FUNDACIÓN

SOMOS HUMANOS Y COOPERAMOS

NIT : 901534777-4

EVIDENCIA 13

MINUTA DE ALIMENTOS

CONSOLIDADO DE ENTREGA EN COMEDORES PLANILLAS

FIRMAS

REGISTRO FOTOGRAFICOS

Calle 30 No. 6-22 322 310 4157 fsomoshumanos@gmail.com

	CONVENIO No. 640 DEL 2024							FUNDACION FSH SOMOS HUMANOS Y COOPERAMOS NIT : 901534777-4
	COMPLEMENTO ALIMENTARIO DE RACIÓN PREPARADA EN SITIO							
	OBJETO: MEG-74 ANUAR ESFUERZOS TECNICOS, ECONOMICOS Y HUMANOS PARA PRESTAR EL SERVICIO DE ATENCION INTEGRAL AL ADULTO MAYOR DEL MUNICIPIO DE TUNJA BOYACA-VIGENCIA 2024 DENTRO DE ESTATEGIA "SABIDURIA CON AMOR" DE LA SECRETARIA DE LA MUJER EQUIDAD DE GENERO E INCLUSION SOCIAL.							
DEPARTAMENTO		BOYACA			MUNICPIO	TUNJA		
SEMANA No. 1								
DESAYUNO								
COMPONENTES	antidad Servid	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7
LACTEO	11 onzas (260 cc)	MAICENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE	AVENA CALIENTE	COLADA DE VAINILLA	COLADA DE AVENA	TETERO
ALIMENTO PROTEÍCO	60 gr	CALDO DE PAPA CON CARNE PICADA	HUEVO COCIDO	HUEVO REVUELTOS	PORCION DE QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON MAIZ TIERNO	CALDO DE POLLO CON PAPA	HUEVOS PERICOS
CEREAL	50 gr	PAN DE QUESO	AREPA CON QUESO	PAN CHINO	MOGOLLA	TOSTADAS	GALLETAS DE SAL	PAN
FRUTA	60 gr	MANDARINA	PAPAYA	BANANO BOCADILLO	MANZANA CRIOLLA	MELON	PAPAYA	FRUTA MIXTA
REFRIGERIO MAÑANA								
LACTEO	11 onzas (300 cc)	SORBETE DE MANGO	YOGUT	JUGO DE MARACUYA	SORBETE DE GUAYABA	KUMIS	YOGUT	SORBETE DE FRESA
FRUTA	50 gr	EN EL LACTEO	MANZANA	FRESAS	BANANO	FRESAS	MANZANA	PERA
CEREAL	50 gr	ROSCON	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
ALMUERZO								
SOPA	250 cc	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO CON MAZORCA	CREMA DE CEBOLLA	SOPA DE COLICERO
ALIMENTO PROTEÍCO LEGUMINOSA	150 gr	ESPAGUETI CON CARNE MOLIDA	CERDO EN SALSA CRIOLLA	CARNE ASADA	HUEVO COCIDO	POLLO A LA CRIOLLA	CARNE EN GOLASH	POLLO DORADO
	60 gr				LENTEJAS GUISADA			
CEREAL	90 gr	EN LA PROTEINA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON MAIZ
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS	80 gr	PAPA CRIOLLA DORADA	YUCA AL VAPOR	PLATANO MELAO	PAPA EN CHUPE	PAPA BLANCA	PAPA SALADA	PURE DE PAPA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	100 gr	ENSALADA VERDE	ENSALADA MIXTA	ENSALADA ROJA	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA DE PEPINO COHOMBRO, ZANAHORIA Y TOMATE	PURE DE AHUYAMA	CALABACIN GUISADO
FRUTA	260 cc	JUGO DE MANGO	JUGO DE MORA	JIUGO DE PIÑA	JUGO DE MANZANA	LIMONADA	JUGO DE LULO	JUGO DE GUAYABA
REFRIGERIO TARDE								
LACTEO - BEBIDA FRIA O CALIENTE	11 onzas (300 cc)	YOGUTH	BEBDIA DE CANELA CON LECHE	JUGO DE LULO	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA DE FRUTAS	SORBETE DE MORA	AVENA CUBANA

