convenio de asociación o contrato: Fundación Mesalud Convenio 8138					Nombre de la unidad operativa: Comunidad de Cuidado La Mesa			TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: INSUFICIENCIA RENAL (HIPOSODICA - HIPOKALEMICA - CON CONTROL DE LIQUIDOS)						año: 2024						
SEMANA 1								**SEMANA 2**							**SEMANA 3**								**SEMANA 4**							
PATRÓNDIAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**PATRÓNDIAS**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**PATRÓNDIAS**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**PATRÓNDIAS**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO**								**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO**								**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO**							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE (150 CC)	COLADA DE AVENA (150 CC)	TE EN LECHE (150 CC)	CAFÉ CON LECHE (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (150 CC)	CAFÉ (150 CC)	**LACTEO**	CAFÉ CON LECHE (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ (150 CC)	CAFÉ EN LECHE (150 CC)	TE (150 CC)	COLADA DE AVENA (150 CC)	CAFÉ (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)	**LACTEO**	COLADA DE AVENA (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)	CAFÉ CON LECHE (150 CC)	AROMATICA (150 CC)	TE (150 CC)	COLADA DE AVENA (150 CC)	CAFÉ (150 CC)	**LACTEO**	COLADA DE FECULA DE MAIZ (150 CC)	LECHE (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)	COLADA DE AVENA CON MORA (150 CC)	CAFÉ (150 CC)	COLADA DE AVENA (150 CC)	TE (150 CC)
PROTEINA	SANDWICH DE QUESO	HUEVOS PERICOS	POPICIEN DE QUESO	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLECREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO (150 CC)	HUEVOS PERICOS	**PROTEINA**	SANDWICH DE QUESO	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO (240 CC)	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (150 CC CALDO Y 30 GR PECHUGA)	TAMAL	**PROTEINA**	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO (150 CC CALDO Y 30 GR PESCADO)	CHANGUA CON HUEVO (240 CC)	QUESO CAMPISINO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	EMPAREDADO DE QUESO CON JAMON	HUEVOS PERICOS	**PROTEINA**	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (150 CC CALDO Y 30 GR PECHUGA)	QUESO CAMPESINO	HUEVOS PERICOS	SANDWICH DE QUESO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (1 u)	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO	PAN BLANCO	TOSTADA	PAN ROLLO	ARROZ BLANCO	**CEREAL/ TUBERCULO**	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADA		PAN ROLLO	AREPA	**CEREAL/ TUBERCULO**	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	PAN BLANCO	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	**CEREAL/ TUBERCULO**	PAN BLANDO	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO BLANCO	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	PERA	PATILLA	EN LA COLADA	PATILLA	**FRUTA**	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADA	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA	**FRUTA**	FRESA PICADA	PAPAYA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA	GRANADILLA	**FRUTA**	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES								**TIEMPO DE COMIDA: NUEVES**								**TIEMPO DE COMIDA: NUEVES**								**TIEMPO DE COMIDA: NUEVES**							
LACTEO	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA (150 CC)	SORBETE DE GUANABANA (150 CC)	SORBETE DE MORA (150 CC)	LECHE CALIENTE (150 CC)	CAFÉ (150 CC)	TE EN LECHE	**LACTEO**	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA (150 CC)	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA (150 CC)	TE EN LECHE (150 CC)	GALLETAS CRAKER PICADO DE MANZANA Y FRESA CON YOGURT	**LACTEO**	LECHE CALIENTE (150 CC)	SORBETE DE MARACUYA (150 CC)	BATIDO DE GUANABANA (150 CC)	EN LA FRUTA	CAFÉ (150 CC)	LECHE (150 CC)	SORBETE DE CURUBA (150 CC)	**LACTEO**	CHOCOLATE (150 CC)	SORBETE DE MORA (150 CC)	BATIDO DE FRESA (150 CC)	TE EN LECHE (150 CC)	SORBETE DE CURUBA (150 CC)	KUMIS (150 CC)	
CEREAL	GALLETA WAFFER	MANTECADA	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUE TAJADO	MANTECADA	PAN DE MAIZ	**CEREAL**	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETA DE AVENA	GALLETA CRACKER SANDWICH	MANTECADA	PAN DE MAIZ		**CEREAL**	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETA DE AVENA	GALLETA DUCAL	GALLETA CRAKER	PANROLLO	MANTECADA	**CEREAL**	PONQUE TAJADO	GALLETA CRAKER	GALLETA WAFFER	TORTA NEGRA	MANTECADA	GALLETA CRACKER	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURTH Y GALLETA WAFFER
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS (MANZANA, PAPAYA) CON QUESO CAMPESINO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA Y MANGO	MANDARINA	**FRUTA**	FRESAS PICADAS CON CREMA DE LECHE Y MIEL	PICADO DE PAPAYA Y MELON	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS (PIÑA, MANGO, PAPAYA) CON QUESO DOBLE CREMA	EN EL SORBETE	MELÓN		**FRUTA**	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	EN EL SORBETE	**FRUTA**	PICADO DE PATILLA Y MELON	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								**TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO**								**TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO**								**TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO**							
PROTEINA	POLLO GUISADO (50 G)	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL (50 G)	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA (50 G)	POLLO EN SALSA BBQ (50 G)	CARNE DE RES EN MITICA (50 G)	CARNE DE CERDO MECHADA (50 G)	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	**PROTEINA**	CARNE DE CERDO A LA NARANJA (50 G)	CARNE DE CERDO MOLIDA GUISADA (50 G)	POLLO SUDADO(50 G)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HERBAS (50 G)	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES (50 G)	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA (50 G)	PECHUGA PICADA (50 G)	**PROTEINA**	CARNE DE CERDO MECHADA EN SALSA CRIOLLA (50 G)	PECHUGA EN SALSA BECHAMEL(50 G)	POLLO A LAS FINAS HERBAS (50 G)	ALMONDIGAS DE CARNE DE CERDO(50 G)	POLLO DORADO (50 G)	CARNE DE CERDO DORADA (50 G)	CERDO Y POLLO EN EL COCIDO (50 G)	**PROTEINA**	CARNE DE CERDO A LAS FINAS HERBAS (50 G)	POLLO DORADO (50 G)	CARNE DE CERDO EN SALSA MANZANA (50 G)	FILETE DE PESCADO AL PIMENTON (50 G)	PECHUGA A LA PLANCHA (50 G)	CARNE DE CERDO AL AJILLO (50 G)	POLLO GUISADO (50 G)
CEREAL	ARROZ BLANCO (SIN SAL)	ARROZ CON AZOKOLI	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA	**CEREAL**	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	**CEREAL**	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	**CEREAL**	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AZOKOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA CAMPESINA	CUBOS GUISADOS	CALABACIN GUISADO	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO	ENSALADA PICO DE GALLO	**VERDURA O ENSALADA**	VERDURAS CHINAS (RACES, PIMENTON, ZUKINI, CEBOLLA JOANNA)	ENSALADA DE TOMATE A LA VINAGRETA	HABICHUELAS ALA CREMA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO TOMATE, VINAGRE	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	**VERDURA O ENSALADA**	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	COLIFLOR GRATINADO	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE	**VERDURA O ENSALADA**	BROCOLI A LA VINAGRETA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA LECHUGA	SODAJOS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	ENSALADA DE ALVERJA, TOMATE Y MAIZ	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA
