ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

FORMATO DERIVACIÓN DE MENU

FORMATO NO CONTROLADO

Convenio de Asociación o Contrato : 8479 - 2024 **Nombre de la unidad operativa: HOGAR SAN JOSE SARAMITA** **Tipo de dieta: HIPOGLUCIDA** **Año: 2024**

SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (MAICENA) SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCULO	PAN INTEGRAL	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL	PAN BLANDO INTEGRAL	ARROZ BLANCO
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA	MANDARINA	MELON PICADO	EN LA COLADA	UVAS
NUEVES							
LACTEO	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA SIN AZUCAR	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR	SORBETE DE MORA SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE CON CANELA	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR
CEREAL	GALLETA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	GALLETA INTEGRAL	PAN BLANDO INTEGRAL	GALLETA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	PAN INTEGRAL
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA Y MELÓN	MANDARINA
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO EN SALSA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	TAJADA DE AGUACATE	ENSALADA PICO DE GALLO
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 PATACÓN	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON STEVIA	JUGO DE MANGO SIN AZUCAR	JUGO DE PIÑA SIN AZUCAR	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	JUGO DE TOMATE DE ARBOL BAJO EN DULCE	JUGO DE MORA SIN AZUCAR
ONCES							
LACTEO	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	PETO DE MAIZ	TE EN LECHE SIN AZUCAR	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO SIN AZUCAR
CEREAL	PAN INTEGRAL	AREPA	MOGOLLA INTEGRAL		TORTA SABOR A QUESO	GALLETA INTEGRAL	PAN BLANDO INTEGRAL
FRUTA	MELÓN PICADO	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	FRUTA PICADA CON QUESO	EN EL SORBETE
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	COLOMBINA DE POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL BAJA EN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO BAJA EN AZUCAR	LECHE CALIENTE	TÉ EN LECHE SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA BAJA EN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA BAJA EN AZUCAR	LECHE CALIENTE CON CANELA

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 2							
PATRÓN/DÍAS	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR	CAFÉ EN LECHE SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN INTEGRAL	ARROZ BLANCO	AREPA	PAN INTEGRAL		MOGOLLA INTEGRAL	PAN INTEGRAL
FRUTA	GRANADILLA	MELON PICADO	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PAPAYA PICADA
NUEVES							
LACTEO	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA SIN AZUCAR	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	TÉ EN LECHE SIN AZUCAR	CON LA FRUTA
CEREAL	GALLETA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	GALLETA INTEGRAL	PAN BLANDO INTEGRAL	GALLETA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	PAN INTEGRAL
FRUTA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE MANAZANA Y MELÓN CON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE FRIJOLES	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA CARMELITA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	LIMONADA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE GUAYABA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE LULO CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE MARACUYA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE MORA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE GUANABANA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL
ONCES							
LACTEO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	TE EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	EN LA ENSALADA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	ARROZ CON LECHE CON PANELA	SORBETE DE GUANABANA SIN DULCE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL
CEREAL	CROISSANT	GALLETA INTEGRAL	GALLETA AVENA	TORTA BAJA EN DULCE		PAN INTEGRAL	TORTA BAJA EN DULCE
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COCOA EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

