ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO DERIVACIÓN DE MENÚS	Código: FOR-PSS-206 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016510 - 13/05/2022 Página: 1 de 1

Convenio de asociación o contrato : 9578 de 2024 | Nombre de la unidad operativa: CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL | Dieta o modificación alimentaria: HIPERCALÓRICA-HIPERPROTEICA | Fecha: 27/12/2024

SEMANA 1

TIPO DE ALIMENTO	1	2	3	4	5	6	7
TIEMPO DE COMIDA:DESAYUNO							
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE+ 1/2 PORCIÓN	HUEVOS PERICOS + 1/2 PORCIÓN	CALDO DE PAPA CON PECHUGA+ 1/2 PORCIÓN(DEMECHADA)	HUEVOS REVUELTOS + 1/2 PORCIÓN	QUESO DOBLE CREMA + 1/2 PORCIÓN	CALDO DE PAPA CON HUEVO+ 1/2 PORCIÓN	HUEVOS REVUELTOS + 1/2 PORCIÓN
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAIZ CON MANTEQUILLA	PAN HOJALDRADO CON MIEL	PAN BLANDO CON MERMELADA	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA CON QUESO CREMA	PAN BALNDO CON MANTEQUILLA	ARROZ BLANCO + 1/2 PORCIÓN
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES							
LÁCTEO	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE
CEREAL	GALLETA WAFER	MANTECADA		PAN DE QUESO	PONQUE TAJADO		PAN DE MAIZ
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		GRANADILLA	PICADO DE PIÑA Y BANANO	MANDARINA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL+1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA+1/2 PORCIÓN	POLLO EN SALSA BBQ .+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES EN BISTECK +1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO MECHADA+1/2 PORCIÓN	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA+1/2 PORCIÓN
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PIMENTÓN +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL CILANTRO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	PASTA EN SALSA +1/2 [illegible]	ARROZ CON ZANAHORIA+1/2 PORCIÓN
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 [illegible]	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBÉRCULO O PLÁTANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLATANO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA
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 PANELA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA
TIEMPO DE COMIDA:							
LÁCTEO	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 INTEGRAL		TORTA SABOR A QUESO	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO
FRUTA	MELON PICADO	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	FRUTA PICADA CON QUESO	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA:							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES A LAS FINAS		TERNERA GUISADA+1/2 PORCIÓN	GOULASH DE CARNE DE CERDO+1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO DORADO +1/2	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES+1/2 PORCIÓN
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA		VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTÓN)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN		ARROZ CON ZANAHORIA+1/2 PORCIÓN	ARROZ PAJARITO+1/2 PORCIÓN		PLATANO COCIDO+1/2 PORCIÓN
SOPA	SOPA DE VERDURAS		SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICAS DE HERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TE EN LECHE	SROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	SROMATICA DE HERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA

SEMANA 2

PATRÓN/DÍAS	8	9	10	11	12	13	14
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA+ 1/2 PORCIÓN	HUEVO EN TORTILLA + 1/2 PORCIÓN	QUESO CAMPESINO + 1/2 PORCIÓN	CHANGUA CON HUEVO+ 1/2 PORCIÓN	EMPAREDADO DE QUESO+ 1/2 PORCIÓN EN PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE + 1/2 PORCIÓN	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAIZ + 1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN	AREPA CON MANTEQUILLA	TOSTADAS CON MERMELADA		MOGOLLA INTEGRAL +1/2 PORCIÓN	AREPA CON MANTEQUILLA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES							
LÁCTEO	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
CEREAL	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETA DE AVENA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	MANTECADA	PAN DE MAÍZ	GALLETAS CRACKER
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 MELON CON YOGURT
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO+1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS +1/2 PORCIÓN	POLLO EN SALSA CHAMPIÑONES+1/2 PORCIÓN	SOBREBARRIGA . EN SALSA CRIOLLA +1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA +1/2 PORCIÓN
CEREAL	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PEREJIL+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON COCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ZANAHORIA+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN
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
TUBÉRCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE +1/2 PORCIÓN	TORTA DE PLÁTANO.	PURE 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
TIEMPO DE COMIDA: ONCES							
LÁCTEO	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 DE 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
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO+1/2 PORCIÓN	PECHUGA MECHADA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES AL CILANTRO+1/2 PORCIÓN	POLLO A LA JARDINERA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES PICADA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO BBQ+1/2 PORCIÓN	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS+1/2 PORCIÓN
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL CILANTRO+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ESPINACA+1/2 PORCIÓN	SPAGUETTIS+1/2 PORCIÓN	ARROZ ATOMATADO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓNDO	ARROZ AL PIMENTÓN+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON AJOMJOLÍ+1/2 PORCIÓN
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACON	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYA	AROMÁTICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE

SEMANA 3

PATRÓN/DÍAS	15	16	17	18	19	20	21
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LÁCTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS+ 1/2 PORCIÓN	CALDO DE PAPA CON PESCADO+ 1/2 PORCIÓN	EMPAREDADO DE QUESO + 1/2 PORCIÓN EN PROTEINA	CHANGUA CON HUEVO+ 1/2 PORCIÓN	CALDO DE PAPA CON CARNE + 1/2 PORCIÓN	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO+ 1/2 PORCIÓN	HUEVOS PERICO
CEREAL/ TUBÉRCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA CON MERMELADA	MOGOLLA	PAN DE MAIZ CON MANTEQUILLA	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES							
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 DE AVENA	MOGOLLA INTEGRAL	MANTECADA
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA +1/2 PORCIÓN	GOULASH DE CARNE DE RES +1/2 PORCIÓN	POLLO A LAS FINAS HIERBAS +1/2 PORCIÓN	ALBONDIGAS +1/2 PORCIÓN	POLLO DORADO (COLOMBINA) +1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO DORADA +1/2 PORCIÓN	CERDO Y RES EN EL COCIDO +1/2 PORCIÓN
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PIMENTON EN . +1/2 PORCIÓN	ARROZ ATOMATADO +1/2 PORCIÓN	SPAGUETTIS +1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ZANAHORIA +1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE
TUBÉRCULO O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	TAJADA DE PLÁTANO MADURO	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA AL VAPOR CON MAYONESA	
SOPA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE LENTEJAS	
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES							
LÁCTEO	SORBETE DE CURUBA 100% EN LECHE	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ DULCE 100% EN LECHE	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
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	POLLO GUISADO+1/2 PORCIÓN	LENGUA EN SALSA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES PICADA+1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO MECHADA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES AL CILANTRO+1/2 PORCIÓN	PECHUGA GRATINADA+1/2 PORCIÓN
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+1/2 PORCIÓN	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLI+1/2 PORCIÓN	SPAGUETTIS+1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PEREJIL+1/2 PORCIÓN
TUBÉRCULO O PLÁTANO	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE

SEMANA 4

PATRÓN/DÍAS	22	23	24	25	26	27	28
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LÁCTEO	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
PROTEÍNA	HUEVO COCIDO +1/2 PORCIÓN	CALDO DE PAPA CON CARNE+ 1/2 PORCIÓN	QUESO CAMPESINO+ 1/2 PORCIÓN	CALDO DE PAPA CON CARNE+ 1/2 PORCIÓN	CALDO DE PAPA CON PESCADO+ 1/2 PORCIÓN	HUEVO EN TORTILLA+ 1/2 PORCIÓN	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN BLANDO CON QUESO CREMA	PAN HOJALDRADO CON MERMELADA	AREPA CON MANTEQUILLA	PAN DE MAIZ CON MERMELADA	PAN TAJADO INTEGRAL CON MANTEQUILLA	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES							
LÁCTEO	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 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
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS +1/2 PORCIÓN	POLLO DORADO (COLOMBINA) +1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA +1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO DORADO +1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI +1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO AL AJILLO +1/2 PORCIÓN	POLLO GUISADO (PIERNA) +1/2 PORCIÓN
CEREAL	ARROZ PAJARITO +1/2 PORCIÓN	SPAGUETTIS +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PEREJIL +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL CILANTRO +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PIMENTÓN +1/2 PORCIÓN	ARROZ CON AJONJOLI +1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN
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
TUBÉRCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURE 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 AZUCAR
TIEMPO DE COMIDA							
LÁCTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	ARROZ CON LECHE ADICION DE QUESO	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
TIEMPO DE COMIDA: EN LA CENA							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ+1/2 PORCIÓN	POLLO EN SALSA (COLOMBINA)+1/2 PORCIÓN	POLLO DORADO+1/2 PORCIÓN	CARNEDE RES AL CILANTRO+1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA+1/2 PORCIÓN
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+1/2 PORCIÓN	TAJADA DE PLATANO+1/2 PORCIÓN	ARROZ ATOMATADO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	ARROZ PAJARITO+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ESPINACA+1/2 PORCIÓN
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACON
SOPA O CREMA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA CON FRESAS

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO DERIVACIÓN DE MENÚS	Código: FOR-PSS-206 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016510 - 13/05/2022 Página: 1 de 1

Convenio de asociación o contrato : 9578 de 2024 | Nombre de la unidad operativa: CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL | Dieta o modificación alimentaria: HIPOCALÓRICA | Fecha: 27/12/2024

SEMANA 1

TIPO DE ALIMENTO	1	2	3	4	5	6	7
TIEMPO DE COMIDA:DESAYUNO							
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	TE EN LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	COCOA CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	TE EN LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICO
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAIZ	PAN HOJALDRADO (1/2 PORCION)	PAN BLANDO 1/2 PORCIÓN	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA (1/2 PORCION)	PAN BLANDO 1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO 1/2 PORCIÓN
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES							
LÁCTEO	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	SORBETE DE GUANÁBANA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	SORBETEDE MORA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	LECHE CALIENTE (CON LECHE DESCREMADA)	CAFÉ CON LECHE (CON [illegible]	TE EN LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR
CEREAL	GALLETAS INTEGRALES	MANTECADA 1/2 PORCIÓN	CROISSANT (1/2 PORCIÓN)	PAN DE QUESO (1/2 PORCIÓN)	GALLETA DE SODA 2 UNIDADES		PAN DE MAIZ 1/2 PORCIÓN
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA Y BANANO	MANDARINA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
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 (1/2 PORCIÓN)	ARROZ CON AJONJOLÍ (1/2 PORCIÓN)	ARROZ AL PIMENTÓN (1/2 PORCIÓN)	ARROZ AL CILANTRO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)	PASTA EN SALSA [illegible]	ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA. (MAS 20 GRS)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA (MAS 20 GRS)	ENSALADA CAMPESINA (MAS 20 GRS)	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA (MAS 20 GRS)	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO (MAS 20 GRS)	ENSALADA PICO DE GALLO (MAS 20 GRS)
TUBÉRCULO O PLÁTANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA (1/2 PORCIÓN)	PAPA DORADA (1/2 PORCIÓN)	PAPA CRIOLLA GUISADA (1/2 PORCIÓN)	TAJADA DE PLATANO 1/2 PORCIÓN	PLÁTANO MADURO COCIDO (1/2 PORCIÓN)	PAPA EN SALSA CRIOLLA (172 PORCIÓN)	PURE DE PAPA CRIOLLA (1/2 PORCIÓN)
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 NATURAL (SIN AZUCAR)	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 (SIN AZUCAR)	JUGO DE MORA (SIN AZUCAR)
TIEMPO DE COMIDA: ONCES							
LÁCTEO	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	COCOA EN LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	CAFÉ CON LECHE. (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	PETO DE MAIZ (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	TE EN LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)
CEREAL	PAN ROLLO (1/2 PORCION)	AREPA (1/2 PORCION)	MOGOLLA INTEGRAL (1/2 PORCION)		TORTA SABOR A QUESO 1/2 UNIDAD	GALLETAS DE LECHE (1/2 PORCION)	PAN BLANDO INTEGRAL
FRUTA	MELON PICADO	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	FRUTA PICADA CON QUESO	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: 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 (MAS 20 GRS)	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTÓN)(MAS 20 GRS)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS (MAS 20 GRS)	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL (1/2 PORCION)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)	ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN)	ARROZ PAJARITO (1/2 PORCION)	PURÉ DE PAPA (1/2 PORCION)	PLATANO COCIDO (1/2 PORCION)
SOPA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICAS DE HERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE (DESCREMADA)	TE EN LECHE (DESCREMADA)	SROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	SROMATICA DE HERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA (DESCREMADA)