TUBERCULO O PLATANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA (DALDADA)	PAPA DORADA (DALDADA)	PAPA CRIOLLA GUISADA (DALDADA)	TAJADA DE PLATANO	PLATANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA (DALDADA)	PURE DE PAPA CRIOLLA (DALDADA)	**TUBERCULO O PLATANO**	PAPA CRIOLLA DORADA (DALDADA)	PLATANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE (DALDADA)	TORTA DE PAPA	PURE DE YUCA(DALDADA)	PAPA AL PEREJIL (DALDADA)	YUCA COCIDA (DALDADA)	**TUBERCULO O PLATANO**	PAPA COCIDA CON CASCARA (DALDADA)	PAPA CRIOLLA (DALDADA)	PLATANO CON QUESO Y BOCADILLO	PURE DE PAPA (DALDADA)	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR (DALDADA)	PAPA DORADA (DALDADA)	**TUBERCULO O PLATANO**	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL (DALDADA)	PAPA DORADA (DALDADA)	PAPA SALADA (DALDADA)	PURE DE PAPA (DALDADA)	PAPAS A LA FRANCESA (DALDADA)	YUCA DORADA	TAJADA DE PLATANO MADURO
SOPA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA (150 CC)	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES (150	SOPA DE CONCHITAS (150 CC)	SOPA DE VERDURAS (150 CC)	SOPA DE PAJARILLA (150 CC)	SOPA DE PATACON (150 CC)	SOPA DE AVENA (150 CC)	**SOPA O CREMA**	SOPA DE GUINEO (150 CC)	CAZUELA DE FRIJOLES (150 CC)	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO (150 CC)	SOPA DE CEBADA PERLADA (150 CC)	SOPA CARMELITA (150 CC)	SOPA DE VERDURAS (150 CC)	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ (150 CC)	**SOPA O CREMA**	SOPA DE ARROZ (150 CC)	SOPA DE CONCHITAS (150 CC)	SOPA DE AVENA (150 CC)	SOPA DE MENUDENCIAS (150 CC)	SOPA DE FIDEOS (150 CC)	SOPA DE LENTEJAS (150 CC)	COCIDO BOYACENSE	**SOPA O CREMA**	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO (150 CC)	SOPA DE PETO (150 CC)	CAZUELA DE ALVERJA VERDE SECA (150 CC)	SOPA DE AVENA (150 CC)	SOPA DE PATACON (150 CC)	SOPA DE CONCHITAS (150 CC)	AJIACO (150 CC)
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA (150 CC)	JUGO DE MANGO (150 CC)	JUGO DE PIÑA (150 CC)	JUGO DE GUANABANA (150	JUGO DE FEIJOA (150 CC)	JUGO DE TOMATE DE ARBOL (150 CC)	JUGO DE MORA (150 CC)	**BEBIDA DE FRUTA**	JUGO DE MANGO (150 CC)	LIMONADA (150 CC)	JUGO DE FEIJOA (150 CC)	JUGO DE LULO (150 CC)	JUGO DE MARACUYA (150	JUGO DE MORA (150 CC)	JUGO DE GUANABANA (150	**BEBIDA DE FRUTA**	NARANJADA (150 CC)	JUGO DE UVA (150 CC)	JUGO DE LULO (150 CC)	JUGO DE CURUBA (150 CC)	LIMONADA CON AZUCAR (150 CC)	JUGO DE PIÑA (150 CC)	JUGO DE MORA (150 CC)	**BEBIDA DE FRUTA**	JUGO DE MANGO (150 CC)	JUGO DE PIÑA (150 CC)	JUGO DE FEIJOA (150 CC)	JUGO DE MARACUYA (150	JUGO DE TOMATE DE ARBOL (150 CC)	JUGO DE MORA (150 CC)	LIMONADA (150 CC)
TIEMPO DE COMIDA: ONCES								**TIEMPO DE COMIDA: ONCES**								**TIEMPO DE COMIDA: ONCES**								**TIEMPO DE COMIDA: ONCES**							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAZ (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)	CAFÉ (150 CC)	PETO DE MAIZ DULCE (150 CC)	TE EN LECHE	CON LA FRUTA	SORBETE DE MANGO (150 CC)	**LACTEO**	CAFÉ (150 CC)	TE EN LECHE (150 CC)	CON LA FRUTA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA (150 CC)	ARROZ CON LECHE (150 CC)	SORBETE DE GUANABANA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (150 CC)	**LACTEO**	SORBETE DE CURUBA (150 CC)	LECHE TIBIA CON MIEL (150 CC)	PETO DE MAIZ DULCE (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (150 CC)	SORBETE DE GUANABANA (150 CC)	SORBETE DE MANGO (150 CC)	SORBETE DE LULO (150 CC)	**LACTEO**	SORBETE DE MARACUYA (150 CC)	SORBETE DE GUANABANA (150 CC)	ARROZ CON LECHE (150 CC)	FLAN	CANDIL (150 CC)	SORBETE DE CURUBA (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA (150 CC)
CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOJICON		TORTA SABOR A QUESO	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO	**CEREAL**	CROISSANT	GALLETA DULCE	GALLETA DE LECHE	TORTA NEGRA		MANTECADA	PAN DE QUESO	**CEREAL**	TORTA NEGRA	PAN TAJADO BLANCO		PONQUE	MANTECADA	GALLETA DE AVENA	PAN DE MAIZ	**CEREAL**	GALLETA CRACKER CALADORADA	TORTA NEGRA		MAIZ PIRA	TORTA NEGRA		GALLETA CRAKER
FRUTA	FRESAS	MANDARINA	MANGO	FEIJA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	PAPAYA Y MANGO PICADOS CON QUESO	EN EL SORBETE	**FRUTA**	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PAPAYA, MANGO Y MANZANA PICADA CON YOGURT	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA	**FRUTA**	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA	PATILLA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	**FRUTA**	EN EL SORBETE	MANDARINA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								**TIEMPO DE COMIDA: CENA**								**TIEMPO DE COMIDA: CENA**								**TIEMPO DE COMIDA: CENA**							
PROTEINA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE CERDO A LAS FINAS HERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA EN SALSA DE CHAMPIÑONES	**PROTEINA**	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO(50 G)	POLLO A LA JARDINERA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS	**PROTEINA**	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	PECHUGA PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA ACHIOCHADA	PECHUGA GRATINADA	**PROTEINA**	CARNE DE CERDO GUISADA	PECHUGA A LAS FINAS HIERBAS	CARNE DE RES MECHADA BBQ	POLLO EN SALSA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADOS	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ALVERJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	**VERDURA O ENSALADA**	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	**VERDURA O ENSALADA**	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	CALBAZA GUISADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	**VERDURA O ENSALADA**	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	**TUBERCULO O PLATANO**	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ZANAHORIA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AZOKOLI	**TUBERCULO O PLATANO**	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AZOKOLI	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	**TUBERCULO O PLATANO**	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS (150 CC)	SOPA DE FIDEOS (150 CC)	SOPA DE MUTE (150 CC)	SOPA DE AVENA (150 CC)	SOPA DE GUINEO (150 CC)	SOPA CARMELITA (150 CC)	SOPA DE ARROZ (150 CC)	**SOPA O CREMA**	SOPA DE VERDURAS (150 CC)	SOPA DE FIDEOS (150 CC)	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACON (150 CC)	SANCOCHITO (150 CC)	SOPA DE MAZORCA (150 CC)	SOPA DE AVENA	**SOPA O CREMA**	SOPA DE ARRACACHA (150 CC)	CREMA DE ZANAHORIA (150 CC)	SOPA DE ARRACACHA (150 CC)	SOPA DE VERDURAS (150 CC)	SOPA DE PATACON (150 CC)	SOPA CARMELITA (150 CC)	SOPA DE ARROZ (150 CC)	**SOPA O CREMA**	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA (150 CC)	SOPA DE ARROZ (150 CC)	CREMA DE CHAMPIÑONES (150 CC)	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO (150 CC)	SOPA DE PATACON
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO (150 CC)	LECHE CALIENTE (150 CC)	TE EN LECHE (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON ICHAYA (150 CC)	LECHE CALIENTE CON CANELA (150 CC)	**BEBIDA DE FRUTA**	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA (150 CC)	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON LICHUVAS (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA (150 CC)	AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA (150 CC)	**BEBIDA DE FRUTA**	LECHE CALIENTE CON MIEL (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA (150 CC)	LECHE CALIENTE CON CANELA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA (150 CC)	LECHE CALIENTE CON MIEL (150 CC)	**BEBIDA DE FRUTA**	LECHE CALIENTE CON CANELA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL (150 CC)	LECHE CALIENTE (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON ICHAYA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO (150 CC)	AROMATICA CON FRESAS (150 CC)