Diana M. Carvajal

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 3							
PATRÓN/DÍAS	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
DESAYUNO							
LACTEO	COLADA DE AVENA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COCOA EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	CAFÉ CON LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COCOA EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	TÉ EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	CAFÉ CON LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	PAN INTEGRAL		PAN INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	MELON PICADO	GRANADILLA
NUEVES							
LACTEO	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYÁ CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	BATIDO DE GUANÁBANA SIN AZUCAR	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL
CEREAL	GALLETA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	GALLETA INTEGRAL	PAN BLANDO INTEGRAL	GALLETA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN INTEGRAL
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	EN EL SORBETE
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	POLLO DORADO (COLOMBINA)	CARNE DE CERDO DORADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	ENSALADA PICO DE GALLO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	EN EL COCIDO BOYACENSE
SOPA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE LENTEJAS	COCIDO BOYACENSE
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE LULO CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE CURUBA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	LIMONADA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE PIÑA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE MORA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL
ONCES							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COCOA EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	PETO DE MAIZ	COLADA DE AVENA CON GUAYABA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	SORBETE DE GUANABANA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	SORBETE DE MANGO CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL
CEREAL	PAN INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	MANTECADA	GALLETA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	MANDARINA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEÍNA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLÍ	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 4							
PATRÓN/DÍAS	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	LECHE CALIENTE	COCOA EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	CAFÉ CON LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COLADA DE AVENA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COCOA EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANDO INTEGRAL	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA
NUEVES							
LACTEO	COCOA EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	SORBETE DE MORA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	BATIDO DE BANANO CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	TE EN LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	SORBETE DE CURUBA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	KUMIS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
CEREAL	GALLETA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN BLANDO INTEGRAL	GALLETA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN INTEGRAL
FRUTA	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO (COLOMBINA)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO (PIERNA)
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA
SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE PIÑA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE GUAYABA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE MARACUYA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE MORA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	LIMONADA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL
ONCES							
LACTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	SORBETE DE GUANABANA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	ARROZ CON LECHE CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	FLAN	CANDIL CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	SORBETE DE CURUBA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL
CEREAL	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETA INTEGRAL			MAIZ PIRA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	MOGOLLA INTEGRAL
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	PECHUGA DE POLLO DORADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
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	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLÁTANO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES SIN AZUCAR CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR	LECHE DESLACTOSADA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZUCAR	AROMATICA CON FRESAS SIN AZUCAR

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

FORMATO DERIVACIÓN DE MENU

FORMATO NO CONTROLADO

Convenio de Asociación o Contrato : 8479 - 2024 **Nombre de la unidad operativa: HOGAR SAN JOSE SARAMITA** **Tipo de dieta: HIPOCALORICA** **Año: 2024**

SEMANA 1

PATRÓN	1	2	3	4	5	6	7
DESAYUNO							
BEBIDA LACTEA	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (MAICENA) SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO REVUELTOS	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCULO	PAN INTEGRAL	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL	PAN BLANDO INTEGRAL	PAN BLANDO INTEGRAL
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA	MANDARINA	MELON PICADO	EN LA COLADA	UVAS
NUEVES							
LACTEO	EN LA ENSALADA	EN EL SORBETE	YOGURT SIN DULCE	QUESO CAMPESINO	YOGURT SIN DULCE	YOGURT SIN DULCE	YOGURT SIN DULCE
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	SORBETE DE FRESA SIN AZUCAR	MELON PICADO	PATILLA PICADA	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA Y MELÓN	MANDARINA
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUIISADA	CARNE DE CERDO EN SALSA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	TAJADA DE AGUACATE	ENSALADA PICO DE GALLO
SOPA O CREMA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE MANGO SIN AZUCAR	JUGO DE PIÑA SIN AZUCAR	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA SIN AZUCAR
PATRÓN	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
ONCES							
FRUTA	MELÓN PICADO CON YOGURT	MANDARINA	MANGO PICADO CON QUESO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	FRUTA PICADA CON QUESO	MANZANA PICADA
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	COLOMBINA DE POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZUCAR	LECHE DESLACTOSADA CALIENTE	TÉ EN LECHE SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZUCAR	LECHE DESLACTOSADA CALIENTE CON CANELA