	CONVENIO No. 640 DEL 2024							FUNDACION FSH SOMOS HUMANOS Y COOPERAMOS NIT : 901534777-4
	COMPLEMENTO ALIMENTARIO DE RACIÓN PREPARADA EN SITIO							
	OBJETO: MEG-74 ANUAR ESFUERZOS TECNICOS, ECONOMICOS Y HUMANOS PARA PRESTAR EL SERVICIO DE ATENCION INTEGRAL AL ADULTO MAYOR DEL MUNICIPIO DE TUNJA BOYACA-VIGENCIA 2024 DENTRO DE ESTATEGIA "SABIDURIA CON AMOR" DE LA SECRETARIA DE LA MUJER EQUIDAD DE GENERO E INCLUSION SOCIAL.							
DEPARTAMENTO		BOYACA			MUNICPIO	TUNJA		
SEMANA No. 1								
CEREAL	50 gr	MUFFI	PAN COCO	ALMOJABANA CON QUESO	GALLETAS DE DULCE	MOJICON	GALLETA DULCE	GALLETAS DE SAL
SEMANA No. 1								
CENA								
COMPONENTES	antidad Servid	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7
ALIMENTO PROTEÍCO	150 gr	TORTILLA DE HUEVOS CON VERDURAS Y PAPA	CARNE GUISADA CON VERDURAS	ALBONDILLAS A LA CRIOLLA CON VERDURAS	POLLO SALTEADO CON VERDURAS	ARROZ ORIENTAL	POLLO FRITO	CARNE EN BISTEK
CEREAL	60 gr	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	EN EL PROTEICO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	80 gr	EN EL PROTEICO	PAPA SALADA	CASQUITOS DE PAPA	CRIOLLAS DORADAS	PAPA A LA FRANCESA	PAPA FRIA	PAPA EN CASQUITOS
VERDURA FRÍA O CALIENTE	100 gr	EN EL PROTEICO	EN EL PROTEICO	EN EL PROTEICO	EN EL PROTEICO	EN EL PROTEICO	VERDURAS AL VAPOR	ZANAHORIA CON MAIZ TIERNO
FRUTA	260 cc	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	AGUA DE PANELA	AROMATICA DE FRUTAS	AGUA DE PANELA CON LIMON
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS				DOLLY CASTELLANOS BERDUGO				
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 04404 PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERINA		FECHA DE ELABORACION	4/05/2024

	CONVENIO No. 640 DEL 2024	
	COMPLEMENTO ALIMENTARIO DE RACIÓN PREPARADA EN SITIO	
	OBJETO: MEG-74 ANUAR ESFUERZOS TECNICOS, ECONOMICOS Y HUMANOS PARA PRESTAR EL SERVICIO DE ATENCION INTEGRAL AL ADULTO MAYOR DEL MUNICIPIO DE TUNJA BOYACA-VIGENCIA 2024 DENTRO DE ESTATEGIA "SABIDURIA CON AMOR" DE LA SECRETARIA DE LA MUJER EQUIDAD DE GENERO E INCLUSION SOCIAL.	FUNDACION FSH SOMOS HUMANOS Y COOPERAMOS NIT : 901534777-4