Bebida caliente de la mañana: 100 cc
Dependiendo de el estadio de la insuficiencia renal y examenes de laboratorio se disminuirá el aporte de calcio eliminando el lácteo de las nueves y onces

Elaborado por: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista Dietista PUJ - RP MND 07178

Convenio de asociación o contrato: Fundación Menaltud Convenio 8138							Nombre de la unidad operativa: Comunidad de Cuidado La Mesa				TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: HIPOCALORICA - HIPOGLUCIDA (DIABETES MELLITUS - SOBREPESO/OBESIDAD)								año: 2024							
SEMANA 1							**SEMANA 2**								**SEMANA 3**								**SEMANA 4**							
PATRÓN/DIAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**PATRÓN/DIAS**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**PATRÓN/DIAS**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**PATRÓN/ DIAS**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO**								**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO**								**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO**							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	CHANGUA CON HUEVO	TE EN LECHE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	COCOA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LECHE	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LACTEO	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR	CAFE EN LECHE SIN AZUCAR	TE EN AGUASIN AZUCAR	LECHE CALIENTE	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	COCOA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LACTEO	TE EN LECHE SIN AZUCAR	COCOA SIN AZUCAR SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	CAFE CON LECHE	TINTO	TE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	COCOA SIN AZUCAR SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LACTEO	TE EN LECHE SIN AZUCAR	LECHE	COCOA SIN AZUCAR	CHANGUA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	TE EN LECHE SIN AZUCAR	COCOA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE (150 CC CALDO Y 20 GR CARNE)		CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLECREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS	PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL (100 G)	PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO CON JAMON	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS	PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL (100 G)
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (1 U)	CALADO	PAN BLANDO	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO	CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADA		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA	CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	MOGOLLA INTEGRAL	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANDO	PAN HOJALDRADO	AREPA	CALADO	PAN INTEGRAL TAJADO	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	PERA	PIÑA PICADA	EN LA COLADA	MELÓN	FRUTA	GRANADILLA	MELON PICADO	BANGO Y PIÑA PICADA	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	PAPAYA PICADA	FRUTA	PIÑA PICADA	PAPAYA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	COMPOTA DE MANZANA	GRANADILLA	FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	COMPOTA DE GUAYABA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	COMPOTA DE PERA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES								**TIEMPO DE COMIDA: NUEVES**								**TIEMPO DE COMIDA: NUEVES**								**TIEMPO DE COMIDA: NUEVES**							
LACTEO	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	TE EN LECHE SIN AZUCAR	LACTEO	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA CON AVENA EN HOJUELAS SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	TE EN LECHE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	PICADO DE MANZANA Y PERA CON YOGURT	LACTEO	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	BATIDO DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT DIETETICO	FRESAS CON CREMA DE LECHE Y QUESO CAMPESINO RALLADO	LECHE	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LACTEO	COCOA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	BATIDO DE FRESA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	TE EN LECHE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	KUMIS DIETETICO	
CEREAL			GALLETA SALTIN (5 UNIDAD)					CEREAL								CEREAL	GALLETA SALTIN (5 UNIDAD)							CEREAL								ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT DIETETICO
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS (MANZANA, PAPAYA) CON QUESO CAMPESINO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE MANZANA Y PERA	MANDARINA	FRUTA	FRESAS PICADAS	PICADO DE PAPAYA Y MELON	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS (PERA, MANGO, PAPAYA) CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	MANDARINA		FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE			GRANADILLA	EN EL SORBETE	FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELON	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								**TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO**								**TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO**								**TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO**							
PROTEINA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO GUISADO	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA	PROTEINA	CARNE DISRES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	POLLO DORADO	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA	CERDO Y RES EN EL COCIDO	PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO GUISADO	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MARACUYA	FILETE DE PESCADO AL PIMENTON	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJOLOLI	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA	CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)	CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AJOLOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA CAMPESINA (DOBLE PORCIÓN)	CUBOS GUISADOS (DOBLE PORCIÓN)	CALABACIN GUISADO (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA ROJA COLLIMON Y CILANTRO (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA PICO DE GALLO (DOBLE PORCIÓN)	VERDURA O ENSALADA	HABICHUELAS GUISADAS (DOBLE PORCIÓN)	BODAJAS DE TOMATE A LA VINAGRETA (DOBLE PORCIÓN)	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE FRESCA (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA (DOBLE PORCIÓN)	CALABAZA GUISADA (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA (DOBLE PORCIÓN)	VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA (DOBLE PORCIÓN)	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE SECA	HABICHUELAS GUISADAS (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO (DOBLE PORCIÓN)	COCIDO BOYACENSE	VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA LECHUGA	BODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA (DOBLE PORCIÓN)	VERDURAS SALTEADAS (DOBLE PORCIÓN)	TAJADA DE AGUACATE (DOBLE PORCIÓN)	BODAJAS DE TOMATE A LA VINAGRETA (DOBLE PORCIÓN)
TUBERCULO O PLATANO (VER OBSERVACIONES)								TUBERCULO O PLATANO								TUBERCULO O PLATANO							PAPA DORADA (1/2 PORCIÓN)	TUBERCULO O PLATANO							
SOPA O CREMA		CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES)		SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA			SOPA O CREMA		CAZUELA DE FRIJOLES		CREMA DE AHUYAMA		SOPA DE VERDURAS		SOPA O CREMA				SOPA DE MENUDENCIAS		SOPA DE LENTEJAS	COCIDO BOYACENSE	SOPA O CREMA		SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ALVERJA VERDE SECA				
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE PIÑA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE FEIJOA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LIMONADA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE FEIJOA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE LULO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE MANGOLINA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	BEBIDA DE FRUTA	MANGOLINA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE LULO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LIMONADA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE PAPAYA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	BEBIDA DE FRUTA	MANGOLINA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE PIÑA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE FEIJOA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE MARACUYA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LIMONADA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES								**TIEMPO DE COMIDA: ONCES**								**TIEMPO DE COMIDA: ONCES**								**TIEMPO DE COMIDA: ONCES**							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ (150 CC)	COCOA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	TE EN LECHE SIN AZUCAR	CON LA FRUTA	SORBETE DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LACTEO	COLADA DE HARINA DE PLATANO (150 CC)	TE EN LECHE(150 CC)		COLADA DE FECULA DE MAIZ CON QUESO CAMPESINO	SORBETE DE MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LACTEO	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LECHE TIBIA	FRUTA PICADA (FRESA, PERA, MANDARINA)	COLADA DE AVENA CON GUAYABA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA	LACTEO	SORBETE DE MARACUYA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE FRESA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA		SORBETE DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA
CEREAL								CEREAL	GALLETA SALTIN (2 UNIDAD)		PAPAYA, MANZANA MANGO PICADA CON QUESO CAMPESINO					CEREAL								CEREAL				FRUTA PICADA (SANDIA, MELÓN PAPAYA)			
FRUTA	MELON PICADO	MANDARINA	MANGO	PERA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	PAPAYA Y MANGO PICADOS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA		EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA	FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA		EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								**TIEMPO DE COMIDA: CENA**								**TIEMPO DE COMIDA: CENA**								**TIEMPO DE COMIDA: CENA**							
PROTEINA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES	PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS	PROTEINA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA	PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTON	CARNE DE RES MECHADA BBQ	POLLO EN SALSA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADOS	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ALVERJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	POTECA DE AHUYAMA	TORTILLA DE VERDURAS	ENSALADA FRESCA	VERDURA O ENSALADA	ARROZ AL CILANTRO	TORTA DE AHUYAMA	COLIFLOR GUISADO	ENSALADA CAMPESINA	BROCOLI COCIDO	POTECA DE AHUYAMA	VERDURAS SALTEADAS	VERDURA O ENSALADA	HABICHUELAS GUISADAS		RODAJA DE TOMATE		VERDURAS MIXTAS	TORTILLA DE VERDURAS	POTECA DE AHUYAMA	VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	BROCOLI A LA VINAGRETA	ENSALADA CAMPESINA		CALABAZA GUISADA	AHUYAMA COCIDA	VERDURA CALIENTE
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO					TUBERCULO O PLATANO								TUBERCULO O PLATANO		ARROZ BLANCO		PAPA CRIOLLA GUISADA				TUBERCULO O PLATANO			ARROZ ATOMATADO			
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ	SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA	SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ	SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACON
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE	TE EN LECHE SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LICHUVA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE CON CANELA	BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON LICHUVAS (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LICHUVA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	TE EN LECHE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETETICA	AROMATICA CON FRESAS