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 2							
PATRÓN	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR	CAFÉ EN LECHE SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN INTEGRAL	ARROZ BLANCO	AREPA	PAN INTEGRAL		MOGOLLA INTEGRAL	PAN INTEGRAL
FRUTA	GRANADILLA	MELON PICADO	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PAPAYA PICADA
NUEVES							
FRUTA	FRESA PICADA CON YOGURT	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	UVAS	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	MANDARINA	PATILLA PICADA	PICADO DE MANAZANA Y MELÓN
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
SOPA O CREMA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO SIN AZUCAR	LIMONADA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	JUGO DE LULO SIN AZUCAR	JUGO DE MARACUYA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE MORA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR
PATRÓN	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
ONCES							
FRUTA	PAPAYA PICADA CON QUESO CAMPESINO	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	MANGO PICADO CON QUESO	FRESA PICADA CON YOGURT	UVAS	MELON PICADO CON QUESO
CENA							
PROTEINA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA D FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZUCAR	LECHE DESLACTOSADA CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 3							
PATRÓN	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
DESAYUNO							
LACTEO	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	TÉ EN LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR
PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	PAN INTEGRAL		CALADO EN LA CHANGUA	MOGOLLA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	MELON PICADO	GRANADILLA
NUEVES							
FRUTA	MANGO PICADO CON QUESO	MANDARINA	MELON PICADO CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO	FRESA PICADA CON YOGURT	GRANADILLA	PATILLA PICADA
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	POLLO DORADO (COLOMBINA)	CARNE DE CERDO GUISADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	ENSALADA PICO DE GALLO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	EN EL COCIDO BOYACENSE
SOPA O CREMA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA	PORCION DE FRUTA DEL DÍA
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA SIN AZUCAR	JUGO DE LULO SIN AZUCAR	JUGO DE CURUBA SIN AZUCAR	LIMONADA CON ENDULZANTE ARTIFICIAL	JUGO DE PIÑA SIN AZUCAR	JUGO DE MORA SIN AZUCAR
PATRÓN	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
ONCES							
FRUTA	BANANO	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	MANDARINA	MELON PICADO	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO
CENA							
PROTEINA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ENSALADA CAMPESINA	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ARROZ ATOMATADO	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
TUBERCULO O PLÁTANO	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZUCAR	LECHE DESLACTOSADA CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 4							
PATRÓN	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
DESAYUNO							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANDO INTEGRAL	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	MOGOLLA INTEGRAL
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA
NUEVES							
FRUTA	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN CON QUESO CAMPESINO	UVAS	MANDARINA	FRESA PICADA CON YOGURT	PATILLA PICADA	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO (COLOMBINA)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO (PIERNA)
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA
SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO SIN AZUCAR	JUGO DE PIÑA SIN AZUCAR	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	JUGO DE MARACUYA SIN AZUCAR	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR	JUGO DE MORA SIN AZUCAR	LIMONADA CON STEVIA
PATRÓN	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
ONCES							
FRUTA	UVAS	MANDARINA	FRESA PICADA CON YOGURT	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO CON QUESO	MELON PICADO	MANGO PICADO
CENA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ	POLLO EN SALSA (COLOMBINA)	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
CEREAL O TUBERCULO	PAPA CHALEQUEADA	ARROZ CON ZANAHORIA	PLATANO COCIDO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES SIN AZUCAR CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR	LECHE DESLACTOSADA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZUCAR	AROMATICA CON FRESAS SIN AZUCAR

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

FORMATO DERIVACIÓN DE MENU

FORMATO NO CONTROLADO

Convenio de Asociación o Contrato : 8479 - 2024 **Nombre de la unidad operativa: HOGAR SAN JOSE SARAMITA** **Tipo de dieta: HIPERCALORICA E HIPERPROTEICA** **Año: 2024**

SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (MAICENA)	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS PERICOS (doble porción)	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO REVUELTOS CON JAMON (doble porción)	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS (doble porción)
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN QUESO	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
NUEVES							
LACTEO	YOGURT	SORBETE DE FRESA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	SORBETE DE GUANABANA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	SORBETE DE MORA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	LECHE CALIENTE + AVENA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	CAFÉ CON LECHE + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	TE EN LECHE
CEREAL	GALLETA WAFER	MATECADA	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUÉ TAJADO	MANTECADA	PAN DE MAIZ CON BOCADILLO
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA Y BANANO	MANDARINA
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA (1 1/2 porción)	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL (1 1/2 porción)	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA (1 1/2 porción)	POLLO EN SALSA BBQ (1 1/2 porción)	CARNE DE RES EN BISTECK (1 1/2 porción)	CARNE DE CERDO MECHADA (1 1/2 porción)	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA (1 1/2 porción)
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	TAJADA DE AGUACATE	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA
SOPA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE CONCHITAS + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE VERDURAS + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE PAJARILLA + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE PATACÓN + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE AVENA + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA
ONCES							
LACTEO	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	CHOCOLATE EN LECHE + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	CAFÉ CON LECHE + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	PETO DE MAIZ DULCE CON QUESO RALLADO	TE EN LECHE + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO + 1 Cda DE LECHE EN POLVO
CEREAL	PAN ROLLO	AREPA CON MANTEQUILLA	MOGOLLA INTEGRAL CON QUESO CREMA		TORTA SABOR A QUESO	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO CON QUESO CREMA
FRUTA	MELÓN PICADO CON QUESO DOBLE CREMA	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA CON	FRUTA PICADA CON QUESO Y LECHE CONDENSADA	EN EL SORBETE
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	COLOMBINA DE POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE FIDEOS + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE AHUYAMA + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE AVENA + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE GUINEO + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA CARMELITA + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE ARROZ + 1 Cda DE ACEITE DE OLIVA
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA
REFRIGERIO NOCTURNO							
BEBIDA LACTEA	COCOA EN LECHE	CAFÉ EN LECHE	TE EN LECHE	AVENA EN LECHE	TETERO	COLADA DE PLATANO VERDE CASERA	LECHE CON MIEL
CEREAL REFORZADO	PAN INTEGRAL	AREPA PEQUEÑA	QUESADILLAS	AREPUELA CON BOCADILLO	SANDWICH	TORTILLA DE HARINA CON QUESO	MOGOLLA NEGRA

