

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</p> <p>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</p>	<p>PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES</p>	<p>Código: FOR-PSS-206</p>
	<p>FORMATO CICLO DE MENÚS</p>	<p>Versión: 2</p>
		<p>Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023</p>
		<p>Página: 1 de 4</p>

Código:	FOR-PSS-206
---------	-------------

Versión: 2

Página: 1 de 4

FECHA DE ELABORACIÓN: 7/01/2025

SEMANA 1							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_1	MENÚ_2	MENÚ_3	MENÚ_4	MENÚ_5	MENÚ_6	MENÚ_7
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ (SIN AZÚCAR)	TINTO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE (SIN AZÚCAR)	TINTO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN (SIN AZÚCAR)	TINTO (SIN AZÚCAR)
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA SIN AZÚCAR	TE EN LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	COCOA SIN AZÚCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA SIN AZÚCAR	TE EN LECHE 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
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ	PAN HOJALDRADO	PAN INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	
CEREAL							ARROZ BLANCO 1/2 PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA SIN AZÚCAR	SORBETE DE GUANÁBANA SIN AZÚCAR	SORBETE DE MORA SIN AZÚCAR	LECHE CALI ENTE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	TE EN LECHE SIN AZÚCAR
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS INTEGRALES 2 UNIDADES	TOSTADA INTEGRAL	CROISSANT	PAN DE QUESO	GALLETA DE SODA 2 UNIDADES	GALLETAS INTEGRALES 2 UNIDADES	PAN DE MAÍZ
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 BISTECK	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ .	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
LEGUMINOSA		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. (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 - PLÁTANO - RAÍZ							
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUJO DE RES	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
FRUTA	MANDARINA	MANGO	PIÑA	GUANABANA	GUAYABA	MANZANA	FRESAS
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZÚCAR	COCOA EN LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	PETO DE MAÍZ SIN AZÚCAR	TE EN LECHE SIN AZÚCAR	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO SIN AZÚCAR
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETA INTEGRAL	AREPA	MOGOLLA INTEGRAL (1/2 PORCIÓN)		TOSTADA INTEGRAL	GALLETAS DE AVENA	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
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO		
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
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ						PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO (SIN AZÚCAR)	LECHE CALIENTE (SIN AZÚCAR)	TE EN LECHE (SIN AZÚCAR)	SROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA (SIN AZÚCAR)	SROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUYA (SIN AZÚCAR)	LECHE CALIENTE CON CANELA (SIN AZÚCAR)
POSTRE							

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Versión: 2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página: 3 de 4

SEMANA 3							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_15	MENÚ_16	MENÚ_17	MENÚ_18	MENÚ_19	MENÚ_20	MENÚ_21
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE (SIN AZÚCAR)	TINTO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA (SIN AZÚCAR)	TINTO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUE	TINTO (SIN AZÚCAR)
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA (SIN AZÚCAR)	COCOA CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ EN LECHE (SIN AZÚCAR)	COLADA DE AVENA (SIN AZÚCAR)	TÉ EN LECHE SIN AZÚCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDAO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICO
DERIVADO CEREAL		AREPA		TOSTADA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN DE MAIZ	
CEREAL	ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)						ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYÁ (SIN AZÚCAR)	BATIDO DE GUANABANA (SIN AZÚCAR)	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE (SIN AZÚCAR)	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA (SIN AZÚCAR)
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS DE AVENA	PAN DE MAIZ	TOSTADA INTEGRAL	GALLETA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETA DE AVENA	TOSTADA INTEGRAL
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON LECHE DESCREMADA	GRANADILLA	EN EL BATIDO
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
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
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 - PLÁTANO - RAÍZ							
SOPA O CAZUELA 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	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
FRUTA	MANDARINA	UVAS	PAPAYA	MELON	PATILLA	PIÑA	MANZANA
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA (SIN AZÚCAR)	AROMATICA SIN AZÚCAR	PETO DE MAIZ (SIN AZÚCAR)	COLADA DE AVENA CON GUAYABA (SIN AZÚCAR)	SORBETE DE GUANABANA (SIN AZÚCAR)	SORBETE DE MANGO (SIN AZÚCAR)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA (SIN AZÚCAR)
DERIVADO LÁCTEO		QUESO CAMPESINO					
DERIVADO CEREAL	GALLETAS INTEGRALES	PAN TAJADO INTEGRAL		GALLETAS SALTÍN	TOSTADAS INTEGRALES	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	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 (1/2 PORCION)	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO		ARROZ AJONOLÍ	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
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
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ				PAPA CRIOLLA DORADA (1/2 PORCION)			
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITADE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA (SIN AZÚCAR)	LECHE CALIENTE CON CANELA (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ Y CANELA (SIN AZÚCAR)	LECHE CALIENTE
POSTRE							

 <p>ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</p> <p>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</p>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Versión: 2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página: 4 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SEMANA 4							
COMPONENTE MINUTA PATRON	MENÚ_22	MENÚ_23	MENÚ_24	MENÚ_25	MENÚ_26	MENÚ_27	MENÚ_28
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL (SIN AZÚCAR)	TINTO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS (SIN AZÚCAR)	TINTO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA (SIN AZÚCAR)	TINTO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA (SIN AZÚCAR)
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FECULA DE MAIZ (SIN AZÚCAR)	LECHE CALIENTE SIN AZÚCAR	COCOA CON LECHE SIN AZÚCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA (SIN AZÚCAR)	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA (SIN AZÚCAR)	TE CON LECHE 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 (1/2 PORCIÓN)
DERIVADO CEREAL	PAN INTEGRAL	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
CEREAL	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COCOA EN LECHE (SIN AZÚCAR)	SORBETE DE MORA (SIN AZÚCAR)	BATIDO DE BANANO (SIN AZÚCAR)	TE EN LECHE (SIN AZÚCAR)	SORBETE DE CURUBA (SIN AZÚCAR)	KUMIS SIN AZÚCAR	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN DE MAIZ	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS 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 SIN AZÚCAR
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)
LEGUMINOSA			EN LA SOPA				
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECAS DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (MAS 20 GRS)	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA (MAS 20 GRS)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (MAS 20 GRS)	ENSALADA AGRÍDULCE (MAS 20 GRS)	VERDURAS SALTEADAS. (MAS 20 GRS)	TAJADA DE AGUACATE (MAS 20 GRS)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (MAS 20 GRS)
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
SOPA O CAZUELA 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	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
FRUTA	MANGO PICADO	PIÑA EN RODAJA	GUAYABA PICADA	MANDARINA	PERA PICADA	CIRUELAS	NARANJA
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA (SIN AZÚCAR)	SORBETE DE GUANABANA (SIN AZÚCAR)	ARROZ CON LECHE (SIN AZÚCAR)	FLAN SIN AZÚCAR	CANDIL (SIN AZÚCAR)	SORBETE DE CURUBA (SIN AZÚCAR)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (SIN AZÚCAR)
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL			MAIZ PIRA	GALLETAS SALTÍN	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
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
CEREAL		ARROZ CON ZANAHORIA		ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
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
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPAS A LA FRANCESA (1/2 PORCIÓN)		TAJADAS DE PLÁTANO (1/2 PORCIÓN)				
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL (SIN AZÚCAR)	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA (SIN AZÚCAR)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO (SIN AZÚCAR)	AROMATICA CON FRESAS SIN AZÚCAR
POSTRE							

 ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Fecha:	Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página:	1 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	MAYORES 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SEMANA 1							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_1	MENÚ_2	MENÚ_3	MENÚ_4	MENÚ_5	MENÚ_6	MENÚ_7
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS	COLADA DE AVENA + 100 CC YOGURT O KUMIS	TE EN LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS	CAFÉ CON LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS	CHOCOLATE EN LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS	COLADA DE FECULA DE MAÍZ CON MORA + 100 CC YOGURT O KUMIS	AGUA DE PANELA CON LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS REVUELTOS
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ CON MANTEQUILLA	PAN HOJALDRADO CON MIEL	PAN BLANDO CON MERMELADA	PAN TAJADO INTEGRAL CON MANTEQUILLA	TOSTADA CON QUESO CREMA	PAN BALNDO CON MANTEQUILLA	
CEREAL							ARROZ BLANCO + 1/2 PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALI ENTE	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE
DERIVADO LÁCTEO	EN LA ENSALADA						
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETA WAFER	MANTECADA	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUE TAJADO	MANTECADA	PAN DE MAÍZ
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+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
LEGUMINOSA		EN LA CAZUELA					
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	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA EN SALSA CRIOLLA (DOBLE PORCIÓN)	PAPA DORADA (DOBLE PORCIÓN)	PAPA CRIOLLA GUISADA (DOBLE PORCIÓN)	TAJADA DE PLATANO (DOBLE PORCIÓN)	PLÁTANO MADURO COCIDO (DOBLE PORCIÓN)	PAPA EN SALSA CRIOLLA (DOBLE PORCIÓN)	PURE DE PAPA CRIOLLA (DOBLE PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA 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
FRUTA							
POSTRE	1/2 BOCADILLO	AREQUIPE	1 CHOCOLATINA PEQUEÑA	GELATINA	HELADO	DULCE O COMPOTA	GALLETA DULCE
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FECULA DE MAÍZ	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE.	PETO DE MAIZ DULCE	TE EN LECHE	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO 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: CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA+ 1 HUEVO	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS+1 HUEVEO	COLOMBINA DE POLLO DORADO+1 HUEVO	TERNERA GUISADA+1 HUEVO	GOULASH DE CARNE DE CERDO+1 HUEVO	FILETE DE PESCADO DORADO+1/2 PORCIÓN	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES+1 HUEVO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO		
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTÓN)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ						PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TE EN LECHE	SROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	SROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA
POSTRE	CHOCOLATINA	DULCE O COMPOTA	AREQUIPE	BOCADILLO	GALLETA CON MIEL	CHOCOLATINA	BOCADILLO

 ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Fecha:	Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página:	2 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SEMANA 2							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_8	MENÚ_9	MENÚ_10	MENÚ_11	MENÚ_12	MENÚ_13	MENÚ_14
TIEMPO DE COMIDA: 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
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE + + 100 CC YOGURT O KUMIS	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ + 100 CC YOGURT O KUMIS	CAFÉ EN LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS	AGUA DE PANELA + 100 CC YOGURT O KUMIS	COLADA DE AVENA + 100 CC YOGURT O KUMIS	CAFÉ CON LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS	CHOCOLATE EN LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ (DOBLE PORCIÓN)		AREPA CON MANTEQUILLA	TOSTADAS CON MERMELADA		MOGOLLA INTEGRAL (DOBLE PORCIÓN)	AREPA CON MANTEQUILLA
CEREAL		ARROZ BLANCO +1/2 PORCIÓN					
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE		BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEJOA	TE EN LECHE	CON LA FRUTA
DERIVADO LÁCTEO		CUAJADA					
PROTEÍNA							
DERIVADO 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
LEGUMINOSA		EN LA CAZUELA					
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODajas DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE VINAGRE	CALABAZA GUISADA.	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA DORADA (DOBLE PORCIÓN)	PLÁTANO MADURO COCIDO (PORCIÓN DOBLE)	PAPA EN CHUPE (DOBLE PORCIÓN)	TORTA DE PLÁTANO (DOBLE PORCIÓN)	PURE DE YUCA(DOBLE PORCIÓN)	PAPA AL PEREJIL (DOBLE PORCIÓN	YUCA COCIDA (DOBLE PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA 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 MAÍZ.
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
FRUTA							
POSTRE	1/2 BOCADILLO	1 CUCHARADITA DE AREQUIPE	1 CHOCOLATINA PEQUEÑA	GELATINA	1/2 PORCION DE HELADO	DULCE O COMPOTA	GALLETA DULCE
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	TE EN LECHE	EN LA ENSALADA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON BANANO	ARROZ CON LECHE	SORBETE DE GUANABANA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO 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
CEREAL	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 PORCIÓN	ARROZ AL PIMENTÓN+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON AJOMOLÍ+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
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACON	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
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
POSTRE	CHOCOLATINA	DULCE O COMPOTA	AREQUIPE	BOCADILLO	GALLETA CON MIEL	CHOCOLATINA	BOCADILLO