OBSERVACIONES: LAS PERSONAS MAYORES PUEDEN ESCOGER EL CARBOHIDRATO QUE DESEAN CONSUMIR A LA HORA DEL ALMUERZO
TAMBIEN SE BRINDA LA OPORTUNIDAD DE PROPORCIONAR MEDIA SOPA Y MEDIO CARBOHIDRATO EN ALGUNOS CASOS

Elaborado por: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista Dietista PUJ - RP MND 07178

convenio de asociación o contrato: Fundación Mesalud Convenio 8138	Nombre de la unidad operativa: Comunidad de Cuidado La Mesa	TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	año: 2024

SEMANA 1								SEMANA 2								SEMANA 3								SEMANA 4							
PATRONES	1	2	3	4	5	6	7	PATRONES	8	9	10	11	12	13	14	PATRONES	15	16	17	18	19	20	21	PATRONES	22	23	24	25	26	27	28
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE	COLADA DE FECULA DE MAZ CON MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE	LACTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FECULA DE MAZ	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ	CHOCOLATE	LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TE	COLADA DE HARINA DE PLATANO	CAFÉ	LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAZ EN ADICIONE S CON AZÚCAR ESTÉTICA	LECHE	CHOCOLATE	COLADA DE PLATA	CAFE	COLADA DE AVENA	TE
PROTEIN A	CALDO DE PAPA CON CARNE (PROTEINA 100 GR)	HUEVOS PERICOS + QUESO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (PROTEINA 100 GR)	HUEVOS REVUELTOS + QUESO	QUESO DOBLECREMA + HUEVO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS + QUESO	PROTEIN A	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (PROTEINA 100 GR)	HUEVO EN TORTILLA + QUESO	QUESO CAMPESINO + HUEVO	CHANGUA CON HUEVO Y PORCION DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO (DOBLE PORCION) O ADICIONAR #REPUELA)	UN DO DE PAPA CON CARNE (PROTEINA 100 GR)	TAMAL	PROTEIN A	HUEVOS PERICOS + QUESO	CALDO DE PAPA CON PESCADO (PROTEINA 100 GR)	EMPAREDADO DE QUESO CON JAMON (DOBLE PORCION O ADICIONAR #REPUELA)	CHANGUA CON HUEVO + PORCION DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE (PROTEINA 100 GR)	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS + QUESO	PROTEIN A	CALDO DE PAPA CON CARNE (PROTEINA 100 GR)	QUESO CAMPESINO + HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE (PROTEINA 100 GR)	CALDO DE PAPA CON PESCADO (PROTEINA 100 GR)	HUEVO EN TORTILLA + QUESO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (1 u)	PAN HOJALDRADO (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	PAN BLANDO (DOBLE PORCION O ADICIONAR #REPUELA)	PAN TAJADO INTEGRAL (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	TOSTADA (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	PAN BLANDO (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	ARROZ BLANCO (100 GR)	CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAZ (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	ARROZ BLANCO (100 GR)	AREPA (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	TOSTADA (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	MOGOLLA INTEGRAL (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	AREPA (DOBLE PORCION O ADICIONAR #REPUELA)		CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO (DOBLE PORCION O ADICIONAR #REPUELA)	AREPA (DOBLE PORCION O ADICIONAR #REPUELA)	EMPAREDADO DE QUESO CON JAMON (DOBLE PORCION O ADICIONAR #REPUELA)	TOSTADA (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	MOGOLLA (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	PAN DE MAZ (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	ARROZ BLANCO (100 GR)	CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANDO (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	PAN HOJALDRADO (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	AREPA (DOBLE PORCION O ADICIONAR #REPUELA)	PAN DE MAIZ (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	PAN TAJADO INTEGRAL(1 U O ADICIONAR #REPUELA)	PAN ROLLO (1 U O ADICIONAR #REPUELA)	AREPA (1 U O ADICIONAR #REPUELA)
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	BANANO	PATILLA	EN LA COLADA	PATILLA	FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADA	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA	FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA	GRANADILLA	FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES								TIEMPO DE COMIDA: NUEVES								TIEMPO DE COMIDA: NUEVES								TIEMPO DE COMIDA: NUEVES							
LACTEO	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ	TE EN LECHE	LACTEO	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA, BANANO, AVENA EN HOJUELAS	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA	TE EN LECHE	GALLETAS CRAKER PICADO DE VAINILLA Y FRESA CON YOGURT	LACTEO	LECHE CALIENTE (150 CC)	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON MEL	EN LA FRUTA	CAFE	LECHE	SORBETE DE CURUBA	LACTEO	CHOCOLATE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE BANANO	TE EN LECHE	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
CEREAL	GALLETA BIMTRIX (DOBLE PORCION)	MANTECADA (DOBLE PORCION)	CROISSANT (DOBLE PORCION)	PAN DE QUESO (DOBLE PORCION)	PONQUE TAJADO (DOBLE PORCION)	MANTECADA (DOBLE PORCION)	PAN DE MAZ (DOBLE PORCION)	CEREAL	GALLETAS DE LECHE (DOBLE PORCION)	PAN DE QUESO (DOBLE PORCION)	GALLETA DE AVENA (DOBLE PORCION)	GALLETA CRACKER SANDWICH (DOBLE PORCION)	MANTECADA (DOBLE PORCION)	PAN DE MAZ (DOBLE PORCION)		CEREAL	MANTECADA (DOBLE PORCION)	PAN DE MAZ (DOBLE PORCION)	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA (DOBLE PORCION)	GALLETA CRAKER	MOGOLLA (DOBLE PORCION)	MANTECADA	CEREAL	PONQUE TAJADO (DOBLE PORCION)	GALLETAS CRAKER (DOBLE PORCION)	MOGOLLA INTEGRAL (DOBLE PORCION)	TORTA NEGRA (DOBLE PORCION)	MANTECADA (DOBLE PORCION)	GALLETA CRACKER (DOBLE PORCION)	GALLETA BIMTRIX (DOBLE PORCION)
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS (MANZANA, PAPAYA) CON QUESO CAMPESINO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA Y BANANO	MANDARINA	FRUTA	FRESAS PICADAS CON CREMA DE LECHE Y MEL	PICADO DE PAPAYA Y MELON	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	EN EL SORBETE	MELÓN		FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	EN EL SORBETE	FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELON	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	EN LA ENSALADA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEIN A	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DE RES EN BISTECA	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	PROTEIN A	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE RES AL CILANTRO (50 G)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA	PROTEIN A	CARNE DERES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HERBAS	ALBONDIGAS	POLLO DORADO	CARNE DE CERDO DORADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO	PROTEIN A	CARNE DE RES A LAS FINAS HERBAS	POLLO DORADO	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO AL PIMENTON	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL ASILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ BLANCO (100 GR)	ARROZ CON ARANDOLI (100 GR)	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO (100 GR)	PASTA EN SALSA (100 GR)	ARROZ CON DAMAGORA (100 GR)	CEREAL	ARROZ BLANCO (100 GR)	ARROZ BLANCO (100 GR)	ARROZ AL PEREJIL (100 GR)	ARROZ CON COCO (100 GR)	ARROZ CON DAMAGORA (100 GR)	ARROZ BLANCO (100 GR)	ARROZ BLANCO (100 GR)	CEREAL	ARROZ AL PEREJIL (100 GR)	ARROZ AL PIMENTON (100 GR)	ARROZ ATOMATADO (100 GR)	SPAGUETTIS (100 GR)	ARROZ BLANCO (100 GR)	ARROZ CON DAMAGORA (100 GR)	ARROZ BLANCO (100 GR)	CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS (100 GR)	ARROZ BLANCO (100 GR)	ARROZ AL PIMENTON (100 GR)	ARROZ CON ARANDOLI (100 GR)	ARROZ BLANCO (100 GR)