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 2							
PATRÓN/DÍAS	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA (Doble porción)	QUESO CAMPESINO (Doble porción)	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO (Doble porción)	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	ARROZ BLANCO	AREPA CON MANTEQUILLA	TOSTADAS EN LA CHANGUA		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA CON MANTEQUILLA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA CON LECHE CONDENSADA	PAPAYA PICADA
NUEVES							
LACTEO	LECHE CALIENTE + 1 Cda DE AVENA	CUAJADA (Doble porción)	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	YOGURT	SORBETE DE FEIJOA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
CEREAL	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETA AVENA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	MANTECADA	PAN DE MAIZ CON QUESO CREMA	GALLETAS CRAKER CON BOCADILLO
FRUTA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA (1 1/2 porción)	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA (1 1/2 porción)	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO (1 1/2 porción)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS (1 1/2 porción)	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES (1 1/2 porción)	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA (1 1/2 porción)	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA (1 1/2 porción)
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLÁTANO	PURÉ DE YUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE FRIJOLES	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA CARMELITA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
ONCES							
LACTEO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO + 1 Cda de LECHE EN POLVO	TE EN LECHE	EN LA ENSALADA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO + 1 Cda de LECHE EN POLVO	ARROZ CON LECHE + 1 Cda de LECHE EN POLVO + QUESO	SORBETE DE GUANABANA + 1 Cda de LECHE EN POLVO	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA + 1 Cda de LECHE EN POLVO
CEREAL	CROISSANT	GALLETA DULCE	GALLETA AVENA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)		MANTECADA	PAN DE QUESO
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE
REFRIGERIO NOCTURNO							
BEBIDA LACTEA	COCOA EN LECHE	CAFÉ EN LECHE	TE EN LECHE	AVENA EN LECHE	TETERO	COLADA DE PLATANO VERDE CASERA	LECHE CON MIEL
CEREAL REFORZADO	PAN INTEGRAL	AREPA PEQUEÑA	QUESADILLAS	AREPUELA CON BOCADILLO	SANDWICH	TORTILLA DE HARINA CON QUESO	MOGOLLA NEGRA

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

Diana M. Carvajal

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 3							
PATRÓN/DÍAS	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE
PROTEINA	HUEVOS PERICOS CON JAMON (Doble porción)	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO (Doble porción)	HUEVOS PERICOS (Doble porción)
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA CON MANTEQUILLA		TOSTADAS EN LA CHANGUA	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
NUEVES							
LACTEO	LECHE CALIENTE CON AVENA	SORBETE DE MARACUYÁ + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	BATIDO DE GUANÁBANA CON MIEL + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE CON AVENA	SORBETE DE CURUBA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO
CEREAL	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL CON QUESO CREMA	MANTECADA
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	EN EL SORBETE
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA (1 1/2 porción)	GOULASH DE CARNE DE RES (1 1/2 porción)	POLLO A LAS FINAS HIERBAS (1 1/2 porción)	ALBONDIGAS (1 1/2 porción)	POLLO DORADO (COLOMBINA) (1 1/2 porción)	CARNE DE CERDO DORADA (1 1/2 porción)	CERDO Y RES EN EL COCIDO (1 1/2 porción)
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	ENSALADA PICO DE GALLO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLATANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA
SOPA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE LENTEJAS	COCIDO BOYACENSE
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
ONCES							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON GUAYABA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	SORBETE DE GUANABANA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	SORBETE DE MANGO + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO
CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	MANTECADA	GALLETA DE AVENA	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEÍNA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLÍ	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
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 LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE
REFRIGERIO NOCTURNO							
BEBIDA LACTEA	COCOA EN LECHE	CAFÉ EN LECHE	TE EN LECHE	AVENA EN LECHE	TETERO	COLADA DE PLATANO VERDE CASERA	LECHE CON MIEL
CEREAL REFORZADO	PAN INTEGRAL	AREPA PEQUEÑA	QUESADILLAS	AREPUELA CON BOCADILLO	SANDWICH	TORTILLA DE HARINA CON QUESO	MOGOLLA NEGRA