 <div>ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</div>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CICLO DE MENÚS	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
		Fecha:	Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página:	3 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SEMANA 3							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_15	MENÚ_16	MENÚ_17	MENÚ_18	MENÚ_19	MENÚ_20	MENÚ_21
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUE	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA + 100 CC YOGURT O KUMIS	CHOCOLATE EN LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS	CAFÉ CON LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS	AGUA DE PANELA + 100 CC YOGURT O KUMIS	TÉ EN LECHE + 100 CC YOGURT O KUMIS	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO + 100 CC YOGURT O KUMIS	CAFÉ CON LECHE+ 100 CC YOGURT O KUMIS
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO + 1/2 PORCIÓN EN PROTEÍNA	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICO
DERIVADO CEREAL		AREPA CON MANTEQUILLA		TOSTADA CON MERMELEDA	MOGOLLA (DOBLE PORCIÓN)	PAN DE MAIZ (DOBLE PORCIÓN)	
CEREAL	ARROZ BLANCO + 1/2 PORCIÓN						ARROZ BLANCO + 1/2 PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYÁ	BATIDO DE GUANABANA CON MIEL	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS DE AVENA	MOGOLLA INTEGRAL	MANTECADA
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA	EN EL SORBETE
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
LEGUMINOSA						EN LA SOPA	
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON EN .	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
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 - PLÁTANO - RAÍZ	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 CAZUELA 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	
FRUTA							
POSTRE	1/2 BOCADILLO	1 CUCHARADITA DE AREQUIPE	1 CHOCOLATINA PEQUEÑA	GELATINA	1/2 PORCION DE HELADO	DULCE O COMPOTA	GALLETAS DULCE
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	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
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	MANTECADA	GALLETAS 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 HUEVO	LENGUA EN SALSA+1 HUEVO	CARNE DE RES PICADA+1 HUEVO	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA+1 HUEVO	CARNE DE CERDO MECHADA+1 HUEVO	CARNE DE RES AL CILANTRO+1 HUEVO	PECHUGA GRATINADA+1 HUEVO
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO		ARROZ AJONJOLI	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ				PAPA CRIOLLA DORADA			
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE
POSTRE	CHOCOLATINA	DULCE O COMPOTA	AREQUIPE	BOCADILLO	GALLETAS CON MIEL	CHOCOLATINA	BOCADILLO

 <div>ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</div>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Fecha:	Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página:	4 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SEMANA 4							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_22	MENÚ_23	MENÚ_24	MENÚ_25	MENÚ_26	MENÚ_27	MENÚ_28
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON 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
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FECULA DE MAIZ+ 100 CC YOGURT O KUMIS	LECHE CALIENTE+ 100 CC YOGURT O KUMIS	CHOCOLATE EN LECHE+ 100 CC YOGURT O KUMIS	COLADA DE HARINA DE PLATANO CON MORA+ 100 CC YOGURT O KUMIS	CAFÉ CON LECHE+ 100 CC YOGURT O KUMIS	COLADA DE AVENA	AGUA DE PANELA EN LECHE
PROTEÍNA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA+ 1/2 PORCIÓN QUESO	TAMAL + 1 HUEVO
DERIVADO CEREAL	PAN BLANDO CON QUESO CREMA	PAN HOJALDRADO CON MERMELADA	AREPA CON MANTEQUILLA	PAN DE MAIZ CON MERMELADA	PAN TAJADO INTEGRAL CON MANTEQUILLA	PAN ROLLO DOBLE PORCIÓN	AREPA (DOBLE PORCIÓN)
CEREAL							
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	CHOCOLATE EN LECHE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE BANANO	TE EN LECHE	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
DERIVADO LÁCTEO	PONQUÉ TAJADO	GALLETAS CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	MANTECADA	GALLETAS CRACKER SABORIZADA	GALLETAS WAFER
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL							
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
LEGUMINOSA							
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 - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURE DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA.	YUCA DORADA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CAZUELA 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
FRUTA							
POSTRE	1/2 BOCADILLO	1 CUCHARADITA DE AREQUIPE	1 CHOCOLATINA PEQUEÑA	1 MUFFI PEQUEÑO	1/2 PORCION DE HELADO	DULCE O COMPOTA	GALLETAS DULCE
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	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
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS CRACKER SABORIZADA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)			MAIZ PIRA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	GALLETAS CRACKER
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: 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	CARNE DE RES AL CILANTRO+1/2 PORCIÓN	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA+1/2 PORCIÓN
CEREAL		ARROZ CON ZANAHORIA+1/2 PORCIÓN		ARROZ ATOMATADO+1/2 PORCIÓN	ARROZ BLANCO+1/2 PORCIÓN	ARROZ PAJARITO+1/2 PORCIÓN	ARROZ CON ESPINACA+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
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPAS A LA FRANCESA		TAJADA DE PLATANO+1/2 PORCIÓN				
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
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
POSTRE	GELATINA	DULCE O COMPOTA	AREQUIPE	BOCADILLO	GALLETAS CON MIEL	CHOCOLATINA	HELADO

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</p> <p>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</p>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Versión: 2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página: 1 de 4