VERDUR A O ENSALA DA	PISTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA CAMPESINA	CUBOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO	ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE	VERDUR A O ENSALA DA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE A LA VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO, TOMATE, VINAGRE	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	VERDUR A O ENSALA DA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE SECA	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO CHONDRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE	VERDUR A O ENSALA DA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	ENSALADA DE TOMATE , CEBOLLA LECHUGA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA
TUBERC ULO O PLATAN	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLATANO	PLATANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA	TUBERC ULO O PLATANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLATANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLATANO	PURE DE YUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA	TUBERC ULO O PLATAN	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA	PLATANO CON QUESO Y ACIDADILLO	PLATANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA	TUBERC ULO O PLATANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURE DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	YUCA DORADA	TAJADA DE PLATANO MADURO
SOPA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACON	SOPA DE AVENA	SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE FRIJOLES	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA CARRILETA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE MAZ	SOPA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE LENTEJAS	COCIDO BOYACENSE	SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ALVERJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACON	SOPA DE CONCHITAS	ASADO
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA NUTRICIONAL	JUGO DE MANGO + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE PIÑA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE GUANABANA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE GUAYABA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE MORA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	LIMONADA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE FEIJOA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE LULO + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE MARACUYA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE MORA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE GUANABANA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	BEBIDA DE FRUTA	MARACUYA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE UVA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE LULO + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE CURUBA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	LIMONADA CON AZUCAR + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE PIÑA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE MORA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE PIÑA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE FEIJOA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE MARACUYA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	JUGO DE MORA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA	LIMONADA + COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALÓRICA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES								TIEMPO DE COMIDA: ONCES								TIEMPO DE COMIDA: ONCES								TIEMPO DE COMIDA: ONCES							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAZ	CHOCOLATE	CAFÉ	PITO DE MAZ DULCE	TE EN LECHE	CON LA FRUTA	SORBETE DE MANGO	LACTEO	COLADA DE HARINA DE PLATANO	TE EN LECHE	CON LA FRUTA	COLADA DE FECULA DE MAZ CON BANANO	ARROZ CON LECHE (100 CC)	SORBETE DE GUANABANA	COLADA DE FECULA DE MAZ CON MORA	LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PITO DE MAZ DULCE	COLADA DE AVENA CON GUYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAZ CON FRESA	LACTEO	SORBETE DE MARACUYA	COLADA DE HARINA DE PLATANO	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAZ CON MORA
CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOGOLLA		TORTA SABOR A QUESO	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO	CEREAL	CROISSANT	GALLETA DULCE	GALLETA DE AVENA	TORTA NEGRA		MANTECADA	PAN DE QUESO	CEREAL	TORTA NEGRA	PAN TAJADO BLANCO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	MANTECADA	GALLETA DE AVENA	PAN DE MAZ	CEREAL	GALLETA CRACKER S CARGORADA	PAN ROLLO		MAZ PIRA	TORTA NEGRA	GALLETA CRAKER
FRUTA	MELON PICADO	MANDARINA	MANGO	PIÑA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	PAPAYA Y MANGO PICADOS CON QUESO	EN EL SORBETE	FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA	FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRUTA	EN EL SORBETE	MANDARINA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								TIEMPO DE COMIDA: CENA								TIEMPO DE COMIDA: CENA								TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEIN A	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES	PROTEIN A	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS	PROTEIN A	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA	PROTEIN A	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTON	CARNE DE RES MECHADA BBQ	POLLO EN SALSA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDUR A O ENSALA DA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ALVERJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	VERDUR A O ENSALAD A	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	VERDUR A O ENSALA DA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	VERDUR A O ENSALA DA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERC ULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURE DE PAPA	PLATANO COCIDO	TUBERC ULO O PLATANO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON ARANDOLI	TUBERC ULO O PLATAN O	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ CON ARANDOLI	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	TUBERC ULO O PLATANO	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	PLANTA DE PLATANO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARRILETA	SOPA DE ARROZ	SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACON	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA	SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACON	SOPA CARRILETA	SOPA DE ARROZ	SOPA O CREMA	MONDONGA CHIQUITA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARRILETA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACON
BEBIDA CALIENT E	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LICHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA	BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS CON NARACUYA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LICHUVAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LICHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON MEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LICHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESAS	AROMATICA CON FRESAS
REFRIGE RIO NOCTUR NO	CAFE - MANTECADA	BEBIDA HIPERCALORI CA No. 1	YOGURT - ROSCÓN	GALLETA CRAKER + LECHE	BEBIDA HIPERCALORI CA No. 2	AVENA - MOGOLLA	BEBIDA HIPERCALORI CA No.	REFRIGE RIO NOCTUR NO	BEBIDA HIPERCALORI CA No.	CANDIL - MOJICON	EMPAREDADO DE MORA – GALLETA WAFFER	BEBIDA HIPERCALORI CA No. 5	AVENA - PAN	CHOCOLATE DE MANGUA – GALLETA SALTIN (1 u)	BEBIDA HIPERCALORI CA No. 6	REFRIGE RIO NOCTUR NO	YOGURTH - GALLETA WAFFER	BEBIDA HIPERCALORI CA No. 1	MOGOLLA GALLETA DE LECHE	FLAN - GALLETA DUCAL	BEBIDA HIPERCALORI CA No. 4	COCHE - GALLETA SALTIN CON MERMELADA (2 u)	BEBIDA HIPERCALORI CA No. 2	REFRIGE RIO NOCTUR NO	CANDIL – PAN	BEBIDA HIPERCALORI CA No. 3	JECHE TIBIA ROSCON	EMPAREDADO DE MORA – GALLETA WAFFER	BEBIDA HIPERCALORI CA No.	MOGOLLA GALLETA DE LECHE	GELATINA - GALLETA WAFFER