DEPARTAMENTO		BOYACA			MUNICPIO	TUNJA		
SEMANA No. 2								
DESAYUNO								
COMPONENTES	Cantidad Servida	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14
LACTEO	11 onzas (260 cc)	TETERO	CHOCOLATE	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	MAICENA	CHOCOLATE	TETERO
ALIMENTO PROTEÍCO	60 gr	HUEVO COCIDO	CALDO DE HUEVO CON PAPA	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	AREPA RELLENA DE POLLO	HUEVO COCIDO	CALDO DE CARNE CON PAPA	HUEVOS CON MAIZ
CEREAL	50 gr	PAN ROLLO	AREPA ASADA	PAN		MOGOLLA	GALLETAS DE SAL	PAN COCO
FRUTA	60 gr	PAPAYA	BANANO BOCADILLO	MANDARINA	MELON	FRUTA PICADA	BANANO BOCADILLO	MIX DE FRUTA
REFRIGERIO MAÑANA								
LACTEO - BEBIDA FRIA O CALIENTE	11 onzas (300 cc)	SORBETE DE FRESA	CHOCILISTO	KUMIS	YOGUTH	JUGO DE GUAYABA	SORBETE DE CURUBA	AROMATICADE FRUTAS
FRUTA	50 gr	EN EL LACTEO	BANANO	PERA	DURAZNO	PAPAYA	MANDARINA	SANDIA
CEREAL	50 gr	GALLETA DULCE						
ALMUERZO								
SOPA	250 cc	SOPA DE SIETE GRANOS	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CAZUELA DE FRIJOL	SOPA DE COLICERO	SOPA DE ARROZ	SOPA DE MONDONGO
ALIMENTO PROTEÍCO LEGUMINOSA	150 gr	POLLO A LA CRIOLLA	CARNE EN BISTECK	PERNIL DE POLLO A LA CRIOLLA	PATICAS DE CERDO	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	GOULASH	CARNE DESMECHADA ESTILO PICILLO
	60 gr				EN LA SOPA			
CEREAL	90 gr	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	EN LA PROTEINA	ARROZ FIDEOS	ARROZ BLANCO
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS	80 gr	PAPA AL PEREJIL	PAPA AL VAPOR	PURE DE PAPA	TAJADAS DE PLATANO FRITAS	YUCA DORADA	PAPA CON ESPINACA	PAPA AL PEREJIL
VERDURA FRÍA O CALIENTE	100 gr	PEPINO CON HUEVO	ENSALDA MIXTA	ENSALDA DE TOMATE LECHUA Y CEBOLLA	ENSALADA VERDE	EN EL CEREAL	ENSALADA MIXTA	BROCOLI AL NATURAL
FRUTA	260 cc	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE LULO	JUGO DE FRESA	LIMONADA
SEMANA No. 2								
REFRIGERIO TARDE								
COMPONENTES	Cantidad Servida	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14
LACTEO	11 onzas (300 cc)	REFRESCO DE MAICENA	YOGUTH	JUGP DE FRESA	ARROZ CON LECHE	JUGO DE PIÑA	KUMIS	SALPICON CON QUESO RAYADO

	CONVENIO No. 640 DEL 2024							FUNDACION FSH SOMOS HUMANOS Y COOPERAMOS NIT : 901534777-4
	COMPLEMENTO ALIMENTARIO DE RACIÓN PREPARADA EN SITIO							
	OBJETO: MEG-74 ANUAR ESFUERZOS TECNICOS, ECONOMICOS Y HUMANOS PARA PRESTAR EL SERVICIO DE ATENCION INTEGRAL AL ADULTO MAYOR DEL MUNICIPIO DE TUNJA BOYACA-VIGENCIA 2024 DENTRO DE ESTATEGIA "SABIDURIA CON AMOR" DE LA SECRETARIA DE LA MUJER EQUIDAD DE GENERO E INCLUSION SOCIAL.							
DEPARTAMENTO		BOYACA			MUNICPIO	TUNJA		
CEREAL	50 gr	MOJICON	MANTECADA	GALLETA DE SAL	GALLETA DULCE	GALLETA DE SAL	TORTA DE CIRUELAS	GALLETA DULCE
CENA								
ALIMENTO PROTEÍCO	150 gr	CARNE DE RES CON VERDURAS SALTEADA	TORTILLA DE HUEVOS	CARNE MOLIDA CON VERDURAS	POLLO AL HORNO	SPAGUETTIS CON POLLO Y VERDURA	SANDWICH DE POLLO Y VERDURAS	GARNE GUISADA CON VERDURAS
CEREAL	60 gr	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ	EN EL PROTEICO		
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	80 gr	PAPA DORADA AL HORNO		EN LA VERDURA	PAPA AL PEREJIL	PAN TAJADO	PAPA EN CASQUITOS	AREPA ASADA CON QUESO
VERDURA FRÍA O CALIENTE	100 gr	EN EL PROTEICO	CALABACIN GUISADO	EN EL PROTEICO	VERDURA TRADICIONAL	EN EL PROTEICO	EN EL PROTEICO	EN EL PROTIECO
FRUTA	100 gr(260cc)	JUGO DE MANGO	AROMATICA DE FRUTAS	JUGO DE MORA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	LIMONADA	JUGO DE DURAZNO	AGUA DE PANELA CON LIMON
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS				DOLLY CASTELLANOS BERDUGO				
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 04404 PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERINA		FECHA DE ELABORACION	4/05/2024

CONVENIO No. 640 DEL 2024

COMPLEMENTO ALIMENTARIO DE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

OBJETO: MEG-74 ANUAR ESFUERZOS TECNICOS, ECONOMICOS Y HUMANOS PARA PRESTAR EL SERVICIO DE ATENCION INTEGRAL AL ADULTO MAYOR DEL MUNICIPIO DE TUNJA BOYACA-VIGENCIA 2024 DENTRO DE ESTATEGIA "SABIDURIA CON AMOR" DE LA SECRETARIA DE LA MUJER EQUIDAD DE GENERO E INCLUSION SOCIAL.