Código: FOR-PSS-206

FORMATO CICLO O DE MENÚS

Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023

Página: 1 de 4

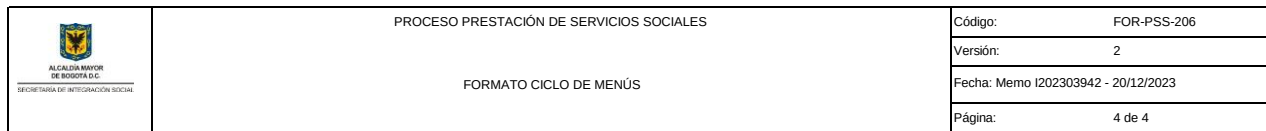
FECHA DE ELABORACIÓN: 7/01/2025

SEMANA 1							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_1	MENÚ_2	MENÚ_3	MENÚ_4	MENÚ_5	MENÚ_6	MENÚ_7
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	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 MORACÓN 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
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ 1 UNIDAD	PAN HOJALDRADO (1 UNIDAD)	PAN BLANDO 1 UNIDAD	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA (1 UNIDAD)	PAN BLANDO 1 UNIDAD	
CEREAL							ARROZ BLANCO 1/2 PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	SORBETE DE GUANABANA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	SORBETE DE MORA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	LECHE CALIENTE (CON LECHE DESCREMADA)	CAFÉ CON LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	TE EN LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS INTEGRALES 2 UNIDADES	TOSTADA	CROISSANT (1 UNIDAD)	PAN DE QUESO 1 UNIDAD	GALLETA DE SODA 2 UNIDADES	GALLETAS INTEGRALES 2 UNIDADES	PAN DE MAÍZ 1 UNIDAD
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 BISTECK	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ .	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
LEGUMINOSA		EN LA SOPA					
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 PORCIÓN)	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 - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA EN SALSA CRIOLLA (1/2 PORCIÓN)	PAPA DORADA (1/2 PORCIÓN)	PAPA CRIOLLA GUISADA (1/2 PORCIÓN)	TAJADA DE PLÁTANO 1/2 PORCIÓN	PLÁTANO MADURO COCIDO (1/2 PORCIÓN)	PAPA EN SALSA CRIOLLA (1/2 PORCIÓN)	PURE DE PAPA CRIOLLA (1/2 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA 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 AZÚCAR)	JUGO DE MANGO (SIN AZÚCAR)	JUGO DE PIÑA (SIN AZÚCAR)	JUGO DE GUANABANA (SIN AZÚCAR)	JUGO DE GUAYABA (SIN AZÚCAR)	JUGO DE TOMATE DE ARBOL (SIN AZÚCAR)	JUGO DE MORA (SIN AZÚCAR)
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	COCOA EN LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	CAFÉ CON LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	PETO DE MAÍZ (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	TE EN LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	PAN ROLLO (1 UNIDAD)	AREPA (1 UNIDAD)	MOGOLLA INTEGRAL (1 UNIDAD)		TORTA SABOR A QUESO 1/2 UNIDAD	GALLETAS INTEGRALES 2 UNIDADES	PAN BLANDO INTEGRAL 1 UNIDAD
FRUTA	MELÓN 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 CHAMPINONES
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN)	ARROZ PAJARITO (1/2 PORCIÓN)		
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
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ						PURÉ DE PAPA (1/2 PORCIÓN)	PLÁTANO COCIDO (1/2 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE GUINEO	SOPA CARMELITITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE (DESCREMADA)	TE EN LECHE (DESCREMADA)	SROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	SROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA (DESCREMADA)
POSTRE							

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Versión: 2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página: 3 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SEMANA 3							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_15	MENÚ_16	MENÚ_17	MENÚ_18	MENÚ_19	MENÚ_20	MENÚ_21
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUE	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	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	EMPAREDAO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICO
DERIVADO CEREAL		AREPA		TOSTADA	MOGOLLA INTEGRAL	PAN DE MAIZ	
CEREAL	ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)						ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE (DESCREMADA)	SORBETE DE MARACUYÁ (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	BATIDO DE GUANABANA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	EN LA FRUTA	Café con leche (con leche descremada sin azúcar)	LECHE CALIENTE (CON LECHE DESCREMADA)	SORBETE DE CURUBA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS DE AVENA	PAN DE MAIZ	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS SALTIN	GALLETAS INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	TOSTADA
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON LECHE DESCREMADA	GRANADILLA	EN EL BATIDO
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
LEGUMINOSA							
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 - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA COCIDA CON CASCARA (1/2 PORCIÓN)	PAPA CRIOLLA DORADA (1/2 PORCIÓN)	PLÁTANO CON QUESO (1/2 PORCIÓN)	PLÁTANO COCIDO (1/2 PORCIÓN)	YUCA COCIDA (1/2 PORCIÓN)	PAPA AL VAPOR (1/2 PORCIÓN)	PAPA DORADA
SOPA O CAZUELA 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 AZÚCAR)	JUGO DE UVA (SIN AZÚCAR)	JUGO DE LULO (SIN AZÚCAR)	JUGO DE CURUBA (SIN AZÚCAR)	LIMONADA (SIN AZÚCAR)	JUGO DE PIÑA (SIN AZÚCAR)	JUGO DE MORA (SIN AZÚCAR)
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO		COLADA DE AVENA CON GUAYABA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	SORBETE DE GUANABANA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	SORBETE DE MANGO (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)
DERIVADO LÁCTEO			PETO DE MAIZ (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)				
DERIVADO CEREAL	GALLETAS INTEGRALES	PAN TAJADO INTEGRAL		GALLETAS SALTIN	TOSTADAS	GALLETAS 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	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 (1/2 PORCION)	ARROZ ATOMATADO (1/2 PORCION)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCION)		ARROZ AJONJOLI (1/2 PORCION)	SPAGUETTIS (1/2 PORCION)	ARROZ AL PEREJIL (1/2 PORCION)
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
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ				PAPA CRIOLLA DORADA (1/2 PORCION)			
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITADE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE
POSTRE							



RÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO CICLO DE MENÚS

Código:	FOR-PSS-206
---------	-------------

Versión: 2

Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023

Página: 4 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: USAQUEN

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO

GRUPO DE EDAD: PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN: 7/01/2025

