FORMATO DERIVACIÓN DE MENU

FORMATO NO CONTROLADO

convenio de asociación o contrato : 9576 -2024 **Nombre de la unidad operativa: Hogar San José** **tipo de dieta: HIPOGLUCIDA** **año: 2025**

SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
DESAYUNO							
LACTEO SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	COCOA CON LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	LECHE CON CANELA
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO	PAN INTEGRAL	TOSTADA	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE PERA	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
NUEVES							
LACTEO SIN AZUCAR	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA	MANDARINA
ALMUERZO							
SOPA O CAZUELA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	CREMA DE VERDURAS	AJIACO	SOPA DE PATACON	SOPA DE AVENA
PROTEÍNA	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 BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	TOMATE EN CUADRITOS CON LIMON Y CILANTRO	ENSALADA PICO DE GALLO
BEBIDA DE FRUTA SIN AZUCAR	LIMONADA SIN AZUCAR	JUGO DE MANDO SIN AZUCAR	JUGO DE PIÑA SIN AZUCAR	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR	JUGO DE MORA SIN AZUCAR
ONCES							
LACTEO SIN AZUCAR	COLADA DE FECULA DE MAIZ SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	PETO DE MAIZ DULCE SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO SIN AZUCAR
FRUTA	MELON PICADO	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	MELÓN PICADO	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 DORADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURE DE PAPA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA CON VINAGRETA	CALABAZA Y MAIZ GUISADOS	AHUYAMA EN POCION	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	CALABAZA GUISADA	TORTILLA DE VERDURAS	HABICHUELA CON ZANAHORIA Y ARVEJA GUISADA
BEBIDA CALIENTE SIN DULCE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN DULCE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN DULCE	LELCHE CALIENTE SIN DULCE	TÉ EN LECHE SIN DULCE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA SIN DULCE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN DULCE	LECHE CALIENTE CON CANELA SIN DULCE

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

SEMANA 2							
PATRÓN/DÍAS	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
LACTEOSIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	TÉ EN LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COCOA SIN AZUCAR EN LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADA		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADA	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
NUEVES							
LACTEO SIN AZUCAR	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	CUAJADA	BATIDO DE MORA CON AVENA EN HOJUELAS SIN AZUCAR	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA SIN AZUCAR	TÉ EN LECHE SIN AZUCAR	CON LA FRUTA
FRUTA		PICADO DE PAPAYA Y MELÓN		ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA		MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELON CON KUMIS
ALMUERZO							
SOPA O CAZUELA	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
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO SALTEADA	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERVAS	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	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 Y VINAGRETA	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
BEBIDA DE FRUTA SIN AZUCAR	JUGO DE MANGO SIN AZUCAR	LIMONADA SIN AZUCAR	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	JUGO DE LULO SIN AZUCAR	JUGO DE MARACUYA SIN AZUCAR	JUGO DE MORA SIN AZUCAR	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR
ONCES							
LACTEO CIN AZUCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON GUAYABA SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR	ENSALADA DE FRUTAS CON KUMIS SIN DULCE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	ARROZ CON LECHE SIN DULCE	LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA
FRUTA		MANDARINA			FRESA PICADA	MELÓN	
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
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AJONJOLI
VERDURA	VERDURA SALTEADA	ZANAHORIA RALLADA CON VINAGRETA	ZUUINI SALTEADO	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA DE PEPINO COHOMBRO , TOMATE, CEBOLLA	HABICHUELA, ZANAHORIA Y ARVEJA	VERDURAS CHINAS (REPOLLO, CALABACIN, ZANAHORIA Y APIO)
BEBIDA CALIENTE SIN DULCE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYA SIN DULCE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN DULCE	LECHE CALIENTE SIN DULCE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN DULCE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERVABUENA SIN DULCE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZUCAR	LECHE TIBIA