Alcaldía Mayor de Tunja

FUNDACIÓN FSH SOMOS HUMANOS Y COOPERAMOS

NIT : 901534777-4

DEPARTAMENTO	BOYACA	MUNICPIO	TUNJA

SEMANA No. 3

DESAYUNO

COMPONENTES	Cantidad Servida	MENÚ No. 15	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20	MENÚ No. 21
LACTEO	11 onzas (260 cc)	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE	TETERO	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE	TETERO	COLADA DE FRESA
ALIMENTO PROTEÍCO	60 gr	HUEVOS PERICOS (TOMATE Y CEBOLLA)	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS CON MAIZ TIERNO	HUEVO COCIDO	HUEVOS REVUELTOS	PORCION DE QUESO	CHANGUA
CEREAL	50 gr	PAN	AREPA ASADA	PAN ROLLITO	PAN	TOSTADAS	AREPA ASADA	PAN
FRUTA	60 gr	PAPAYA	BANANO BOCADILLO	MELON	MANDARINA	PAPAYA	FRUTA MIXTA	PIÑA

REFRIGERIO MAÑANA

LACTEO	11 onzas (300 cc)	KUMIS	SORBETE DE BANANO	JUGO DE FRESAS	SORBETE DE MARACUYA		SORBETE DE MORA	YOGUTH
FRUTA	50 gr	MANDARINA	N/A	BANANO BOCADILLO	PERA	SALPICON CON QUESO RAYADO	MANDARINA	MANZANA
CEREAL	50 gr	N/A	GALLETAS DE SAL	N/A	N/A	GALLETA DULCE	N/A	

ALMUERZO

SOPA	250 cc	CREMA DE ESPINACAS	MUTE	SOPA DE CEBADA	MAZAMORRA CHIQUITA	SOPA DE AVENA	CREMA DE AHUYAMA	ESTOFADO DE GARBAN CON CALLO
ALIMENTO PROTEÍCO LEGUMINOSA	150 gr	POLLO EN SALSA BECHAMEL	HIGADO ENCEBOLLADO	ALBONDIGAS EN SALSA	ARROZ ATOLLADO	CERDO A LA PLANCHA	ESPAGUETTIS CON POLLO Y VERDURAS	EN LA SOPA
	60 gr							EN LA SOPA
CEREAL	90 gr	ESPAGUETIS EN LECHE	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	EN EL PROTEICO	ARROZ BLANCO	EN EL PROTEICO	ARROZ CON ZANAHOF
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS	80 gr	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA GUISADA	YUCA AL VAPOR	TORTA DE PLATANO	PAPA SALADA	PAPA A LA FRANCESA	PAPA AL PEREJIL
VERDURA FRÍA O CALIENTE	100 gr	ENSALADA CRIOLLA	ENSALADA REPOLLO	ENSALADA DE ESPINACAS, ZANAHORIA Y MANGO	ENSALADA MIXTA	VERDURA CALIENTE CON CHAMPIÑONES	EN EL PROTEICO	ACELGAS SALTEADAS
FRUTA	260 cc	JUGO DE PIÑA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE FRESA	JUGO DE MORA	JUGO DE LULO	JUGO DE FRESA	JUGO DE MARACUYA