SEMANA 4							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_22	MENÚ_23	MENÚ_24	MENÚ_25	MENÚ_26	MENÚ_27	MENÚ_28
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON 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
BEBIDA LÁCTEA	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
DERIVADO CEREAL	PAN BLANDO (1 UNIDAD)	PAN HOJALDRADO (1 UNIDAD)	AREPA 1 UNIDAD	PAN DE MAIZ 1 UNIDAD	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO (1 UNIDAD)	AREPA (1 UNIDAD)
CEREAL	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
BEBIDA LÁCTEA	COCOA EN LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	SORBETE DE MORA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	BATIDO DE BANANO (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	TE EN LECHE (CON LECHE DESCREMADA)	SORBETE DE CURUBA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	KUMIS DIETÉTICO	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS SALTIN	GALLETAS DE AVENA	MOGOLLA INTEGRAL 1 UNIDAD	TOSTADA	PAN DE MAIZ 1 UNIDAD	GALLETAS INTEGRAL	GALLETAS 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)
LEGUMINOSA			EN LA SOPA				
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	POTECAS 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 - PLÁTANO - RAÍZ	PAPAS 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 CAZUELA 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 AZÚCAR)	JUGO DE PIÑA (SIN AZÚCAR)	JUGO DE GUAYABA (SIN AZÚCAR)	JUGO DE MARACUYA (SIN AZÚCAR)	JUGO DE TOMATE DE ARBOL (SIN AZÚCAR)	JUGO DE MORA (SIN AZÚCAR)	LIMONADA (SIN AZÚCAR)
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	SORBETE DE GUANABANA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	ARROZ CON LECHE (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	FLAN (1/2 PORCIÓN)	CANDIL (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	SORBETE DE CURUBA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (CON LECHE DESCREMADA SIN AZÚCAR)
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS CRACKER SABORIZADA (1/2 PORCIÓN)	TORTA (1/2 PORCIÓN)				MAIZ PIRA	TORTA DE BANANO (1/2 PORCIÓN)
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
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
CEREAL		ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN)		ARROZ ATOMATADO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ PAJARITO (1/2 PORCIÓN)	ARROZ CON ESPINACA (1/2 PORCIÓN)
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
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPAS A LA FRANCESA (1/2 PORCIÓN)		TAJADAS DE PLÁTANO (1/2 PORCIÓN)				
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
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
POSTRE							

 <p>ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</p> <p>SECRETARÍA DE INFORMACIÓN SOCIAL</p>	<p>PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES</p>	<p>Código: FOR-PSS-206</p>
		<p>Versión: 2</p>
	<p>FORMATO CICLO DE MENÚS</p>	<p>Fecha:Memo I202303942 - 20/12/2023</p>
		<p>Página: 2 de 4</p>

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO

GRUPO DE EDAD: PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN: 7/01/2025

SEMANA 2							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_8	MENÚ_9	MENÚ_10	MENÚ_11	MENÚ_12	MENÚ_13	MENÚ_14
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA 100 CC	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL 1	TINTO	TINTO (SAROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE 100 CC	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ 100 CC	CAFE EN LECHE 100 CC	TÉ EN LECHE 100 CC	COLADA DE AVENA 100 CC	CAFÉ CON LECHE 100 CC	COCOA CON LECHE 100 CC
PROTEÍNA	PECHUGA A LA PLANCHA 60 GR	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	HUEVO TIBIO	EMPAREDADO DE QUESO	CARNE ASADA 60 GR.	CROISANT
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAIZ 1 UNIDAD		AREPA 1 UNIDAD	TOSTADAS 1 UNIDAD		MOGOLLA 1 UNIDAD	AREPA 1 UNIDAD
CEREAL		ARROZ BLANCO					
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE 100 CC	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS 100 CC	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA 100 CC	TÉ EN LECHE 100 CC	CON LA FRUTA
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS TIPO MARIA	PAN DE QUESO 1/2 UNIDAD		GALLETA TIPO MARIA	TOSTADA 1 UNIDAD	PAN DE MAIZ 1/2 UNIDAD	GALLETA TIPO MARIA
FRUTA			EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE		
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA 80 GR.	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA 80 GR.	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO 80 GR.	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES 80 GR.	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA 80 GR.	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA 80 GR.
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA.	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
SOPA O CAZUELA 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							
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLATANO CON GUAYABA 100 CC	FLAN (1/2 PORCION)	EN LA ENSALADA	ARROZ CON LECHE (100 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO 100 CC	CANDIL (100 CC)	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA (100 CC)
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	CROISSANT (1/2 PORCION)		GALLETA TIPO MARIA		GALLETA TIPO MARIA	MOGOLLA 1/2 PORCIÓN	PAN DE QUESO (1/2 PORCION)
FRUTA	EN LA COLADA		ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA 60 GR	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS 60 GR	COLOMBINA DE POLLO DORADO 60 GR	TERNERA GUISADA 60 GR	GOULASH DE CARNE DE CERDO 60 GR	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES 60 GR
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO		
VERDURA O ENSALADA		CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE PEPINO	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTÓN)		TORTILLA DE VERDURAS	
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ						PURÉ DE PAPA	PLATANO COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO 100 CC	LECHE CALIENTE 100 CC	TE EN LECHE 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA 100 CC	LECHE CALIENTE CON CANELA 100 CC
POSTRE							

COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_8	MENÚ_9	MENÚ_10	MENÚ_11	MENÚ_12	MENÚ_13	MENÚ_14
-----------------------------	--------	--------	---------	---------	---------	---------	---------

TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO

BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA 100 CC	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL 1	TINTO	TINTO (SAROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	Café con leche 100 CC	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ 100 CC	CAFE EN LECHE 100 CC	TÉ EN LECHE 100 CC	COLADA DE AVENA 100 CC	Café con leche 100 CC	COCOA CON LECHE 100 CC
PROTEÍNA	PECHUGA A LA PLANCHA 60 GR	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	HUEVO TIBIO	EMPAREDADO DE QUESO	CARNE ASADA 60 GR.	CROISANT
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ 1 UNIDAD		AREPA 1 UNIDAD	TOSTADAS 1 UNIDAD		MOGOLLA 1 UNIDAD	AREPA 1 UNIDAD
CEREAL		ARROZ BLANCO					
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA

TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS

BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE 100 CC	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS 100 CC	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA 100 CC	TÉ EN LECHE 100 CC	CON LA FRUTA
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS TIPO MARIA	PAN DE QUESO 1/2 UNIDAD		GALLETA TIPO MARIA	TOSTADA 1 UNIDAD	PAN DE MAIZ 1/2 UNIDAD	GALLETA TIPO MARIA
FRUTA			EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE		

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA 80 GR.	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA 80 GR.	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO 80 GR.	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES 80 GR.	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA 80 GR.	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA 80 GR.
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECAS DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Cabezona Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA.	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Cabezona Y LECHUGA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
SOPA O CAZUELA 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							
FRUTA							
POSTRE							

TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS

BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON GUAYABA 100 CC	FLAN (1/2 PORCIÓN)	EN LA ENSALADA	ARROZ CON LECHE (100 CC)	COLADA DE FECU LA DE MAÍZ CON BANANO 100 CC	CANDIL (100 CC)	COLADA DE FÉCU LA DE MAÍZ CON MORA (100 CC)
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	CROISSANT (1/2 PORCIÓN)		GALLETAS TIPO MARÍA		GALLETAS TIPO MARÍA	MOGOLLAS 1/2 PORCIÓN	PAN DE QUESO (1/2 PORCIÓN)
FRUTA	EN LA COLADA		ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA

TIEMPO DE COMIDA: CENA

PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA 60 GR	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS 60 GR	COLOMBINA DE POLLO DORADO 60 GR	TERNERA GUISADA 60 GR	GOULASH DE CARNE DE CERDO 60 GR	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIONES 60 GR
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO		
VERDURA O ENSALADA		CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE PEPINO	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)		TORTILLA DE VERDURAS	
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ						PURÉ DE PAPA	PLÁTANO COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO 100 CC	LECHE CALIENTE 100 CC	TE EN LECHE 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA 100 CC	LECHE CALIENTE CON CANELA 100 CC
POSTRE							

 <p>ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</p> <p>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</p>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Versión: 2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página: 4 de 4

SEMANA 4							
COMPONENTE MINUTA PATRON	MENÚ_22	MENÚ_23	MENÚ_24	MENÚ_25	MENÚ_26	MENÚ_27	MENÚ_28
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA (SIN AZÚCAR)	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FECULA DE MAIZ 100 CC	LECHE CALIENTE 100 GR	COCOA CON LECHE 100 GR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA 100 GR	CAFÉ CON LECHE 100 GR	COLADA DE AVENA (100 GR	TE CON LECHE 100 GR
PROTEÍNA	HUEVO COCIDO	CARNE A LA PLANCHA 60 GR	QUESO CAMPESINO	CARNE A LA PLANCHA 60 GR.	PESCADO SUDADO 60 GR	HUEVO EN TORTILLA	MOGOLLA 1 UNIDAD
DERIVADO CEREAL	PAN 1 UNIDAD	PAN HOJALDRADO 1 UNIDAD	AREPA 1 UNIDAD	PAN DE MAIZ 1 UNIDAD	PAN TAJADO	MOGOLLA 1 UNIDAD	AREPA 1 UNIDAD
CEREAL	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COCOA EN LECHE 100 CC	SORBETE DE MORA 100 CC	BATIDO DE BANANO 100 CC	TE EN LECHE 100 CC	SORBETE DE CURUBA 100 CC	KUMIS SIN AZÚCAR	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
DERIVADO LÁCTEO							
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS TIPO MARIA	GALLETAS TIPO MARIA	MOGOLLA 1/2 UNIDAD	PAN TAJADO	PAN DE MAIZ 1/2 UNIDAD	GALLETAS TIPO MARIA	GALLETAS TIPO MARIA
FRUTA		EN EL SORBETE	EN EL BATIDO		EN EL SORBETE		ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT SIN AZÚCAR
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS 80 GR	POLLO DORADO (COLOMBINA) 80 GR	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA 80 GR	FILETE DE PESCADO DORADO 80 GR	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI 80 GR	CARNE DE CERDO AL AJILLO 80 GR	POLLO GUISADO (PIERNA) 80 GR
LEGUMINOSA			EN LA SOPA				
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECAS 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 - PLÁTANO - RAÍZ							
SOPA O CAZUELA 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							
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA 100 CC	SORBETE DE GUANABANA 80 GR	ARROZ CON LECHE (SIN AZÚCAR) 80 GR	FLAN	CANDIL 80 GR	SORBETE DE CURUBA 80 GR	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA 80 GR
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS TIPO MARIA	TOSTADA 1 UNIDAD			MAIZ PIRA	GALLETAS TIPO MARIA	PAN DE MAIZ 172 UNIDAD
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA			EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA 60 GR.	CARNE DE RES AL PIMENTÓN 60 GR	CARNE DE RES MECHADA BBO 60 GR	POLLO EN SALSA (COLOMBINA) 60 GR	POLLO DORADO 60 GR	CARNE DE RES AL CILANTRO 60 GR	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
CEREAL		ARROZ CON ZANAHORIA		ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS				ENSALADA DE LECHUGA		
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPAS A LA FRANCESA (1/2 PORCION)		TAJADAS DE PLATANO (1/2 PORCION)				
SOPA O CAZUELA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL 100 CC	LECHE CALIENTE 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA 100 CC	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO 100 CC	AROMATICA CON FRESAS SIN AZÚCAR) 100 CC
POSTRE							

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</p> <p>SECRETARÍA DE INVESTIGACIÓN SOCIAL</p>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Versión: 2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página: 2 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO

GRUPO DE EDAD: PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN: 7/01/2025