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

SEMANA 3							
PATRÓN/DÍAS	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
DESAYUNO							
LACTEO SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	CAFÉ CON 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	AREPA		TOSTADA	MOGOLLA	PAN DE MAÍZ	PAN INTEGRAL
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
NUEVES							
LACTEO	QUESO	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS	ENSALADA DE FRUTAS CON KUMIS SIN DULCE	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR
FRUTA	MANGO PICADO				UVAS	GRANADILLA	
ALMUERZO							
SOPA O CAZUELA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE LENTEJAS	COCIDO BOYACENSE
PROTEÍNA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	POLLO DORADO (COLOMBINAS)	CARNE DE CERDO DORADA	CARNE DE CERDO EN GOULASH
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	TOMATE EN CUADRITOS CON CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE, CILANTRO	GUACAMOLE	EN EL COCIDO
BEBIDA DE FRUTA SIN AZUCAR	NARANJADA SIN AZUCAR	JUGO DE UVA SIN AZUCAR	JUGO DE LULO SIN AZUCAR	JUGO DE CURUBA SIN AZUCAR	LIMONADA SIN AZUCAR	JUGO DE PIÑA SIN AZUCAR	JUGO DE MORA SIN AZUCAR
ONCES							
LACTEO SIN AZUCAR	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR	COMPOTA DE PERA SIN AZUCAR	PETO DE MAIZ SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA CON GUAYABA SIN AZUCAR	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR	SORBETE DE GUAYABA SIN AZUCAR	PATILLA PICADA CON QUESO
FRUTA		QUESO EN PORCION	FRESA PICADA				
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
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ CON AJONJOLI	MACARRONES	ARROZ AL PEREJIL
VERDURA	CALABAZA Y ARVEJA GUISADAS	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE AGUACATE	CALABAZIN GUISADO	ACELGA CON MAÍZ GUISADA	AHUYAMA EN PORCION	TORTILLA DE ESPINACA
BEBIDA CALIENTE SIN DULCE	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN Y PANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	LECHE CALIENTE

MAYRA ALEJANDRA GALINDO

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

SEMANA 4							
PATRÓN/DÍAS	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
DESAYUNO							
LACTEO SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE SIN AZUCAR	COCOA EN LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	TE CON LECHE SIN AZUCAR
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVOS EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANDO	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAÍZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
NUEVES							
LACTEO SIN AZUCAR	CHOCOLISTO EN LECHE SIN AZUCAR	SORBETE DE MORA	BATIDO DE FRESAS CON AVENA EN HOJUELAS	LECHE CALIENTE CON CANELA	SORBETE DE CURUBA	KUMIS SIN AZUCAR	YOGURT SIN AZUCAR
FRUTA	MELON PICADO			FRESA PICADA		FRESAS	GRANADILLA
ALMUERZO							
SOPA O CAZUELA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACON	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
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
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ BLANCO
VERDURA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	VERDURA SALTEADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA
BEBIDA DE FRUTA SIN AZUCAR	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 SIN AZUCAR
ONCES							
LACTEOSIN AZUCAR	COLADA DE AVENA CON GUAYABA SIN AZUCAR	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO	ARROZ CON LECHE	QUESO EN PORCION	KUMIS SIN AZUCAR	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
FRUTA			FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MELON PICADO		
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
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
VERDURA	TORTILLA DE VERDURAS	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO, FRESA, MIEL Y CREMA DE LECHE	ENSALADA CAMPESINA	TORTILLA DE ZANAHORIA, HABICHUELA Y MAÍZ	CALABAZA GUISADA	PEPINO GUISADOS CON HUEVO	VERDURA CALIENTE
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

	FORMATO DERIVACIÓN DE MENU					FORMATO NO CONTROLADO	
convenio de asociación o contrato : 9576 -2024			**Nombre de la unidad operativa: Hogar San José**			**tipo de dieta: HIPERCALORICA-HIPERPROTEICA**	**año: 2025**
SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON MARACUYÁ	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO YJENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	TINTO
BEBIDA LACTEA	CAFÉ CON LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	COLADA DE AVENA (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	TE EN LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CAFÉ CON LECHE (1 CHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CHOCOLATEEN LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	COLADA DE FÉCULA DEMAÍZ CON MORA (MAIZENA) (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	AGUA DE PANELA CON LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)
PROTEÍNA	CALDO DEPAPA CONCARNE (PROTEINA LICUADA EN EL CALDO)	HUEVOS PERICOS (DOBLE PORCION)	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (PROTEINA LICUADA EN EL CALDO)	HUEVOS REVUELTOS (DOBLE PORCION)	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO (DOBLE PORCION)	HUEVOS PERICOS (DOBLE PORCION)
CEREAL/ TUBERCUL O	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	PAN HOJALDRAD O	PAN BLANDO	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANACON	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
NUEVES							
LACTEO	EN LA ENSALADA	SORBETEDE FRESA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETEDE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	GALLETA WAFER	MANTECADA	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUÉ TAJADO	MANTECADA	PAN DEMAÍZ
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DEPIÑA Y BANANO	MANDARINA
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DERES EN BISTECK	CARNE DECERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSACRIOLLA
PROTEÍNA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA + UNA CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA + UNA CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	ENSALADA CAMPESINA + UNA CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA + UNA CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO + UNA CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	ENSALADA PICO DE GALLO + UNA CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA
TUBERCUL O O PLÁTANO	PAPA ENSALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA ENSALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CAZUELA DE GARBANZOSCON MENUDO DE RES	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS + UNA CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADACON 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
DERIVADO CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOGOLLA INTEGRAL		TORTA SABOR A QUESO	GALLETASDE LECHE	PAN BLANDO
FRUTA	MELÓN PICADO	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	FRUTA PICADA CONQUESO	EN EL SORBETE
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DERES A LASFINAS HIERBAS	COLOMBINA DE POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
PROTEÍNA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUEL A Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCUL O	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON UCHUVA	LECHE CALIENTECON CANELA
REFRIGERIO NOCTURNO							
BEBIDA LACTEA	CHUCULA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	CANDIL SE ENDULZARA CON LECHE CONDENSADA	COLADA 7 GRANOS EN LECHE	CAFÉ CON LECHE EN POLVO	COLADA DE PLATANO VERDE CASERA	LECHE CON MIEL
CEREAL REFORZADO	PAN BLANDO	GALLETAS SALTIN		AREPUELA CON BOCADILLO	AREPA	TORTILLA DE HARINA CON QUESO	MOGOLLA