Elaborado por: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista Dietista PUJ - RP MND 07178

OBSERVACIONES: LAS PERSONAS MAYORES CON ESTA MODIFICACION DIETARIA RECIBEN COMPLEMENTO NUTRICIONAL Y/O BEBIDA HIPERCALORICA AL ALMUERZO Y UN REFRIGERIO NOCTURNO REFORZADO INTERCALADO CON LAS BEBIDAS HIPERCALORICAS HIPERPROTEICAS

COMUNIDAD DE CUIDADO LA MESA

BEBIDAS HIPERCALORICAS

BEBIDA HIPERCALORICA N0. 1	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 2**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 3**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 4**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 5**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 6**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 7**
COLADA DE AHUYAMA Y GUAYABA (para dos porciones) Preparar un concentrado de guayaba: 2 guayabas en ½ pocillo de agua, licuar y colar Poner a cocinar la ahuyama con canela y licuar: 60 gramos de ahuyama en 500 cc de agua Unir las dos preparaciones y cocinar a fuego medio por 15 minutos, agregar azúcar Esta preparación se puede dar fría o caliente	SORBETE DE AVENA CON FRUTA (para dos porciones) Licuar un vaso de leche, un banano, 2 cucharadas de avena en hojuelas, 2 cucharadas de leche condensada y servir	BATIDO DE AGUACATE Y PLÁTANO (para dos porciones) Licuar un aguacate, un banano, 1 vaso de leche, 1 cucharada de azúcar	BATIDO DE PLATANO Y NUECES (para dos porciones) Licuar un banano, 70 gramos de nueces, 1 cucharadita de miel, 250 cc de leche de almendras o de soya	BATIDO DE FRESAS Y YOGURT (para dos porciones) Licuar 80 gr de fresas, 300 cc de yogurt, 2 cucharadas de avena	BATIDO DE CACAHUATE (para dos porciones) Licuar 1 banano, 1 cucharada de mantequilla de maní, una cucharada de maní, 250 cc de leche	BATIDO CON HELADO (para dos porciones) Licuar 80 gr de fruta (fresa, mora, guayaba, banano), 80 gr de helado de cualquier sabor, 250 cc de leche, servir frío