SEMANA 2							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_8	MENÚ_9	MENÚ_10	MENÚ_11	MENÚ_12	MENÚ_13	MENÚ_14
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVAS	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE	TINTO	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA
BEBIDA LÁCTEA	Café con Leche (Espeso)	COLADA DE FECULA DE MAIZ (ESPESA)	BATIDO DE CAFÉ EN LECHE, QUESO Y PAN	BATIDO DE PANELA EN LECHE Y TOSTADAS	BATIDO DE AVENA CON QUESO, LECHE Y PAN	Café con Leche (Espeso)	BATIDO DE CHOCOLATE, LECHE Y PAN
PROTEÍNA	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PECHUGA Y PAN DE MAIZ	LICUADO DE CALDO CON HUEVO COCIDO Y ARROZ		HUEVOS BATIDOS	QUESO RALLADO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE Y MOGOLLA	TAMAL MACERADO
DERIVADO CEREAL	EN EL LICUADO		EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL LICUADO	
CEREAL		EN EL LICUADO					EN EL TAMAL
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA	DULCE DE GRANADILLA	PATILLA MACERADA	MANGO Y PIÑA EN COMPOTA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PAPAYA	PATILLA MACERADA	COMPOTA DE PAPAYA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	BATIDO DE LECHE, FRESAS Y Galletas de Leche	BATIDO DE LECHE, CUAJADA Y PAN DE QUESO	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS Y Galletas	BATIDO DE FRUTAS Y Galletas CRACKER	BATIDO DE SORBETE DE FEJUA Y MANTECADA	BATIDO DE TÉ, LECHE Y PAN DE MAIZ	BATIDO DE FRUTAS, YOGURT, Galletas CRACKER
DERIVADO LÁCTEO		EN EL BATIDO		QUESO RALLADO			EN EL BATIDO
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO
FRUTA	EN EL BATIDO	DULCE DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANDARINA	EN ELBATIDO
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	LICUADO DE SOPA DE GUINEO, ARROZ, PAPA CRILLIA, CARNE DE CERDO Y AGUACATE	LICUADO DE CARNE DAZUELA DE FRIOLES, CARNE MOLIDA,ZANAHORIA COCIDA, ARROZ, Y PLATANO MADURO	LICUADO DE SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO, AHUYAMA, COCIDA, PAPA Y CARNE DE CERDO.	LICUADO DE SOPA DE CEBADA PERLADA, PESCADO, ARROZ, ZANAHORIA, PLATANO COCIDA.	LICUADO DE SOPA CARMELITA, POLLO, ARROZ, VERDURAS COCIDAS, YUCA	LICUADO DE SOPA DE VERDURAS, CALABAZA, PAPA COCIDA Y SOBREBARRIGA.	LICUADO DE SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ, ARROZ DE FIDEOS, VERDURA COCIDA, YUCA COCIDA, CARNE DE RES Y PECHUGA
LEGUMINOSA		EN EL LICUADO					
CEREAL	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
VERDURA O ENSALADA	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
SOPA O CAZUELA O BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA	JUGO DE MANGO ESPESO	NECTAR DE FRUTA	JUGO DE GUAYABA ESPESO	JUGO DE LULO ESPESO	JUGO DE MARACUYA ESPESO	JUGO DE MORA ESPESO	JUGO DE GUANABANA ESPESO
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	BATIDO DE COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON PAPAYA Y CROISSANT	BATIDO DE TÉ, LECHE Y Galletas DULCES	BATIDO DE FRUTAS, YOGURT Y GALLETA DE AVENA	BATIDO DE FECULA DE MAIZ CON LECHE, TORTA Y BANANO	COLADA DE ARROZ CON LECHE Y FRESAS	BATIDO DE GUANABANA CON LECHE Y MANTECADA	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON MORA Y PAN DE QUESO
DERIVADO LÁCTEO			EN EL BATIDO				
DERIVADO CEREAL	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO
FRUTA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MANDARINA	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN LA COLADA	EN EL BATIDO	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	LICUADO DE FILETE DE PESCADO, VERDURAS COCIDAS Y ARROZ	LICUADO DE SOPA DE FIDEOS, PECHUGA MECHADA, ARROZ	LICUADO DE SOPA DE ARRACACHAS, CARNE DE RES, SPAGUETTI	LICUADO DE POLLO, SOPA DE PATACON, VERDURA COCIDA Y ARROZ	LICUADO DE SOPA DE SANCOCHITO, CARNE DE RES, ARROZ	LICUADO DE SOPA DE MAZORCA, CARNE DE CERDO, ARROZ AL PIMENTON	LICUADO DE SOPA DE AVENA, TERNERA Y ARROZ
CEREAL	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
VERDURA O ENSALADA	EN EL LICUADO		EN EL LICUADO	EN EL LICUADO		EN EL LICUADO	
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ				EN EL LICUADO	EN EL LICUADO		
SOPA O CAZUELA O BEBIDA DE FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	MAIZENA CALIENTE CON MARACUYA	MAIZENA CON FRESA Y CANELA	MAIZENA CON LECHE CALIENTE	MAIZENA CALIENTE CON UCHUVAS	MAIZENA CALIENTE CON MORA Y HIERBABUENA	MAIZENA CALIENTE CON UCHUVA	MAIZENA CON PANELA EN LECHE
POSTRE							

COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_8	MENÚ_9	MENÚ_10	MENÚ_11	MENÚ_12	MENÚ_13	MENÚ_14
-----------------------------	--------	--------	---------	---------	---------	---------	---------

TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHIRIYA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE	TINTO	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA

BEBIDA LÁCTEA	Café con leche (espeso)	Colada de fecula de maíz (espesa)	Batido de café en leche, queso y pan	Batido de panela en leche y tostadas	Batido de avena con queso, leche y pan	Café con leche (espeso)	Batido de chocolate, leche y pan
---------------	-------------------------	-----------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------	--	-------------------------	----------------------------------

PROTEÍNA	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PECHUGA Y PAN DE MAIZ	LICUADO DE CALDO CON HUEVO COCIDO Y ARROZ	HUEVOS BATIDOS	QUESO RALLADO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE Y MOGOLLA	TAMAL MACERADO
----------	--	---	----------------	---------------	--	----------------

DERIVADO CEREAL	EN EL LICUADO		EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL LICUADO	
-----------------	---------------	--	--------------	--------------	--------------	---------------	--

CEREAL		EN EL LICUADO					EN EL TAMAL
--------	--	---------------	--	--	--	--	-------------

[illegible]

FRUTA	DULCE DE GRANADILLA	PATILLA MACERADA	MANGO Y PIÑA EN COMPOTA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PAPAYA	PATILLA MACERADA	COMPOTA DE PAPAYA
-------	---------------------	------------------	-------------------------	------------------------	-------------------	------------------	-------------------

[illegible]

BEBIDA LÁCTEA	BATIDO DE LECHE, FRESAS Y Galletas de Leche	BATIDO DE LECHE, CUAJADA Y PAN DE QUESO	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS Y Galletas	BATIDO DE FRUTAS Y Galletas CRACKER	BATIDO DE SORBETE DE FLEJÓ Y MANTECADA	BATIDO DE TÉ, LECHE Y PAN DE MAÍZ	BATIDO DE FRUTAS, YOGURT, Galletas CRACKER
DERIVADO LÁCTEO		EN EL BATIDO		QUESO RALLADO			EN EL BATIDO