SEMANA 2

PATRÓN/DÍAS	8	9	10	11	12	13	14
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ (LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	CAFE EN LECHE (LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	TÉ EN LECHE (LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	COLADA DE AVENA (LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	CAFÉ CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	COCOA CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAIZ (1/2 PORCION)	ARROZ BLANCO(1/2 PORCION)	AREPA(1/2 PORCION)	TOSTADAS		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES							
LÁCTEO	LECHE CALIENTE	CUAJADA (1/2 PORCION)	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS (SIN AZUCAR)	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	TÉ EN LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	CON LA FRUTA
CEREAL	GALLETAS DE SODA 2 UNIDADES	PAN DE QUESO(172 PORCIÓN)		GALLETA CRACKER SABORIZADA(1/2 PORCIÓN)	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETA CRACKER SABORIZADA(1/2 PORCIÓN)
FRUTA	FRESA PICADA	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELON CON YOGURT
TIEMPO DE COMIDA: 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 (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ AL PEREJIL (1/2 PORCIÓN)	ARROZ CON COCO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE (MAS 20 GRS)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (MAS 20 GRS)	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (MAS 20 GRS)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE (MAS 20 GRS)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO (MAS 20 GRS)	CALABAZA GUISADA. (MAS 20 GRS)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA (MAS 20 GRS)
TUBÉRCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL VAPOR (172 PORCIÓN)	PLÁTANO MADURO COCIDO (172 PORCIÓN)	PAPA EN CHUPE (172 PORCIÓN)	PURÉ DE YUCA (172 PORCIÓN)	TORTA DE PLÁTANO. (172 PORCIÓN)	PAPA AL PEREJIL. (172 PORCIÓN)	YUCA COCIDA (172 PORCIÓN)
SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE FRIJOLES	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA CARMELITA	SOPA DE CEBADA PERLADA.	SOPA DE ARROZ.	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ.
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO (SIN AZUCAR)	LIMONADA CON PANELA (SIN AZUCAR)	JUGO DE GUAYABA (SIN AZUCAR)	JUGO DE MARACUYA (SIN AZUCAR)	JUGO DE LULO (SIN AZUCAR)	JUGO DE MORA (SIN AZUCAR)	JUGO DE GUANABANA (SIN AZUCAR)
TIEMPO DE COMIDA							
LÁCTEO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON GUAYABA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	FLAN (1/2 PORCION)	EN LA ENSALADA	ARROZ CON LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	CANDIL (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)
CEREAL	CROISSANT (1/2 PORCION)		GALLETA DE AVENA		GALLETA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN DE QUESO (1/2 PORCION)
FRUTA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA	EN LA COLADA	MELÓN PICADO	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
CEREAL	VERDURAS SALTEADAS (MAS 20 GRS)	EN LA SOPA	TORTILLA DE ACELGA (MAS 20 GRS)	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA (MAS 20 GRS)	EN LA SOPA	VERDURAS CHINAS (REPOLLO, CALABACIN, ZANAHORIA, APIO)
VERDURA O ENSALADA	ARROZ AL CILANTRO (1/2 PORCION)	ARROZ EN ESPINACA (1/2 PORCION)	SPAGUETTIS (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ ATOMATADO (1/2 PORCION)	ARROZ AL PIMENTÓN (1/2 PORCION)	ARROZ CON AJOMJOLÍ (1/2 PORCIÓN)
TUBÉRCULO O PLÁTANO	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS	SIN SOPA	SANCOCHITO	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA	SIN SOPA
SOPA O CREMA	TÉ EN LECHE	AROMÁTICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMÁTICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	AROMÁTICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE