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

SEMANA 2							
	8	9	10	11	12	13	14
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON UCHUVA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON TOMATE DEARBOL	TINTO	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESAY CANELA
LACTEO	CAFÉ CONLECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	COLADA DE FÉCULA DEMAÍZ (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CAFÉ EN LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	AGUA DE PANELA (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	COLADA DEAVENA (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CAFÉ CON LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CHOCOLATE EN LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (PROTEINA LICUADA EN EL CALDO)	HUEVO EN TORTILLA (DOBLE PORCION)	QUESO CAMPESINO (DOBLE PORCION)	CHANGUA CON HUEVO (DOBLE PORCION)	EMPAREDADO DE QUESO (DOBLE PORCION)	CALDO DEPAPA CON CARNE (PROTEINA LICUADA EN EL CALDO)	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DEMAIZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADAS		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLAPICADA	MANGO YPIÑA PICADO	COMPOTADE PERA YMORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTAO LÁCTEO	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	EN LA ENSALADA	SORBETEDE FEIJOA	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
CEREAL	GALLETASDE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETA AVENA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	MANTECADA	PAN DEMAÍZ	GALLETAS CRAKER
FRUTA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	PICADO DEPAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH
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
PROTEÍNA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CONCOCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURAO ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	ENSALADA DE TOMATE,CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	ENSALADA DE ZANAHORIA,PEPINO COHOMBRO, TOMATE, VINAGRE + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	CALABAZA GUISADA + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLÁTANO	PURÉ DEYUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CAZUELA	SOPA DE GUINEO + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	CAZUELA DE FRIJOLES	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA CARMELITA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCODE 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	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
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 ALAS FINAS HIERBAS
PROTEÍNA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA
VERDURAO ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCU LO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DEFIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DEPATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DEMAZORCA	SOPA DEAVENA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESAY 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	COLADA 7 CEREALES EN LECHE	CAFÉ EN LECHE	COCOA EN LECHE ENDULZADA CON AZUCAR	CHOCOLATE EN LECHE	AVENA CON LECHE EN POLVO	LECHE CALIENTE ENDULZADA CON MIEL	AROMATICA EN LECHE
CEREAL REFORZADO	TORTA DE BANANO	AREPUELAS	AREPA CON QUESO DOBLE CREMA	PAN DE MAIZ	MANTECADA	TORTA NEGRA	GALLETAS CRAKER SABORIZADA