Alcaldía Mayor de Tunja	**CONVENIO No. 640 DEL 2024** COMPLEMENTO ALIMENTARIO DE RACIÓN PREPARADA EN SITIO OBJETO: MEG-74 ANUAR ESFUERZOS TECNICOS, ECONOMICOS Y HUMANOS PARA PRESTAR EL SERVICIO DE ATENCION INTEGRAL AL ADULTO MAYOR DEL MUNICIPIO DE TUNJA BOYACA-VIGENCIA 2024 DENTRO DE ESTATEGIA "SABIDURIA CON AMOR" DE LA SECRETARIA DE LA MUJER EQUIDAD DE GENERO E INCLUSION SOCIAL.							FUNDACIÓN FSH SOMOS HUMANOS Y COOPERAMOS NIT : 901534777-4
DEPARTAMENTO	BOYACA			MUNICPIO	TUNJA			
SEMANA No. 3								
SEMANA No. 3								
REFRIGERIO TARDE								
COMPONENTES	Cantidad Servida	MENÚ No. 15	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20	MENÚ No. 21
LACTEO - BEBIDA FRIA O CALIENTE	11 onzas (300 cc)	BEBIDA DE CANELA CON QUESO EN PORCION	YOGURT	AROMATICA DE FRUTAS	CHOCOLISTO	KUMIS	JUGO DE MORA	AROMATICA DE FRUTA
CEREAL	50 gr	PAN LECHE	GALLETA DULCE	AREPA CON QUESO	PAN DE BONO	MOJICON	TORTA DE VAINILLA	ALMOJABANA CON QUE
CENA								
ALIMENTO PROTEÍCO	150 gr	EN LA VERDURA	TORTILLA DE HUEVO	JULIANAS DE POLLO SALTEADAS CON VERDURA	ESPAGUETTIS A LA BOLOÑESA	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	TORTILLA DE ESPINACAS	POLLO EN SALSA CRIOL
CEREAL	60 gr	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	EN EL PROTEICO	EN LA PROTEINA	ARROZ BLANCO	CONCHITAS DE PAST.
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	80 gr	EN LA VERDURA		TAJADAS DE PLATANO	PAN TAJADO	PAPA A LA FRANCESA	TAJADAS DE PLATANO FRTAS	PAPA FRITA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	100 gr	ENSALDA RUSA CON POLLO Y PAPA	PURE DE AHUYAMA	EN EL PROTEICO	RODAJAS DE TOMATE	EN LA PROTEINA	EN LA PROTEINA	ENSALADA MIXTA
FRUTA	100 gr	AROMATICA	AROMATICA DE PIÑA	JUGO DE MORA	JUGO DE MANZANA	LIMONADA	JUGO DE MANGO	AGUA DE PANELA CON LIMON
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS				DOLLY CASTELLANOS BERDUGO				
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 04404 PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERINA		FECHA DE ELABORACION	4/05/2024

	CONVENIO No. 640 DEL 2024							FUNDACION FSH SOMOS HUMANOS Y COOPERAMOS NIT : 901534777-4
	COMPLEMENTO ALIMENTARIO DE RACIÓN PREPARADA EN SITIO							
	OBJETO: MEG-74 ANUAR ESFUERZOS TECNICOS, ECONOMICOS Y HUMANOS PARA PRESTAR EL SERVICIO DE ATENCION INTEGRAL AL ADULTO MAYOR DEL MUNICIPIO DE TUNJA BOYACA-VIGENCIA 2024 DENTRO DE ESTATEGIA "SABIDURIA CON AMOR" DE LA SECRETARIA DE LA MUJER EQUIDAD DE GENERO E INCLUSION SOCIAL.							
DEPARTAMENTO	BOYACA			MUNICPIO	TUNJA			
SEMANA No. 4								
DESAYUNO								
COMPONENTES	Cantidad Servida	MENÚ No. 22	MENÚ No. 23	MENÚ No. 24	MENÚ No. 25	MENÚ No. 26	MENÚ No. 27	MENÚ No. 28
LACTEO	11 onzas (260 cc)	AGUA DE PANELA CON LECHE	CHOCOLATE	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	COLADA DE VAINILLA	CHOCOLATE	CAFÉ CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	60 gr	CHANGUA	HUEVOS CON MAIZ TIERNO	HUEVO COCIDO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS	CALDO DE POLLO CON PAPA	QUESO EN PORCION
CEREAL	50 gr	PAN LECHE	PAN TAJADO	PAN	PAN ROLLITO	PAN	AREPA DE MAIZ	TOSTADAS
FRUTA	60 gr	PAPAYA	FRUTA PICADA	MANDARINA	MELON	BANANO BOCADILLO	FRUTA MIXTA	BANANO
REFRIGERIO MAÑANA								
LACTEO - BEBIDA FRIA O CALIENTE	11 onzas (300 cc)	SORBETE DE FRESA	JUGO DE PIÑA	SORBETE DE BANANO	YOGUTH	KUMIS	JUGO DE MANGO	AROMATOCA CON FRUTAS
FRUTA	50 gr	EN EL LACTEO	NARANJA	PAPAYA	BANANO	FRESAS	EN EL LACTEO	SANDIA
CEREAL	50 gr	GALLETA DE AVENA Y FRUTA	N/A	N/A	N/A	N/A	ALMOJABANA CON QUESO	
ALMUERZO								
SOPA	250 cc	CUCHUCO DE CEBADA	MONDONGO	SOPA DE LETRAS	SANCOCHITO CON AHUYAMA	SOPA DE LENTEJAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE ARROZ
ALIMENTO PROTEÍCO LEGUMINOSA	150 gr	CHURRASQUITO	POLLO EN SALSA CRIOLLA	CARNE MECHADA	POLLO A LA CRIOLLA	CARNE GUISADA	ARROZ CON POLLO	POLLO A LA CRIOLLA
	60 gr					EN LA PROTEINA		
CEREAL	90 gr	ARROZ BLANCO	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	EN LA PROTEINA	ARROZ BLANCO
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS	80 gr	PAPA CHORIADA	PAPA AL VAPOR	PLATANO AL HORNO	PAPA SALADA	PAPA SALADA	YUCA DORADA	PAPA AL PEREJIL
VERDURA FRÍA O CALIENTE	100 gr	ENSALADA MIXTA	ENSALADA ROJA	PURE DE COLIFLOR	EN LA PROTEINA	CALABACIN GUISADO	EN EL CEREAL	BROCOLI AL NATURAL
FRUTA	260 cc	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	LIMONADA
SEMANA No. 4								
REFRIGERIO TARDE								