SEMANA 3

PATRÓN/DÍAS	15	16	17	18	19	20	21
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LÁCTEO	COLADA DE AVENA (LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	COCOA CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	CAFÉ EN LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	COLADA DE AVENA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	TÉ EN LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICO
CEREAL/ TUBÉRCULO	ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)	AREPA(1/2 PORCION)		TOSTADA (1/2 PORCION)	MOGOLLA INTEGRAL	PAN DE MAIZ (1/2 PORCION)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES							
LÁCTEO	LECHE CALIENTE (DESCREMADA)	SORBETE DE MARACUYÁ (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	BATIDO DE GUANÁBANA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	LECHE CALIENTE (CON LECHE DESCREMADA)	SORBETE DE CURUBA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)
CEREAL	MANTECADA(172 PORCIÓN)	PAN DE MAIZ (172 PORCIÓN)	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA CRACKER (1/2 PORCIÓN)	MOGOLLA INTEGRAL	MANTECADA
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON LECHE DESCREMADA	GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA: 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 (1/2 PORCIÓN)	ARROZ AL PIMENTON (1/2 PORCIÓN)	ARROZ ATOMATADO (1/2 PORCIÓN)	SPAGUETTIS (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA (MAS 20 GRS)	ADICÓN DE 20 GRS DE VERDURAS DEL GOULASH)	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE (MAS 20 GRS)	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO (MAS 20 GRS)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE (MAS 20 GRS)	GUACAMOLE (MAS 20 GRS)	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBÉRCULO O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON CASCARA (1/2 PORCIÓN)	PAPA CRIOLLA DORADA (1/2 PORCIÓN)	PLÁTANO CON QUESO (1/2 PORCIÓN)	PLÁTANO COCIDO (172 PORCIÓN)	YUCA COCIDA (1/2 PORCIÓN)	PAPA AL VAPOR (172 PORCIÓN)	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 (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)
TIEMPO DE COMIDA							
LÁCTEO	SORBETE DE CURUBA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	COLADA DE AVENA CON GUAYABA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	SORBETE DE GUANABANA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	SORBETE DE MANGO (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)
CEREAL	TORTA(NEGRA O DE BANANO) (1/2 PORCION)	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO (1/2 PORCION)	MANTECADA (1/2 PORCION)	GALLETA DE AVENA	PAN DE MAIZ (1/2 PORCION)
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA; 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 (MAS 20 GRS)	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN)	ARROZ ATOMATADO (1/2 PORCION)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)	PAPA CRIOLLA DORADA (1/2 PORCIÓN)	ARROZ AJONJOLI (1/2 PORCION)	SPAGUETTIS (1/2 PORCION)	ARROZ AL PEREJIL (1/2 PORCION)
SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE

SEMANA 4

PATRÓN/DÍAS	22	23	24	25	26	27	28
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LÁCTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	LECHE CALIENTE DESCREMADA Y SIN AZÚCAR	COCOA CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	CAFÉ CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	TE CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR
PROTEÍNA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN BLANDO (1/2 PORCION)	PAN HOJALDRADO (1/2 PORCION)	AREPA (1/2 PORCION)	PAN DE MAIZ (1/2 PORCION)	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO (1/2 PORCION)	AREPA (1/2 PORCION)
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES							
LÁCTEO	COCOA EN LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	SORBETE DE MORA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	BATIDO DE BANANO (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	TE EN LECHE (CON LECHE DESCREMADA)	SORBETE DE CURUBA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	KUMIS DIETÉTICO	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
CEREAL	PONQUE TAJADO (1/2 PORCIÓN)	GALLETA CRACKER (1/2 PORCIÓN)	MOGOLLA INTEGRAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO) 1/2 PORCIÓN	MANTECADA 81/2 PORCIÓN)	GALLETA CRACKER SABORIZADA (172 PORCIÓN)	GALLETA DE SODA
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
TIEMPO DE COMIDA: 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 (172 PORCIÓN)	SPAGUETTIS (172 PORCIÓN)	ARROZ AL PEREJIL (172 PORCIÓN)	ARROZ AL CILANTRO (172 PORCIÓN)	ARROZ AL PIMENTÓN (172 PORCIÓN)	ARROZ CON AJONJOLI (172 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (172 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (MAS 20 GRS)	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA (MAS 20 GRS)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (MAS 20 GRS)	ENSALADA AGRIDULCE (MAS 20 GRS)	VERDURAS SALTEADAS. (MAS 20 GRS)	TAJADA DE AGUACATE (MAS 20 GRS)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (MAS 20 GRS)
TUBÉRCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL (1/2 PORCIÓN)	PAPA DORADA (1/2 PORCIÓN)	PAPA SALADA (1/2 PORCIÓN)	PURÉ DE PAPA (1/2 PORCIÓN)	PAPAS A LA FRANCESA (1/2 PORCIÓN)	YUCA DORADA (1/2 PORCIÓN)	TAJADA DE PLÁTANO MADURO (1/2 PORCIÓN)
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 (SIN AZUCAR)
TIEMPO DE COMIDA: ONCES							
LÁCTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	SORBETE DE GUANABANA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	ARROZ CON LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	FLAN (1/2 PORCIÓN)	CANDIL (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	SORBETE DE CURUBA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZUCAR)
CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA (1/2 PORCION)	TORTA (1/2 PORCION)			MAIZ PIRA	TORTA DE BANANO (1/2 PORCIÓN)	GALLETA CRACKER (1/2 PORCION)
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEÍNA	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
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS (MAS 20 GRS)	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 (1/2 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN)	TAJADAS DE PLATANO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ ATOMATADO (1/2 PORCION)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)	ARROZ PAJARITO (1/2 PORCION)	ARROZ CON ESPINACA (1/2 PORCIÓN)
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACON
SOPA O CREMA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA CON FRESAS

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO DERIVACIÓN DE MENÚS	Código: FOR-PSS-206 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016510 - 13/05/2022 Página: 1 de 1

Convenio de asociación o contrato : 9578 de 2024 | Nombre de la unidad operativa: CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL | Dieta o modificación alimentaria: LIQUIDA COMPLETA | Fecha: 27/12/2024