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 4							
PATRÓN/DÍAS	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE CALIENTE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	AGUA DE PANELA EN LECHE
PROTEINA	HUEVO COCIDO (Doble porción)	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO (Doble porción)	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA (Doble porción)	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANDO	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
NUEVES							
LACTEO	CHOCOLATE EN LECHE CON QUESO DOBLE CREMA	SORBETE DE MORA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	BATIDO DE BANANO CON AVENA	TE EN LECHE	SORBETE DE CURUBA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	KUMIS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
CEREAL	PONQUÉ TAJADO	GALLETA CRACKER CON QUESO CREMA	MOGOLLA INTEGRAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	MANTECADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA WAFER
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (1 1/2 porción)	POLLO DORADO (COLOMBINA) (1 1/2 porción)	CARNE DE CERDO SIN SALSA HAWAIANA (1 1/2 porción)	FILETE DE PESCADO DORADO (1 1/2 porción)	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI (1 1/2 porción)	CARNE DE CERDO AL AJILLO (1 1/2 porción)	POLLO GUISADO (PIERNA) (1 1/2 porción)
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	YUCA DORADA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON AZÚCAR
ONCES							
LACTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	ARROZ CON LECHE Y QUESO	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA + 1 Cda DE LECHE EN POLVO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)			MAIZ PIRA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	GALLETA CRACKER
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO CON LECH E CONDENSADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	PECHUGA DE POLLO DORADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
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	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLÁTANO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA CALIENTE	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 UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA CON FRESAS
REFRIGERIO NOCTURNO							
BEBIDA LACTEA	COCOA EN LECHE	CAFÉ EN LECHE	TE EN LECHE	AVENA EN LECHE	TETERO	COLADA DE PLATANO VERDE CASERA	LECHE CON MIEL
CEREAL REFORZADO	PAN INTEGRAL	AREPA PEQUEÑA	QUESADILLAS	AREPUELA CON BOCADILLO	SANDWICH	TORTILLA DE HARINA CON QUESO	MOGOLLA NEGRA

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

Diana M. Carvajal

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

FORMATO DERIVACIÓN DE MENU

FORMATO NO CONTROLADO

Convenio de Asociación o Contrato : 8479 - 2024 **Nombre de la unidad operativa: HOGAR SAN JOSE SARAMITA** **Tipo de dieta: NEFROPROTECTORA** **Año: 2024**

SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON 1/2 PORCION DE LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN 1/2 PORCION DE LECHE	CAFÉ CON 1/2 PORCION DE LECHE	CHOCOLATE EN 1/2 PORCION DE LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (MAICENA)	AGUA DE PANELA CON 1/2 PORCION DE LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON POLLO	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO REVUELTOS	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO	PAN TAJADO BLANCO	AREPA	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
FRUTA	MANDARINA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA	FRESAS PICADAS	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
NUEVES							
CEREAL	GALLETA WAFER	MANTECADA	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUÉ TAJADO	MANTECADA	PAN DE MAIZ
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON CUAJADA	JUGO DE FRESA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE MORA	UVAS	PICADO DE PIÑA Y BANANO	MANDARINA
ALMUERZO							
PROTEÍNA	POLLO GUISADO	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA	POLLO SUDADO	PECHUGA MECHADA	FILETE DE PESCADO APANADO
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	TAJADA DE AGUACATE	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE LULO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA
ONCES							
CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOGOLLA	PETO DE MAIZ DULCE	TORTA SABOR A QUESO	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO
FRUTA	MELÓN PICADO	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PIÑA	FRUTA PICADA CON CUAJADA	JUGO DE MANGO
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	HAMBUURGUESA DE POLLO	COLOMBINA DE POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE PECHUGA	FILETE DE PESCADO GUISADO	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 2							
PATRÓN/DÍAS	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON 1/2 PORCION DE LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ CON 1/2 PORCION DE LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON 1/2 PORCION DE LECHE	CHOCOLATE CON 1/2 PORCION DE LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADAS		MOGOLLA	AREPA
FRUTA	FRESAS PICADAS	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	UVAS
NUEVES							
CEREAL	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETA AVENA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETAS CRAKER
FRUTA	FRESA PICADA CON YOGURT Y MIEL	MANZANA PICADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	SORBETE DE FEIJOA	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEÍNA	POLLO A LA NARANJA	CARNE DE CERDO MOLIDA GUISADA	POLLO CARAMELIZADO	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLÁTANO	PURÉ DE YUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA CARMELITA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
ONCES							
CEREAL	AREPA DE AVENA	GALLETA DULCE	AREPA DE MAIZ	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	ARROZ CON LECHE	MANTECADA	PAN DE QUESO
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	EN LA COLADA	FRESA PICADA	JUGO DE GUANABANA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA
CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	POLLO AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	PECHUGA ASADA	CARNE DE CERDO ASADA	FILETE DE PESCADO APANADO
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA CON LIMÓN

