenir1@outlook.com>, "comedorpotosi@outlook.com" <comedorpotosi@outlook.com>, "comedorprovidenciaalta@outlook.com" <comedorprovidenciaalta@outlook.com>, COMEDOR COMUNITARIO PUENTE ARANDA <comedorpuentearanda@outlook.com>, Comedor Puente Colorado <comedorpuentecolorado1@outlook.com>, "comedorresurreccion1@outlook.com" <comedorresurreccion1@outlook.com>, "comedorrinconrubi@outlook.com" <comedorrinconrubi@outlook.com>, "comedorsanbernardino1@outlook.com" <comedorsanbernardino1@outlook.com>, Comedor San Carlos <comedorsancarlos@outlook.com>, "comedorsancarlostibabuyes@outlook.com" <comedorsancarlostibabuyes@outlook.com>, Comedor San Eugenio <comedorsaneugenio@outlook.com>, "comedorsanfernando@outlook.com" <comedorsanfernando@outlook.com>, "comedorsanluistenerife@outlook.com" <comedorsanluistenerife@outlook.com>, "comedorsanmartindeloba@outlook.com" <comedorsanmartindeloba@outlook.com>, "comedorsanpedro1@outlook.com" <comedorsanpedro1@outlook.com>, "comedorsantabarbara@outlook.com" <comedorsantabarbara@outlook.com>, "comedorsantacecilia@outlook.com" <comedorsantacecilia@outlook.com>, "comedorsantaines1@outlook.com" <comedorsantaines1@outlook.com>, "comedorsantaviviana@outlook.com" <comedorsantaviviana@outlook.com>, "comedorsanvicenteferrer@outlook.com" <comedorsanvicenteferrer@outlook.com>, "comedorsaucedal@outlook.com" <comedorsaucedal@outlook.com>, "comedorsegundohogar@outlook.com" <comedorsegundohogar@outlook.com>, "comedorsemillasdeantano@outlook.com" <comedorsemillasdeantano@outlook.com>, "comedorsuramerica@outlook.com" <comedorsuramerica@outlook.com>, "comedortaberin@outlook.com" <comedortaberin@outlook.com>, comedor comunitario timiza 2022 <comedortimiza@outlook.com>, "comedorveintedejulio@outlook.com" <comedorveintedejulio@outlook.com>, Comedor Comunitario-Cocina Popular Veracruz <comedorveracruz@outlook.com>, "comedorverbenal@outlook.com" <comedorverbenal@outlook.com>, "comedorvillaalemania@outlook.com" <comedorvillaalemania@outlook.com>, "comedorvillaliliana@outlook.com" <comedorvillaliliana@outlook.com>, "comedorvillasdekennedy@outlook.com" <comedorvillasdekennedy@outlook.com>, "comedorvirreychuniza@outlook.com" <comedorvirreychuniza@outlook.com>, "comedorpradosdealameda@outlook.com" <comedorpradosdealameda@outlook.com>, COMEDOR LAURELES <comedorlaureles1@outlook.com>
Cc: Zulma Yanira Fonseca Centeno <zfonseca@sdis.gov.co>, Rocio Santamaria Quintero <rsantamariaq@sdis.gov.co>, Liliana Matamoros Fonseca <lmatamoros@sdis.gov.co>, Adriana Milena Venegas Rodriguez <avenegas@sdis.gov.co>, Johanna Ruiz Lopez <jruizl@sdis.gov.co>, Yoheta Margarita del Rosario Prieto Diago <yprieto@sdis.gov.co>, Lina Katherine Vargas Rodriguez <lkvargas@sdis.gov.co>, Lucero Simbaqueva Ruiz <LSimbaqueva@sdis.gov.co>, Maida Rosa Lopez Calderin <mlopezc@sdis.gov.co>, Johana Milena Hernandez Castellanos <jmhernandez@sdis.gov.co>, Andrea del Pilar Rodriguez Rivera <adprodriguezr@sdis.gov.co>, Gladys Faride Mora Acosta <GMora@sdis.gov.co>, Ingrid Marcela Ortiz Sarmiento <iortiz@sdis.gov.co>, Paula Patricia Wlches Hurtado <pwilches@sdis.gov.co>, Yereemy Gonzalo Lopez Mayorga <ylopezm@sdis.gov.co>, Nohora Isabel Ramirez Bohorquez <NRamirezB@sdis.gov.co>, Cristhian Javier Cely Segura <ccelys@sdis.gov.co>, Gilberto Tique Zubieta <gtique@sdis.gov.co>, Zurina Sofia Guette Charris <zguette@sdis.gov.co>, Leudys Esther Pedroza Hernandez <lpedroza@sdis.gov.co>

Cordial saludo

De acuerdo a lo socializado el día 28/11/2023 en el Comité de Evaluación y Seguimiento Comedores 2023 con respecto a los Menús Especiales de navidad y fin de año; remito análisis nutricional del menú para el 23 y 30 de diciembre 2023.

Cualquier inquietud con gusto.

Quedo atenta a comentarios.

Gracias

LUZ AMANDA LEÓN BERNAL
Profesional Subdirección Nutrición
Secretaria Distrital De Integración Social
Dirección: Carrera 7 # 32-12 Piso 23

MENUS FIN DE AÑO.xlsx
20K


HONOR 90 LITE
23/12/2023 12:00 m


HONOR 90 LITE
31/12/2023 10:00 a.m.