SEMANA 1

TIPO DE ALIMENTO	1	2	3	4	5	6	7
TIEMPO DE COMIDA:DESAYUNO							
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE	LICUADO DE AVENA, HUEVO COCIDO Y PAN	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	LICUADO DE CHOCOLATE EN LECHE, QUESO Y TOSTADA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	LICUADO DE AGUA DE PANELA CON LECHE Y PAN
PROTEÍNA / CEREAL/ TUBÉRCULO	LICUADO DE CALDO DE CARNE CON PAPA Y TOSTADAS		LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PECHUGA Y PAN	LICUADO DE CALDO CON HUEVO Y PAN TAJADO.		LICUADO DE CALDO DE PAPA CON HUEVO Y PAN	LICUADO DE CALDO DE ARROZ CON HUEVO
[illegible]							

SEMANA 2

PATRÓN/DÍAS	8	9	10	11	12	13	14
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LICUADO DE CAFÉ EN LECHE, QUESO Y AREPA	LICUADO DE PANELA EN LECHE HUEVO Y TOSTADAS	LICUADO DE AVENA, CON QUESO, LECHE Y PAN	CAFÉ CON LECHE	LICUADO DE CHOCOLATE EN LECHEY PAN
PROTEÍNA / CEREAL/ TUBÉRCULO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PECHUGA Y PAN DE MAIZ	LICUADO DE CALDO CON HUEVO COCIDO Y ARROZ				LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE Y MOGOLLA	TAMAL MACERADO
[illegible]							

SEMANA 3

PATRÓN/DÍAS	15	16	17	18	19	20	21
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LÁCTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	LICUADO DE CAFÉ CON LECHE, QUESO Y PAN TAJADO	LICUADO DE AGUA DE PANELA, HUEVO COCIDO, TOSTADA Y LECHE	TÉ EN LECHE	LICUADO DE COLADA DE HARINA DE PLÁTANO, HUEVO Y PAN DE MAIZ	CAFÉ CON LECHE
PROTEÍNA / CEREAL/ TUBÉRCULO	LICUADO DE CALDO DE HUEVO CON ARROZ	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PESCADO Y AREPA			LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE Y MOGOLLA		LICUADO DE CALDO DE HUEVO CON ARROZ
[illegible]							

SEMANA 4

PATRÓN/DÍAS	22	23	24	25	26	27	28
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
LÁCTEO	LICUADO DE COLADA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE, HUEVO COCIDO, PAN	LECHE CALIENTE	LICUADO DE CHOCOLATE EN LECHE, QUESO CAMPESINO Y AREPA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE	LICUADO DE COLADA DE AVENA, HUEVO COCIDO Y PAN	LICUADO DE AGUA DE PANELA EN LECHE Y AREPA
PROTEÍNA / CEREAL/ TUBÉRCULO		LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE Y PAN HOJALDRADO		LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE CON PAN DE MAIZ	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PESCADO Y PAN TAJADO		TAMAL MACERADO
[illegible]							

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO DERIVACIÓN DE MENÚS	Código: FOR-PSS-206 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016510 - 13/05/2022 Página: 1 de 1

Convenio de asociación o contrato : 9578 de 2024 | Nombre de la unidad operativa: CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL | Dieta o modificación alimentaria: BLANDA | Fecha: 27/12/2024

TIPO DE ALIMENTO	SEMANA 1 (1–7)	SEMANA 2 (8–14)	SEMANA 3 (15–21)	SEMANA 4 (22–28)
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO / NUEVES / ALMUERZO / ONCES / CENA	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

Rocío Campo - Nutricionista CCC Tierra del Sol   Raquel Pinto - Coordinadora CCC Tierra del Sol

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

FORMATO DERIVACIÓN DE MENÚS

Código: FOR-P	Código:	Código:
Versión: 1		
Fecha: Memo I	Fecha:	Fecha:
Página: 1 de 1		

Convenio de asociación o contrato : 9578 de 2024 | Nombre de la unidad operativa: CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL | Dieta o modificación alimentaria: RENAL | Fecha: 27/12/2024

