Programa o Proyecto: Primera infancia
Sub-Proyecto: HCB

Nombre EAS: Fuerza y Desarrollo

Unidad de Servicio:

GRUPO ÉTNICO : **Indígena ___** **(étnia _____)** **Afro ____ Raizal ___** **Rrom ___** **Sin pertenencia Étnica __X_**

GRUPO DE EDAD: 4 a 5 años

SEMANA No. 2					
COMPONENTE	**DÍA 6**	**DÍA 7**	**DÍA 8**	**DÍA 9**	**DÍA 10**
REFRIGERIO REFORZADO					
Lácteo	Agua de panela con leche	Colada de bienestarina sabor a chocolate	Cocoa en leche con bienestarina	Bebida chocolatada en leche	Colada de bienestarina en leche
Cereal	Arepa de maíz asada	Galletas de soda	Plátano maduro asado	Arroz	Galletas de soda
Carne, huevos o queso	Quesito	Huevo cocido	Quesito	Huevo revuelto	Huevo revuelto
Fruta	Sandía en trozos	Guayaba madura en trozos	Mandarina en cascos	Mango en trozos	Piña en trozos
ALMUERZO					
Verduras	Ensalada cocida de zanahoria y remolacha	cubitos de auyama y pepino caramelizados	Ensalada de repollo y manzana con vinagreta dulce	Ensalada de lechuga, pepino cohombro con vinagreta de mango	Ensalada de tomate y zanahoria en cascos, con vinagreta de cilantro
Cereal	Arroz con zanahoria	Arroz blanco	Arroz verde	Espaguetis	Arroz blanco
Tubérculos, raices o plátanos	Puré de papa	Patacón	Moneditas de plátano	tortas de papa y bienestarina	Platano maduro en tajada
Carnes	Pollo cocido	Menudencias salteadas	Carne de cerdo sofrita	Pollo guisado en trozos	Carne de cerdo asada
Leguminosas	N/A	N/A	N/A	N/A	Lentejas guisadas
Jugo	Jugo tropical	Jugo de tomate de arbol	Jugo de piña	Limonada natural	Jugo de guayaba
Fruta entera	Banano en trozos	Mandarina en cascos	Mango en ensalada	Naranja en rodajas	Sandia en trozos
REFRIGERIO DE LA TARDE					
Lácteo	Colada de bienestarina	Leche líquida	Arroz con leche y bienestarina	Refresco de bienestarina	Leche liquida
Cereal	Tostada	Galleta limoncita		Galletas tipo leche	Croissant
Fruta	Naranja en rodajas	Papaya en trozos	Sandia en trozos	Banano en trozos	Mandarina

Elizabeth Cifuentes Marín
Nutricionista Dietista EAS
T.P. MND 04107

Nutricionista Dietista ICBF
T.P. 53560-06

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO A LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012