convenio de asociación o contrato: Fundación Mesalud Convenio 8138						Nombre de la unidad operativa: Comunidad de Cuidado La Mesa				TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: SEMIBLANDA							año: 2024							
SEMANA 1								**SEMANA 2**								**SEMANA 3**								**SEMANA 4**							
PATRONDÍAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**PATRONDÍAS**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**PATRONDÍAS**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**PATRON/DÍAS**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO**								**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO**								**TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO**							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE	COLADA DE FECULA DE MAZ CON MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE	LACTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FECULA DE MAZ	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ	CHOCOLATE	LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TE	COLADA DE HARINA DE PLATANO	CAFE	LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAZ	LECHE	CHOCOLATE	COLADA DE PLATANO CON MORA	CAFE	COLADA DE AVENA	AGUA DE PANELA EN LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE DESMECHADA EN EL CALDO	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA DESMECHADA EN EL CALDO	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLECREMA PICADO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS	PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA DESMECHADA EN EL CALDO	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO RALLADO	CHANGUA CON HUEVO	QUESO CAMPESINO RALLADO	CALDO DE PAPA CON CARNE DESMECHADA EN EL CALDO	CHIMIL (SIN HUESOS)	PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	QUESO RALLADO Y PAPA PICADO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE DESMECHADO EN EL CALDO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS	PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE DESMECHADO EN EL CALDO	QUESO CAMPESINO RALLADO	CALDO DE PAPA CON CARNE DESMECHADO EN EL CALDO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	CHIMIL (SIN HUESOS)
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (2 u) (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN HOJALDRADO (EN LA BEBIDA)	PAN BLANDO (LICUADO EN LA BEBIDA	PAN TAJADO BLANCO (EN LA BEBIDA)	TOSTADA (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN BLANDO (LICUADO EN LA BEBIDA)	ARROZ BLANCO	CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (LICUADO EN LA BEBIDA)	ARROZ BLANCO	PAN BLANCO (LICUADO EN LA BEBIDA)	TOSTADA (EN LA CHANGUA)	PAN TAJADO (LICUADO EN LA BEBIDA)	MOGOLLA (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN BLANDO (LICUADO EN LA BEBIDA)	CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	PAN ROLLO (EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO EN LA BEBIDA	TOSTADA (EN LA CHANGUA	MOGOLLA (EN LA BEBIDA)	PAN DE MAIZ (EN LA BEBIDA	ARROZ BLANCO	CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANDO (EN LA BEBIDA)	PAN ROLLO (EN LA BEBIDA)	PAN DE MAIZ (EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO (EN LA BEBIDA)	PAN (EN LA BEBIDA)	PAN BLANDO (EN LA BEBIDA)
FRUTA	GRANADILLA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	COMPOTA DE BANANO	JUGO DE PATILLA	EN LA COLADA	JUGO DE PATILLA	FRUTA	GRANADILLA	JUGO DE PATILLA	COMPOTA DE MANGO	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PAPAYA	JUGO DE PATILLA	COMPOTA DE PAPAYA	FRUTA	COMPOTA DE FRESA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE MANGO	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	JUGO DE PATILLA	GRANADILLA	FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE MANGO	EN LA COLADA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE FRESA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES								**TIEMPO DE COMIDA: NUEVES**								**TIEMPO DE COMIDA: NUEVES**								**TIEMPO DE COMIDA: NUEVES**							
LACTEO	EN LA COMPOTA					CAFÉ		LACTEO	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE MORA, MANGO, AVENA EN HOJUELAS Y GALLETA DE AVENA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE FEIJOA	TE EN LECHE		LACTEO	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA		CAFE	LECHE	SORBETE DE CURUBA	LACTEO	CHOCOLATE	SORBETE DE MORA		TE EN LECHE	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	
CEREAL	GALLETA WAFFER (TRITURADA EN LA COMPOTA)	SORBETE DE FRESA (CON LA MANTECADA LICUADA)	SORBETE DE GUANABANA (CON EL CROISSANT LICUADO)	SORBETE DE MORA (CON EL PAN DE QUESO LICUADO)	LECHE CALIENTE (CON EL PONQUE LICUADO)	MANTECADA (EN EL CAFE)	TE EN LECHE (CON EL PAN DE MAIZ LICUADO)	CEREAL	GALLETAS DE LECHE (LICUADAS EN LA LECHE)	PAN DE QUESO (LICUADO EN EL SORBETE)	GALLETA CRACKER UNDERWOOD (LICUADA EN EL SORBETE)	MANTECADA (LICUADA EN EL SORBETE)	PAN DE MAIZ (LICUADO EN EL TE)	LICUADO DE YOGURT CON FRUTA (PAPAYA Y MELON) Y GALLETA CRAKER		CEREAL	MANTECADA (EN LA LECHE)	PAN DE MAIZ (EN EL SORBETE)	GALLETA DE AVENA (LICUADA EN LA BEBIDA	BATIDO DE YOGURT CON FRESAS Y GALLETA DE AVENA	GALLETA CRAKER (EN LA BEBIDA)	MOGOLLA (LICUADA EN LA LECHE)	MANTECADA (EN EL SORBETE)	CEREAL	PONQUE TAJADO	GALLETA CRAKER (LICUADA EN EL SORBETE)	MANTECADA	GALLETA CRACKER (LICUADA EN EL SORBETE)	BATIDO DE YOGURT CON FRESAS Y GALLETAS WAFFER
FRUTA	COMPOTA DE GUYABA CON QUESO RALLADO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	COMPOTA DE BANANO	COMPOTA DE FRESA	FRUTA	COMPOTA DE FRESA CON CREMA DE LECHE Y MIEL	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MELÓN		FRUTA	COMPOTA DE MANGO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		COMPOTA DE FRESA CON REMI DE LECHE	GRANADILLA	EN EL SORBETE	FRUTA	COMPOTA DE PERA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE FRESA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								**TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO**								**TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO**								**TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO**							
PROTEINA	CARNE DE RES GUISADA (MOLIDA)	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL (MOLIDA)	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA (MOLIDO)	POLLO EN SALSA BBQ (MOLIDO)	CARNE DE RES EN BISTECK (MOLIDA)	CARNE DE CERDO MECHADA (MOLIDA)	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA (MOLIDA)	PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARAGA (MOLIDO)	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA (MOLIDA)	CARNE DE RES AL CILANTRO (MOLIDA)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS (MOLIDO)	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES (MOLIDO)	ESMORGASBORD A EN SALSA CRIOLLA (MOLIDA)	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA (MOLIDA)	PROTEINA	CARNE DESMECHADA EN SALSA CRIOLLA (MOLIDA)	DESGRASE DE CARNE DE RES (MOLIDA)	POLLO A LAS FINAS HIERBAS (MOLIDA)	ALBONDIGAS	POLLO SUDADO MOLIDO	CARNE DE CERDO CUIDADA MOLIDA	CERDO Y RES EN EL COCIDO (MOLIDA)	PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (MOLIDA)	PECHUGA MECHADA (MOLIDA)	CARNE DE CERDO EN SALSA BARBARIAN (MOLIDO)	FILETE DE PESCADO GUISADO(MOLIDO)	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI (MOLIDA)	CARNE DE CERDO AL AJILLO (MOLIDA)	POLLO GUISADO (MOLIDO)