SEMANA 1

TIPO DE ALIMENTO	1	2	3	4	5	6	7
	TIEMPO DE COMIDA:DESAYUNO						
LÁCTEO	AROMATICA DE FRUTAS (1/2 PORCIÓN)	COLADA DE AVENA (1/2 PORCIÓN)	TE EN LECHE (1/2 PORCIÓN)	CAFÉ EN LECHE (1/2 PORCIÓN)	COCOA EN LECHE(1/2 PORCIÓN)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (1/2 PORCIÓN)	TE EN LECHE (1/2 PORCIÓN)
PROTEÍNA	CALDO DE VERDURA CON CARNE, SIN PAPA 1/2 PORCIÓN)	HUEVOS PERICOS	CALDO DE VERDURAS CON PECHUGA, SIN PAPA (1/2 PORCIÓN)	HUEVOS REVUELTOS	QUESO CAMPESINO (1/2 PORCIÓN)	CALDO DE PAPA CON HUEVO (1/2 PORCIÓN)	HUEVOS REVUELTOS
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAIZ 1/2 PORCIÓN	AREPA	PAN BLANDO (1/2 PORCIÓN)	AREPUELAS	TOSTADA 1/2 PORCIÓN	AREPA	ARROZ BLANCO
FRUTA	GRANADILLA	MANDARINA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	FRESAS	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
	TIEMPO DE COMIDA: NUEVES						
LÁCTEO	EN LA ENSALADA	JUGO DE FRESA 1/2 PORCIÓN)	JUGO DE PIÑA 1/2 PORCIÓN	JUGO DE MORA (1/2 PORCIÓN)	AROMATICA (1/2 PORCIÓN)	TE EN AGUA 1/2 PORCIÓN)	AROMATIC A
CEREAL	TOSTADAS	GALLETAS SALTIN 1/2 PORCIÓN	AREPUELA	PAN DE QUESO 1/2 PORCIÓN	TOSTADA 1/2 PORCION	GALLETAS SALTI	PAN DE MAIZ 1/2 PORCIÓN
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS	EN EL JUGO	EN EL JUGO	EN EL JUGO	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA	MANDARIN A Y MANZANA
	TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO						
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA(1/2 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL (1/2 PORCIÓN)	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA (1/2 PORCIÓN)	POLLO EN SALSA BBQ (1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES EN BISTECK (1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO MECHADA (1/2 PORCIÓN)	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA (1/2 PORCIÓN)
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PIMENTÓN +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL CILANTRO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	PASTA EN SALSA +1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA. (1/2 PORCION)	ENSALADA DE TOMATE , CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA + 1/2 PORCION	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA + 1/2 PORCIÓN	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO + 1/2 PORCIÓN	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBÉRCULO O PLÁTANO				TAJADA DE PLATANO			
SOPA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA (1/2 PORCIÓN)	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES (1/2 PORCIÓN)	SOPA DE CONCHITAS (1/2 PORCIÓN)	SOPA DE VERDURAS (1/2 PORCIÓN)	SOPA DE PAJARILLA 1/2	SOPA DE PATACÓN (1/2) PORCIÓN	SOPA DE AVENA (1/2 PORCIÓN)
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA NATURAL 1/2 PORCIÓN	JUGO DE MANGO 1/2 PORCIÓN	JUGO DE PIÑA 1/2 PORCIÓN	JUGO DE FRESA 1/2 PORCIÓN	JUGO DE GUAYABA 1/2 PORCIÓN	JUGO DE TOMATE DE ARBOL 1/2	JUGO DE MORA 1/2 PORCIÓN.
	TIEMPO DE COMIDA: ONCES						
LÁCTEO	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ + AVENA 1/2 PORCIÓN	COCOA EN LECHE 1/2 PORCIÓN	CAFÉ CON LECHE 1/2 PORCIÓN	PETO DE MAIZ DULCE 1/2 PORCIÓN	TE EN LECHE 1/2 PORCIÓN	EN LA FRUTA	JUGO DE MANGO 1/2 PORCIÓN
CEREAL	EN LA COLADA	AREPA	MOGOLLA 1/2 PORCIÓN		TOSTADA 1/2 PORCIÓN	GALLETAS DE AVENA 1/2 PORCIÓN	AREPUELA
FRUTA	MANZANA PICADA	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO	PERA PICADA	EN EL JUGO
	TIEMPO DE COMIDA: CENA						
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA (1/2 PORCIÓN)	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (1/2	COLOMBIANA DE POLLO	TERNERA GUISADA (1/2 PORCIÓN)	GOULASH DE CARNE DE CERDO (1/2 PORCIÓN)	FILETE DE PESCADO DORADO (1/2 PORCIÓN)	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES (1/2 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTÓN)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS + 1/2 PORCIÓN	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO+1/2 PORCIÓN		PLATANO COCIDO+1/2 PORCIÓN
SOPA	SOPA DE VERDURAS 1/2 PORCIÓN		SOPA DE AHUYAMA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE AVENA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE GUINEO 1/2 PORCIÓN	SOPA CARMELITA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE ARROZ 1/2 PORCIÓN
BEBIDA CALIENTE	AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL 1/2 PORCIÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO 1/2 PORCIÓN	AROMATICA DE HIERBAS CON FRESAS	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS CON MANDARINA