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

SEMANA 3							
	15	16	17	18	19	20	21
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO YJENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESAY HIERBABUENA	TINTO
LACTEO	COLADA DE AVENA (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CHOCOLATEEN LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CAFÉ CON LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	AGUA DE PANELA (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	TÉ EN LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CAFÉ CON LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)
PROTEINA	HUEVOS PERICOS (DOBLE PORCION)	CALDO DE PAPA CON PESCADO (PROTEINA LICUADA EN EL CALDO)	EMPAREDADO DE QUESO (DOBLE PORCION)	CHANGUA CON HUEVO (DOBLE PORCION)	CALDO DEPAPA CONCARNE (PROTEINA LICUADA EN EL CALDO)	HUEVOS REVUELTOSCON QUESO (DOBLE PORCION)	HUEVOS PERICOS (DOBLE PORCION)
CEREAL/ TUBERCUL O	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADAS	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	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 INTEGRAL	MANTECADA
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DERES 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 ELCOCIDO
PROTEÍNA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATAD O	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	ENSALADA ROJA CONLIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBERCUL O O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESOY BOCADILLO	PLATANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA
SOPA O CAZUELA	SOPA DE ARROZ + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE CONCHITAS + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE AVENA + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE MENUDENCIAS + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE FIDEOS + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE LENTEJAS + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	COCIDO BOYACENSE + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADACON AZÚCAR	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 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							
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
PROTEÍNA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA
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 TUBERCUL O	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLÍ	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTECON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON MARACUYA Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE
REFRIGERIO NOCTURNO							
BEBIDA LACTEA	COLADA DE ARROZ EN LECHE	COLADA FECULA DE MAIZ EN LECHE	(AGUA DE PANELA EN LECHE)	LECHE CALIENTE	CANDIL SE ENDULZARA CON LECHE CONDENSADA	CHUCULA EN LECHE	AVENA EN LECHE CON CANELA
CEREAL REFORZADO	GALLETAS DE SODA	PAN BLANDO	TOSTADAS	GALLETAS SALTIN CON AREQUIPE		PAN CON MANTEQUILLA	GALLETAS TIPO CUCA

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

SEMANA 4							
	22	23	24	25	26	27	28
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON FRUTOS ROJOS	TINTO	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON PIÑA	TINTO	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON MANZANA Y CANELA
LACTEO	COLADA DE FECULA DEMAIZ (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	LECHE CALIENTE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CHOCOLATEEN LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	CAFÉ CON LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	COLADA DE AVENA (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)	AGUA DE PANELA EN LECHE (1 CUCHARADA DE LECHE EN POLVO ADICIONAL)
PROTEINA	HUEVO COCIDO (DOBLE PORCION)	CALDO DEPAPA CONCARNE (PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	QUESO CAMPESINO (DOBLE PORCION)	CALDO DEPAPA CONCARNE PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	CALDO DE PAPA CON PESCADO PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	HUEVO EN TORTILLA (DOBLE PORCION)	TAMAL
CEREAL/ TUBERCUL O	PAN BLANDO	PAN HOJALDRAD O	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	COMPOTADE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	CHOCOLATEEN LECHE	SORBETEDE MORA	BATIDO DE BANANO	TE EN LECHE	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
CEREAL/ TUBERCUL O	PONQUÉ TAJADO	GALLETA CRACKER	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	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTASCON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DERES A LASFINAS HIERBAS	POLLO DORADO (COLOMBINA)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DECERDO ALAJILLO	POLLO GUISADO (PIERNA)
PROTEÍNA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA
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 + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	RODAJAS DE TOMATEEN VINAGRETA + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS + 1 CUCHARADITA DE A	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA
TUBERCUL O O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA ALPEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	YUCA DORADA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CAZUELA	SOPA DE CUCHUCODE TRIGO	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	SOPA DE PATACÓN CEITE DE OLIVA	SOPA DE CONCHITAS + 1 CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADACON AZÚCAR
ONCES							
LACTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DEMAIZ 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	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DERES AL PIMENTÓN	CARNE DERES MECHADABBQ	POLLO EN SALSA (COLOMBINA)	POLLO DORADO	CARNE DERES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSABLANCA
PROTEÍNA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA EN LA SOPA	PORCION ADICIONAL 77 Gr LICUADA 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 TUBERCUL O	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLÁTANO	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
SOPA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCODE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON TOMATE DE ARBOL	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALESCON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICACON FRESAS
REFRIGERIO NOCTURNO							
BEBIDA LACTEA	COLADA 7 GRANOS EN LECHE	COLADA DE MAIZ PINTADO	CAFÉ EN LECHE	FRESCAVENA DE FRESA	TE EN LECHE	AGUA DE PANELA CON QUESO	CHOCOLATE CON LECHE
CEREAL REFORZADO	MOGOLLA CON MERMELADA	TOSTADAS CON MANTEQUILLA	MANTECADA	GALLETAS DUCALES	TORTA NEGRA	TORTILL	PAN BLANDO