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 3							
PATRÓN/DÍAS	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
DESAYUNO							
LACTEO	COLADA DE AVENA 1/2 PORCION DE LECHE	CHOCOLATE 1/2 PORCION DE LECHE	CAFÉ 1/2 PORCION DE LECHE	AGUA DE PANELA	TÉ 1/2 PORCION DE LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ 1/2 PORCION DE LECHE
PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON POLLO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADAS	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	UVAS
NUEVES							
CEREAL	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA CRACKER	MOGOLLA	MANTECADA
FRUTA	MANGO PICADO	SORBETE DE MARACUYÁ	BATIDO DE GUANÁBANA CON MIEL	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	SORBETE DE CURUBA
ALMUERZO							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA EN SALSA CRIOLLA	FILETE DE PESCADO APANADO	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS DE POLLO	POLLO DORADO (COLOMBINA)	FILETE DE PESCADO DORADO	CERDO Y POLLO EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	ENSALADA PICO DE GALLO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLATANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA
SOPA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARROZ	COCIDO BOYACENSE
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
ONCES							
CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	PAN TAJADO	PETO DE MAIZ DULCE	TORTA DE BANANO	MANTECADA	GALLETA DE AVENA	PAN DE MAIZ
FRUTA	SORBETE DE CURUBA	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA PICADA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	MANGO CON YOGURT	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CENA							
PROTEÍNA	POLLO GUISADO	POLLO EN SALSA	PECHUGA PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA DE POLLO EN SALSA BLANCA	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLÍ	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PASTA	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AGUA DE PANELA

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 4							
PATRÓN/DÍAS	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ 1/2 PORCION DE LECHE	LECHE CALIENTE	CHOCOLATE 1/2 PORCION DE LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON 1/2 PORCION DE LECHE	COLADA DE AVENA	AGUA DE PANELA 1/2 PORCION DE LECHE
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON POLLO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANDO	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO BLANCO	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	UVAS	MANGO PICADO	EN LA COLADA	FRESAS PICADAS	MANDARINA	PATILLA PICADA
NUEVES							
LACTEO	CHOCOLATE EN LECHE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE BANANO	TE EN LECHE	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
CEREAL	PONQUÉ TAJADO	GALLETA CRACKER	MOGOLLA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	MANTECADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA WAFER
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	SORBETE DE MORA	BATIDO DE MANGO	FRESA PICADA	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO APANADO	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO CON SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO (PIERNA)
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	PURE DE COLIFLOR	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	YUCA DORADA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON AZÚCAR
ONCES							
CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	ARROZ CON LECHE	FLAN	MAIZ PIRA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	GALLETA CRACKER
FRUTA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	JUGO DE GUANABANA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
CENA							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA	PECHUGA PICADA	PECHUGA MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	PECHUGA DE POLLO DORADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
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	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLÁTANO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA CON FRESAS

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

FORMATO DERIVACIÓN DE MENU

FORMATO NO CONTROLADO

Convenio de Asociación o Contrato : 8479 - 2024 **Nombre de la unidad operativa: HOGAR SAN JOSE SARAMITA** **Tipo de dieta: BLANDA** **Año: 2024**

SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (MAICENA)	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO	PAN TAJADO	AREPA	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
FRUTA	GRANADILLA	PURE DE PAPAYA	COMPOTA DE MANZANA	PURE DE BANANO	BATIDO DE PATILLA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
NUEVES							
LACTEO	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA SIN AZUCAR	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR	SORBETE DE MORA SIN AZUCAR	LECHE DESLACTOSADA CALIENTE	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR
CEREAL	GALLETA WAFER	MATECADA	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUÉ TAJADO	MANTECADA	PAN DE MAIZ
FRUTA	PAPILLA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PICADO DE PIÑA Y BANANO	NATILLA DE MANGO
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUIISADA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA COCIDA DE ZANAHORIA, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	TORTA DE AHUYAMA	PURÉ DE TOMATE
TUBERCULO O PLÁTANO	PURE DE YUCA	PURE DE PAPA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA
ONCES							
LACTEO	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAIZ DULCE	TE EN LECHE	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO
CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOGOLLA		TORTA SABOR A QUESO	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO
FRUTA	MELÓN PICADO	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	FRUTA PICADA CON QUESO	EN EL SORBETE
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DESMECHADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 2							
PATRÓN/DÍAS	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
LACTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO BATIDO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADAS		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PURE DE PAPAYA	BATIDO DE PATILLA	PAPAYA PICADA
NUEVES							
LACTEO	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
CEREAL	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETA AVENA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETAS CRAKER
FRUTA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	BATIDO DE FRUTAS CON QUESO RALLADO	EN EL SORBETE	ESPONJADO DE MANGO	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	POLLO HORNEADO	PALITOS DE PESCADO CASEROS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	GUACAMOLE	PIURÉ DE TOMATE	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	PURÉ DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE COCIDO	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE COCIDO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLÁTANO	PURÉ DE YUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA CARMELITA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
ONCES							
LACTEO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	TE EN LECHE	EN LA ENSALADA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	ARROZ CON LECHE	SORBETE DE GUANABANA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA
CEREAL	CROISSANT	GALLETA DULCE	GALLETA AVENA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)		MANTECADA	PAN DE QUESO
FRUTA	PICADO DE PAPAYA	MANDARINA	PICADO DE FRUTAS CON YOGURT	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	VERDURAS COCIDAS EN EL POLLO	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 3							
PATRÓN/DÍAS	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
DESAYUNO							
LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE
PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADAS	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PURE DE PAPAYA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	BATIDO DE PATILLA	GRANADILLA
NUEVES							
LACTEO	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYÁ	BATIDO DE GUANÁBANA CON MIEL	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA
CEREAL	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA CRACKER	MOGOLLA	MANTECADA
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	EN EL SORBETE
ALMUERZO							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	POLLO DORADO (COLOMBINA)	FILETE DE PESCADO DORADO	CERDO Y RES EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	PURÉ DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE COCIDO	GUACAMOLE	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLATANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA
SOPA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE VERDURAS	COCIDO BOYACENSE
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
ONCES							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	PAN TAJADO		TORTA DE BANANO	MANTECADA	GALLETA DE AVENA	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEÍNA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	GUACAMOLE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PURE DE PAPA CRIOLLA	ARROZ AJONJOLÍ	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
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 LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita

SEMANA 4							
PATRÓN/DÍAS	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE CALIENTE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	AGUA DE PANELA EN LECHE
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANDO	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PURE DE BANANO	BATIDO DE MANGO	EN LA COLADA	PURE DE PAPAYA	MANDARINA	BATIDO DE PATILLA
NUEVES							
LACTEO	CHOCOLATE EN LECHE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE BANANO	TE EN LECHE	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
CEREAL	PONQUÉ TAJADO	GALLETA CRACKER	MOGOLLA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	MANTECADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA WAFER
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	NUGGETS DE PECHUGA DE POLLO	CARNE DE CERDO SIN SALSA HAWAIANA	PALITOS DE PESCADO	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO MOLIDA AL AJILLO	POLLO GUISADO (PIERNA)
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	PURÉ DE TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	PURÉ DE TOMATE	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS COCIDAS	GUACAMOLE	PURÉ DE TOMATE
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PURÉ DE PAPA	PAPA SALADA	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	PURE DE YUCA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON AZÚCAR
ONCES							
LACTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)			MAIZ PIRA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	GALLETA CRACKER
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	PURE DE PAPAYA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	PECHUGA DE POLLO DORADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
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	PURE DE YUCA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLÁTANO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA CALIENTE	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 UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA CON FRESAS

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
Nutricionista CC Hogar San José Saramita

MARCELA CARVAJAL PINTO
Coordinador CC Hogar San José Saramita