SEMANA 2

PATRÓN/DÍAS	8	9	10	11	12	13	14
	TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO						
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE 1/2 PORCIÓN	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ 1/2 PORCIÓN	CAFÉ EN LECHE 1/2 PORCIÓN	COCOA EN LECHE 1/2 PORCIÓN	COLADA DE AVENA 1/2 PORCIÓN	CAFÉ CON LECHE 1/2 PORCIÓN	COCOA EN LECHE 1/2 PORCIÓN
PROTEÍNA	PECHUGA DESMENUZADA CON VERDURAS (1/2 PORCIÓN)	HUEVO EN TORTILLA (1/2 PORCION	QUESO CAMPESINO (1/2 PORCION	CHANGUA CON HUEVO (1/2 PORCIÓN	EMPAREDADO DE QUESO (1/2 PORCIÓN EN PROTEINA)	CALDO DE VERDURAS CON CARNE(SIN PAPA) (1/2 PORCIÓN)	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAIZ (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADAS (1/2 PORCIÓN)		MOGOLLA (1/2 PORCIÓN)	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	MANZANA PICADA	PATILLA PICADA	PERA PICADA
	TIEMPO DE COMIDA: NUEVES						
LÁCTEO	AROMATICA CON FRUTAS 1/2 PORCIÓN	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS 1/2 PORCIÓN	EN LA ENSALADA	JUGO DE FEIJOA 1/2 PORCIÓN	TÉ CON FRUTAS 1/2 PORCIÓN	CON LA FRUTA
CEREAL	GALLETAS DE LECHE 172 PORCIÓN	PAN DE QUESO 1/2 PORCIÓN	EN EL BATIDO	GALLETA SALTIN 1/2 PORCIÓN	AREPA	PAN DE MAÍZ 1/2 POCIÓN	EN LA ENSALADA
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 JUGO	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELON CON YOGURT + AVENA
	TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO						
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA (1/2 PORCION)	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA (1/2 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO (1/2 PORCIÓN)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS 1/2 PORCIÓN	POLLO EN SALSA CHAMPIÑONES (1/2 PORCIÓN	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA 1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA 1/2 PORCIÓN
CEREAL	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PEREJIL+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON COCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA 1/2 PORCIÓN	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, VINAGRE	CALABAZA GUISADA.	TAJADAS DE AGUACATE
TUBÉRCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLÁTANO.	PURE DE YUCA	PAPA AL PEREJIL.	YUCA COCIDA
SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO 1/2 PORCIÓN	CAZUELA DE FRIJOLES 1/2 PORCIÓN	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO 1/2 PORCIÓN	SOPA DE CEBADA PERLADA. 1/2 PORCIÓN	SOPA CARMELITA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE VERDURAS 1/2 PORCIÓN	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ. 1/2 PORCIÓN
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO 1/2 PORCIÓN	LIMONADA NATURAL 1/2 PORCIÓN	JUGO DE GUAYABA 1/2 PORCIÓN	JUGO DE LULO 1/2 PORCIÓN	JUGO DE MARACUYA 1/2 PORCIÓN	JUGO DE MORA 1/2 PORCIÓN	JUGO DE GUAYABA 1/2 PORCIÓN
	TIEMPO DE COMIDA: ONCES						
LÁCTEO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO + AVENA	AROMATICA 1/2 PORCIÓN	EN LA ENSALADA	COLADA DE FECULA DE MAIZ + AVENA	ARROZ CON LECHE 1/2 PORCIÓN	COLADA DE AVENA CON FRESAS	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA+ AVENA
CEREAL	EN LA COLADA	AREPA	GALLETA DE AVENA 1/2 PORCIÓN	EN LA COLADA		EN LA COLADA	EN LA COLADA
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESAS	FRESA PICADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA
	TIEMPO DE COMIDA: CENA						
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO 1/2 PORCIÓN	PECHUGA MECHADA 1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES AL CILANTRO 1/2 PORCIÓN	POLLO A LA JARDINERA PORCIÓN 1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES PICADA PORCIÓN 1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO BBQ 1/2 PORCIÓN	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS 1/2 PORCIÓN
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL CILANTRO+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ESPINACA+1/2 PORCIÓN	SPAGUETTIS+1/2 PORCIÓN	ARROZ ATOMATADO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓNDO	ARROZ AL PIMENTÓN+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS 1/2 PORCIÓN	SOPA DE FIDEOS 1/2 PORCIÓN	SOPA DE ARRACACHA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE PATACON 1/2 PORCIÓN	SANCOCHITO 1/2 PORCIÓN	SOPA DE MAZORCA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE AVENA 1/2 PORCIÓN
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYA	AROMÁTICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS CON MANDARINA	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA

SEMANA 3

PATRÓN/DÍAS	15	16	17	18	19	20	21
	TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO						
LÁCTEO	COLADA DE AVENA 1/2 PORCIÓN	COCOA EN LECHE 1/2 PORCIÓN	CAFÉ CON LECHE 1/2 PORCIÓN	COLADA DE AVENA CON MANZANA 1/2 PORCIÓN	TÉ EN LECHE 1/2 PORCIÓN	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO 1/2 PORCIÓN	CAFÉ CON LECHE 1/2 PORCIÓN
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS 1/2 PORCIÓN	PESCADO HERVIDO CONVERDURAS 1/2 PORCIÓN	EMPAREADO DE QUESO 1/2 PORCIÓN EN PROTEINA	CHANGUA CON HUEVO 1/2 PORCIÓN	CALDO DE VERDURAS CON CARNE, SIN PAPA 1/2 PORCIÓN	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO 1/2 PORCIÓN	HUEVOS PERICO
CEREAL/ TUBÉRCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA 1/2 PORCIÓN	AREPA	PAN DE MAIZ 1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
	TIEMPO DE COMIDA: NUEVES						
LÁCTEO	AROMATICA DE FRUTAS 1/2 PORCIÓN	JUGO DE MARACUYÁ 1/2 PORCIÓN	BATIDO DE GUAYABA CON AVENA 1/2 PORCIÓN	EN LA FRUTA	AROMATICA DE FRUTAS 1/2 PORCIÓN	LECHE CALIENTE 1/2 porción	jugo DE CURUBA
CEREAL	GALLETAS DE AVENA 1/2 PORCIÓN	PAN DE MAIZ 1/2 PORCIÓN	EN EL BATIDO	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	AREPUELA	MANTECADA 1/2 PORCIÓN
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL JUGO	EN EL BATIDO	FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA	GRANADILLA	
	TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO						
PROTEÍNA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA 1/2 PORCIÓN	GOULASH DE CARNE DE RES 1/2 PORCIÓN	POLLO A LAS FINAS HIERBAS 1/2 PORCIÓN	ALBONDIGAS 1/2 PORCIÓN	POLLO DORADO (COLOMBINA) 1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO DORADA 1/2 PORCIÓN	CERDO Y RES EN EL COCIDO 1/2 PORCIÓN
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PIMENTON EN , +1/2 PORCIÓN	ARROZ ATOMATADO +1/2 PORCIÓN	SPAGUETTIS +1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE 1/2 PORCIÓN	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE 1/2 PORCIÓN
TUBÉRCULO O PLÁTANO						PAPA AL VAPOR 1/2 PORCIÓN	
SOPA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE LENTEJAS	
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA NATURAL	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
	TIEMPO DE COMIDA: ONCES						
LÁCTEO	JUGO DE CURUBA 1/2 PORCIÓN	TE CON FRUTAS 1/2 PORCIÓN	PETO DE MAIZ DULCE 1/2 PORCIÓN	COLADA DE AVENA CON GUAYABA + AVENA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA + AVENA
CEREAL	GALLETA DE AVENA 1/2 PORCIÓN	GALLETA SALTIN 1/2 PORCIÓN		EN LA COLADA	AREPA PEQUEÑA	GALLETA DE AVENA	EN LA COLADA
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
	TIEMPO DE COMIDA: CENA						
PROTEÍNA	POLLO GUISADO 1/2 PORCIÓN	LENGUA EN SALSA 1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES PICADA 1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA 1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO MECHADA 1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES AL CILANTRO 1/2 PORCIÓN	PECHUGA GRATINADA 1/2 PORCIÓN
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 + 1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ AJONJOLI+1/2 PORCIÓN	SPAGUETTIS+1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PEREJIL+1/2 PORCIÓN
TUBÉRCULO O PLÁTANO	SOPA DE ARRACACHA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE AHUYAMA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE ARRACACHA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE VERDURAS 1/2 PORCIÓN	SOPA DE PATACÓN 1/2 PORCIÓN	SOPA CARMELITA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE ARROZ 1/2 PORCIÓN
BEBIDA CALIENTE	AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	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 MARACUYÁ Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA

SEMANA 4

PATRÓN/DÍAS	22	23	24	25	26	27	28
	TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO						
LÁCTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ 1/2 PORCIÓN	LECHE CALIENTE 1/2 PORCIÓN	COCOA EN LECHE 1/2 PORCIÓN	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA 1/2 PORCIÓN	CAFÉ CON LECHE 1/2 PORCIÓN	COLADA DE AVENA 1/2 PORCIÓN	TE EN LECHE 1/2 PORCION
PROTEÍNA	HUEVO COCIDO 1/2 PORCIÓN	CALDO DE VERDURAS CON CARNE, SIN PAPA 1/2 PORCIÓN	QUESO CAMPESINO 1/2 PORCIÓN	CARNE DESMECHADA CON VERDURAS 1/2 PORCIÓN	PESCADO HERVIDO CON VERDURAS 1/2 PORCIÓN	HUEVO EN TORTILLA 1/2 PORCIÓN	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN BLANDO 1/2 PORCIÓN	PAN HOJALDRADO 1/2 PORCIÓN	AREPUELA	AREPA	PAN TAJADO 1/2 PORCIÓN	PAN ROLLO 1/2 PORCIÓN	AREPA
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PIÑA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
	TIEMPO DE COMIDA: NUEVES						
LÁCTEO	AROMATICA DE FRUTAS 1/2 PORCIÓN	JUGO DE MORA 1/2 PORCIÓN	JUGO DE MARACUYA 1/2 PORCIÓN	TE CON FRUTAS	JUGO DE FRESAS 1/2 PORCIÓN	KUMIS 1/2 PORCIÓN	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
CEREAL	GALLETAS DE AVENA 1/2 PORCIÓN	GALLETA CRACKER 1/2 PORCIÓN	AREPA PEQUEÑA	PAN BLANCO 1/2 PORCIÓN	AREPUELA	GALLETA CRACKER 1/2 PORCIÓN	GALLETA DE AVENA 1/2 PORCIÓN
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y FRESAS	EN EL JUGO	EN EL JUGO	EN EL TE	EN EL JUGO	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
	TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO						
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS 1/2 PORCIÓN	POLLO DORADO (COLOMBINA) 1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA 1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO DORADO 1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI 1/2 PORCIÓN	CARNE DE CERDO AL AJILLO 1/2 PORCIÓN	POLLO GUISADO (PIERNA) 1/2 PORCIÓN
CEREAL	ARROZ PAJARITO +1/2 PORCIÓN	SPAGUETTIS +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PEREJIL +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL CILANTRO +1/2 PORCIÓN	ARROZ AL PIMENTÓN +1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA 1/2 PORCIÓN	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA + 1/2 PORCIÓN	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA + 1/2 PORCIÓN	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS.	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA
TUBÉRCULO O PLÁTANO						YUCA DORADA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO 1/2 PORCIÓN	SOPA DE AHUYAMA 1/2 PORCIÓN	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE AVENA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE PATACÓN 1/2 PORCIÓN	SOPA DE CONCHITAS 172 PORCIÓN	AJIACO 1/2 PORCIÓN
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL		
	TIEMPO DE COMIDA						
LÁCTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	JUGO DE MANGO	ARROZ CON LECHE 1/2 PORCIÓN	CUAJADA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MARACUYA	TE CON FRUTAS
CEREAL	EN LA COLADA	GALLETA CRACKER 1/2 PORCIÓN			MAIZ PIRA	GALLETAS DE AVENA 1/2 PORCIÓN	GALLETA CRACKER 1/2 PORCIÓN
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL JUGO	EN EL TE
	TIEMPO DE COMIDA: EN LA CENA						
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA 1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN 1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ 1/2 PORCIÓN	POLLO EN SALSA (COLOMBINA) 1/2 PORCIÓN	POLLO DORADO 1/2 PORCIÓN	CARNEDE RES AL CILANTRO 1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA 1/2 PORCIÓN
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ BALNCO	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLATANO+1/2 PORCIÓN	ARROZ ATOMATADO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	ARROZ PAJARITO+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ESPINACA+1/2 PORCIÓN
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS 1/2 PORCIÓN	SOPA DE AVENA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE ARROZ 1/2 PORCIÓN	SOPA DE AHUYAMA 1/2 PORCIÓN	SOPA CARMELITA 1/2 PORCIÓN	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO 1/2 PORCIÓN	SOPA DE PATACON 1/2 PORCIÓN
SOPA O CREMA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA CON FRESAS

REVISIÓN Y APROBACIÓN				
FECHA		NOMBRE COMPLETO	CARGO	FIRMA
Elaboró	27/12/2024	Rocío Campo Yaniz	Nutricionista	
Aprobó	27/12/2024	Raquel Pinto	Coordinadora	