	CONVENIO No. 640 DEL 2024							FUNDACION FSH SOMOS HUMANOS Y COOPERAMOS NIT : 901534777-4
	COMPLEMENTO ALIMENTARIO DE RACIÓN PREPARADA EN SITIO							
	OBJETO: MEG-74 ANUAR ESFUERZOS TECNICOS, ECONOMICOS Y HUMANOS PARA PRESTAR EL SERVICIO DE ATENCION INTEGRAL AL ADULTO MAYOR DEL MUNICIPIO DE TUNJA BOYACA-VIGENCIA 2024 DENTRO DE ESTATEGIA "SABIDURIA CON AMOR" DE LA SECRETARIA DE LA MUJER EQUIDAD DE GENERO E INCLUSION SOCIAL.							
DEPARTAMENTO	BOYACA			MUNICPIO	TUNJA			
SEMANA No. 4								
COMPONENTES	Cantidad Servida	MENÚ No. 22	MENÚ No. 23	MENÚ No. 24	MENÚ No. 25	MENÚ No. 26	MENÚ No. 27	MENÚ No. 28
LACTEO	11 onzas (300 cc)	REFRESCO DE MAICENA	CHOCOLATE	KUMIS	ARROZ CON LECHE	JUGO DE FRESA	YOGUTH	SORBETE DE GUAYABA
CEREAL	50 gr	MOJICON	GALLETAS DULCES	MANTECADA	GALLETA DE SAL	GALLETAS DUCALES	TORTA DE NARANJA	PAN CANELA
CENA								
ALIMENTO PROTEÍCO	150 gr	EN LA VERDURA	CHOW FAN DE POLLO	RES EN JULIANAS SALTEADAS CON VERDURAS	POLLO AL HORNO	TORTILLA DE HUEVO CON VERDURAS	ESTOFADO DE RES CON VERDURAS	SANDWICH DE CARNE MECHADA
CEREAL	60 gr	ARROZ BLANCO	EN LA PROTEINA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON VERDURAS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	80 gr	EN LA VERDURA	PAPA FRITA	PAPA A LA FRANCESA	PAPA FRITA	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PAPA DORADA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	100 gr	PEPINO DE GUISO CON PAPA Y HUEVO	EN LA PROTEINA	EN LA PROTEINA	EN EL CEREAL	EN EL PROTEICO	EN EL PROTIECO	PICO DE GALLO DE GUATILA
FRUTA	100 gr	AGUA DE PANELA CON LIMON	JUGO DE MANGO	JUGO DE MORA	LIMONADA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	AGUA DE PANELA CON LIMON	AROMATICA
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS				DOLLY CASTELLANOS BERDUGO				
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 04404 PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERINA		FECHA DE ELABORACION	4/05/2024