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON COCADA	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON DIANORA	CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON DIANORA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	CEREAL	ARROZ AL PERSIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMITADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON DIANORA	ARROZ BLANCO	CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON COCADA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	PATACON	COLIFLOR EN PURE	CALABAZA GUISADA	CUBOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	ENSALADA RICA CON LIMON Y CILANTRO EN PURE	TORTA DE DIANORA	VERDURA O ENSALADA	AGUACATE EN PURE	CALABACIN GUISADO	ROTECA DE AHUYAMA	TOTILLA DE ESPINACA	TORTILLITAS DE DIANORA	CALABAZA GUISADA	COLIFLOR EN PURE	VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE ACELGA	BROCOLI EN PURE	ROTECA DE AHUYAMA	PURÉ DE REMOLACHA	PURÉ DE ZANAHORIA	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE (EN TURE)	VERDURA O ENSALADA	ROTECA DE AHUYAMA	TORTA DE ZANAHORIA	TORTILLA DE ACELGA	CALABACIN EN PURE	PURÉ DE HINOJUELA	GUACAMOLE	TORTILLA DE ESPINACA
TUBERCULO O PLATANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA (EN PURE)	PURÉ DE PAPA	PAPA CRIOLLA GUISADA (EN PURE)	TAJADA DE PLATANO	PLATANO MADURO COCIDO (EN PURE)	PAPA EN SALSA CRIOLLA (EN PURE)	PURE DE PAPA CRIOLLA	TUBERCULO O PLATANO	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PLATANO MADURO COCIDO (EN PURE)	PAPA EN CHUPE (EN PURE)	TORTA DE PLATANO	PURE DE YUCA	PAPA AL PERSIL (EN PURE)	YUCA COCIDA (EN PURE)	TUBERCULO O PLATANO	PAPA EN PURÉ	PAPA CRIOLLA (EN PURE)	PLATANO COCIDO EN PURE	PLATANO COCIDO EN PURE	YUCA COCIDA EN PURE	PAPA AL VAPOR (EN PURE)	PAPA EN PURE	TUBERCULO O PLATANO	PAPA CRIOLLA AL PERSIL (EN PURE)	PAPA AL VAPOR (EN PURE)	PAPA SALADA (EN PURE)	PURÉ DE ARRACHA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE YUCA	PLATANO COCIDO EN PURE
SOPA O CREMA (VER OBSERVACIONES)	SOPA DE CEBADA PERLADA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MONDEJO DE RES	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACON	SOPA DE AVENA	SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE FRIJOLES (LICUADA)	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA CARMELITA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE MAZ	SOPA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE LENTEJAS	COCIDO BOYACENSE	SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ALVERJA VERDE SECA (LICUADA)	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACON	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA	BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	ALBONADA CON AZUCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES								**TIEMPO DE COMIDA: ONCES**								**TIEMPO DE COMIDA: ONCES**								**TIEMPO DE COMIDA: ONCES**							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAZ	CHOCOLATE	CAFÉ		TE EN LECHE	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MANGO	LACTEO	COLADA DE HARINA DE PLATANO	TE EN LECHE	BATIDO DE YOGURTH CON FRUTAS (FRESAS) Y GALLETAS CRAKER EN EL BATIDO	COLADA DE FECULA DE MAZ CON BANANO		SORBETE DE GUANABANA	COLADA DE FECULA DE MAZ CON MORA	LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAZ (LICUE (LICUAR EL PETO)	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAZ CON FRESA	LACTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA		CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAZ CON MORA
CEREAL	PAN ROLLO (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN BLANCO (LICUADO EN LA BEBIDA)	MOGOLLA (LICUADO EN LA BEBIDA)	PETO DE MAIZ DULCE (LICUAR EL PETO)	TORTA (LICUADO EN EL TE)	GALLETAS DE LECHE (EN LA BEBIDA)	PAN BLANDO (EN LA BEBIDA)	CEREAL	CROISSANT (EN LA BEBIDA)	GALLETA DULCE (LICUADA EN EL TE)		TORTA NEGRA (LICUADA EN LA BEBIDA)		MANTECADA (LICUADA EN EL SORBETE)	PAN DE QUESO (EN LA BEBIDA)	CEREAL	TORTA NEGRA (LICUADA EN EL SORBETE)	PAN TAJADO BLANCO (EN LA BEBIDA)		TORTA DE BANANO	MANTECADA (EN LA BEBIDA)	GALLETA DE AVENA (EN LA BEBIDA)	PAN DE MAIZ (EN LA BEBIDA)	CEREAL	GALLETA CRACKER SANCOCHADA (EN LA BEBIDA)	TORTA NEGRA	ARROZ CON LECHE	YUPI	PAN BLANCO (EN LA BEBIDA)	TORTA NEGRA (EN LA BEBIDA)	GALLETA CRAKER (EN LA BEBIDA)
FRUTA	COMPOTA DE MELÓN	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANGO	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PAPAYA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRUTA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA	COMPOTA DE FRESA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA	FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	COMPOTA DE FRESA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE FRESA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE MANGO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								**TIEMPO DE COMIDA: CENA**								**TIEMPO DE COMIDA: CENA**								**TIEMPO DE COMIDA: CENA**							
PROTEINA (VER OBSERVACIONES)	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS MOLIDA	POLLO DORADO MOLIDO	TERNERA GUISADA MOLIDA	GOULASH DE CARNE DE CERDO MOLIDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES MOLIDO	PROTEINA	FILETE DE PESCADO GUISADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO MOLIDA	POLLO A LA ANDINERA MOLIDO	CARNE DE RES MOLIDA	CARNE DE CERDO AMO MOLIDA	TERNERA ALAS FINAS HIERBAS MOLIDA	PROTEINA	POLLO GUISADO MOLIDO	LENGUA EN SALSA MOLIDA	CARNE DE RES MOLIDA	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE CERDO MOLIDA	CARNE DE RES AL CILANTRO MOLIDA	PECHUGA GRATINADA MOLIDA	PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA MOLIDA	CARNE DE RES AL PIMENTON MOLIDA	CARNE DE RES MECHADA BBQ MOLIDA	PECHUGA MECHADA MOLIDA	POLLO DORADO MOLIDO	CARNE DE RES AL CILANTRO MOLIDA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA MOLIDO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ALVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON) EN PURE	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS EN PURE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	PATACON	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE DIANORA	AGUACATE EN PURE	CALABAZA GUISADA EN PURE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	VERDURA O ENSALADA	TROTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURE DE PAPA	PLATANO COCIDO	TUBERCULO O PLATANO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMITADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AZOUZU	TUBERCULO O PLATANO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMITADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA EN PURE	ARROZ CON AZOUZU	SPAGUETTIS	ARROZ AL PERSIL	TUBERCULO O PLATANO	PURE DE PAPA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLATANO	ARROZ ATOMITADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ	SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACON	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA	SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACON	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ	SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACON
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA	BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS CON MANZANA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA	LECHE CALIENTE CON MIEL	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA CON FRESAS

Elaborado por: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista Dietista PUJ - RP MND

***OBSERVACIONES: DEPENDIENDO DE LAS NECESIDADES DE LA PERSONA MAYOR, SE LICUA LA SOPA PARA UNA MEJOR DEGLUCIÓN DE ESTA PREPARACIÓN.**
LAS PROTEÍNAS TANTO DEL ALMUERZO COMO DE LA CENA PUEDE IR LICUADAS O NO EN LA SOPA DEPENDIENDO DE LAS CONDICIONES FISIOPATOLOGICAS DE LA PERSONA MAYOR
PARA LOS SORBETES Y BATIDOS SI LA PERSONA MAYOR PUEDE DEGLUTIR EL CARBOHIDRATO SIN INCONVENIENTES SE LE PUEDE SUMINISTRAR APARTE, DE LO CONTRARIO SE LICUA

REVISIÓN Y APROBACIÓN				
FECHA		NOMBRE COMPLETO	CARGO	FIRMA
Elaboró	30/09/2024	Nancy Sánchez Duarte	Nutricionista	
Aprobó	30/09/2024	María del Pilar García Galvis	Coordinadora	