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

	FORMATO DERIVACIÓN DE MENU					FORMATO NO CONTROLADO	
convenio de asociación o contrato : 9576 -2024		**Nombre de la unidad operativa: Hogar San José**			**tipo de dieta: RENAL**	**año: 2025**
SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICADE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO YJENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	TINTO
BEBIDA LACTEA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE FÉCULA DEMAÍZ CON MORA (MAIZENA)	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DEPAPA CONHUEVO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCUL O	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	PAN HOJALDRAD O	PAN BLANDO	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
NUEVES							
LACTEO	EN LA ENSALADA	SORBETEDE FRESA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETEDE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	GALLETA WAFER	MANTECADA	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUÉ TAJADO	MANTECADA	PAN DEMAÍZ
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	PECHUGA GUISADA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	PECHUGA BISTECK	POLLO GUISADO	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTÓN	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	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADAPICO DE GALLO
TUBERCUL O O PLÁTANO	PAPA ENSALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DEPAPA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA	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 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 DEMAÍZ	CHOCOLATEEN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAIZ DULCE	TE EN LECHE	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO
DERIVADO CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOGOLLA INTEGRAL		TORTA SABOR A QUESO	GALLETASDE LECHE	PAN BLANDO
FRUTA	MELÓN PICADO	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	FRUTA PICADA CONQUESO	EN EL SORBETE
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	POLLO A LA NARANJA	COLOMBINA DE POLLO DORADO	PECHUGA EN SALSA DE CILANTRO	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUEL A Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCUL O	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICADE HIERBAS NATURALESCON UCHUVA	LECHE CALIENTECON CANELA

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

SEMANA 2							
	8	9	10	11	12	13	14
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA
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	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON POLLO	TAMAL (POLLO)
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADAS		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO YPIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA YMORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTAO LÁCTEO	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	EN LA ENSALADA	SORBETEDE FEIJOA	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
CEREAL	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETA AVENA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	MANTECADA	PAN DEMAÍZ	GALLETAS CRAKER
FRUTA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESODOBLE CREMA	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	PECHUGA CARAMELIZADA	PECHUGA EN SALSA BBQ	FILETE DE PESCADO ALAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	POLLO DORADO	CARNE DE CERDO Y PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CONCOCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURAO 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 DEYUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CAZUELA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE FRIJOLES	SOPA DE CUCHUCODE 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 DELULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DEMORA	JUGO DE GUANABANA
ONCES							
LACTEO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	TE EN LECHE	EN LA ENSALADA	COLADA DEFECULA DEMAIZ CON BANANO	ARROZ CON LECHE	SORBETE DE GUANABANA	COLADA DE FÉCULA DEMAÍZ CON MORA
CEREAL	CROISSANT	GALLETA DULCE	GALLETA AVENA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)		MANTECADA	PAN DE QUESO
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTASCON YOGURT	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE CERDO AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	FILETE DE PESCADO DORADO	COLOMBINA DE POLLO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA EN SALSA ROJA
VERDURAO ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCU LO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DEPATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DEAVENA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESAY CANELA	LECHE CALIENTE	AROMÁTICADE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMATICADE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUE NA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

SEMANA 3							
	15	16	17	18	19	20	21
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO YJENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESAY HIERBABUENA	TINTO
LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATEEN 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 DEPAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOSCON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBERCUL O	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADAS	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	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 INTEGRAL	MANTECADA
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	
ALMUERZO							
PROTEINA	PECHUGA MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH CERDO	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	PECHUGA GUISADA	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO ASADO AL HORNO	CERDO Y PECHUGA EN ELCOCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATAD O	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	ENSALADAROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBERCUL O O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESOY BOCADILLO	PLATANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA
SOPA O CAZUELA	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	LIMONADACON AZÚCAR	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 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							
PROTEINA	POLLO GUISADO	PECHUGA Y CERDO PICADO	PECHUGA EN SALSA BBQ	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DECERDO MECHADA	POLLO 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 TUBERCUL O	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLÍ	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTECON 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

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose

SEMANA 4							
	22	23	24	25	26	27	28
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALESCON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA
LACTEO	COLADA DE FECULA DEMAIZ	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 DEPAPA CON HUEVO	QUESO CAMPESINO	CALDO DEPAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCUL O	PAN BLANDO	PAN HOJALDRAD O	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	COMPOTADE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	CHOCOLATE EN LECHE	SORBETEDE MORA	BATIDO DE BANANO	TE EN LECHE	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
CEREAL/ TUBERCUL O	PONQUÉ TAJADO	GALLETA CRACKER	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	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
ALMUERZO							
PROTEINA	PECHUGA A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO (COLOMBINA)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DECERDO ALAJILLO	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 TOMATEEN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA
TUBERCUL O O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA ALPEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	YUCA DORADA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CAZUELA	SOPA DE CUCHUCODE 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	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	PECHUGA DE POLLO AL PIMENTÓN	POLLO EN SALSA BBQ	POLLO AL CURRI (COLOMBINA)	POLLO DORADO	PECHUGA 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 TUBERCUL O	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLÁTANO	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
SOPA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCODE 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

MAYRA ALEJANDRA GALINDO
Nutricionista CC San Jose

JENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR
Coordinador CC San Jose