PROTEÍNA	
----------	--

[illegible]

FRUTA	EN EL BATIDO	DULCE DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANDARINA	EN ELBATIDO
-------	--------------	-------------------------	--------------	--------------	---------------	----------------------	-------------

[illegible]

PROTEÍNA	LIQUADO DE SOPA DE GUINEO, ARROZ, PAPA CRIOLLA, CARNE DE CERDO Y AGUACATE	LIQUADO DE CARNE DAZUELA DE FRIJUELOS, CARNE MOLIDA,ZANAHORIA COCIDA, ARROZ, Y PLATANO MADURO	LIQUADO DE SOPA DE CUCHUCHO DE TRIGO, AHUYAMA, COCIDA, PAPA Y CARNE DE CERDO.	LIQUADO DE SOPA DE CEBADA PERLADA, PESCADO, ARROZ, ZANAHORIA, PLATANO COCIDA.	LIQUADO DE SOPA CARMELITA, POLLO, ARROZ, VERDURAS COCIDAS, YUCA	LIQUADO DE SOPA DE CUCHUCHO DE MAIZ, ARROZ DE FIDEOS, VERDURA, COCIDA, YUCA COCIDA, CARNE DE RES Y PECHUGA
1. PROTEINAS						

LEGUMINOSA	EN EL LICUADO						

CEREAL	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
VEGETAL							

VERDURA O ENSALADA	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO

[illegible]

SOPA O CAZUELA O								
---------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

BEBIDA DE FRUTA							
-----------------	--	--	--	--	--	--	--

FRUTA	JUGO DE MANGO ESPESO	NECTAR DE FRUTA	JUGO DE GUAYABA ESPESO	JUGO DE LULO ESPESO	JUGO DE MARACUYA ESPESO	JUGO DE MORA ESPESO	JUGO DE GUANABANA ESPESO
-------	----------------------	-----------------	------------------------	---------------------	-------------------------	---------------------	--------------------------

POSTRE							
--------	--	--	--	--	--	--	--

TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
-----	BATIDO DE COLADA DE	BATIDO DE T.E. LECHE Y	BATIDO DE FRUTAS, YOGURT	BATIDO DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE ARROZ CON	BATIDO DE GUANABANA CON	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ

BEBIDA LACTEA	HARINA DE PLATANO CON PAPAYA Y CROISSANT	GALLETAS DULCES	Y GALLETA DE AVENA	CON LECHE, TORTA Y BANANO	LECHE Y FRESAS	LECHE Y MANTECADA	CON MORA Y PAN DE QUESO
DERIVADO							

DERIVADO LÁCTEO			EN EL BATIDO				
DERIVADO							

DERIVADO CEREAL	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO

FRUTA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MANDARINA	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN LA COLADA	EN EL BATIDO	EN LA COLADA
-------	--------------	----------------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

TIEMPO DE COMIDA: CENA						
PROTEÍNA	LICUADO DE FILETE DE PESCADO, VERDURAS COCIDAS Y ARROZ	LICUADO DE SOPA DE FIDEOS, PECHUGA MECHADA, ARROZ	LICUADO DE SOPA DE ARRACACHAS, CARNE DE RES, SPAGUETTI	LICUADO DE POLLO, SOPA DE PATACON, VERDURA COCIDA Y ARROZ	LICUADO DE SOPA DE SANCOCHITO, CARNE DE RES, ARROZ	LICUADO DE SOPA DE MAIZORCA, CARNE DE CERDO, ARROZ AL PIMENTÓN
						LICUADO DE SOPA DE AVENA, TERNERA Y ARROZ

CEREAL	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
ARROZ							

VERDURA O ENSALADA	EN EL LICUADO		EN EL LICUADO	EN EL LICUADO		EN EL LICUADO	

TUBERCULO - PLÁTANO - RAÍZ				EN EL LICUADO	EN EL LICUADO		
-------------------------------	--	--	--	---------------	---------------	--	--

SOFA O	
CAZUELA O	
CREMA	

BEBIDA DE FRUTA	
FRUTA	

FRUTA							
BEBIDA	MAIZENA CALIENTE CON	MAIZENA CON FRESA Y	MAIZENA CON LECHE	MAIZENA CALIENTE CON	MAIZENA CALIENTE CON	MAIZENA CALIENTE CON	MAIZENA CON PAN DE AZÚCAR

CALIENTE	MARACUYA	CANELA	CALIENTE	UCHUVAS	MORA Y HIERBABUENA	UCHUVA	LECHE
----------	----------	--------	----------	---------	--------------------	--------	-------

POSTRE	
--------	--

 <small>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</small> <small>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</small>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS	Versión: 2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página: 3 de 4

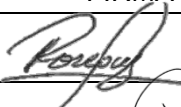
SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SEMANA 3							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_15	MENÚ_16	MENÚ_17	MENÚ_18	MENÚ_19	MENÚ_20	MENÚ_21
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y TENCUBIOS	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA(ESPESA)	CHOCOLATE EN LECHE (ESPESO)	BATIDO DE CAFÉ CON LECHE Y PAN TAJADO	BATIDO DE PANELA, TOSTADA Y LECHE	TÉ EN LECHE (ESPESO)	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO, HUEVO Y PAN DE MAIZ	CAFÉ CON LECHE (ESPESO)
PROTEÍNA	LICUADO DE CALDO DE HUEVO CON ARROZ	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PESCADO Y AREPA	QUESO RALLADO	HUEVO BATIDO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE Y MOGOLLA		LICUADO DE CALDO DE HUEVO CON ARROZ
DERIVADO CEREAL			EN ELBATIDO	EN EL BATIDO	EN EL LICUADO	EN LA COLADA	EN EL LICUADO
CEREAL	EN EL LICUADO						EN EL LICUADO
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ		EN EL LICUADO			EN EL LICUADO		
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA COMPOTA	JALEA DE MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA MACERADA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	BATIDO DE LECHE Y MANTECADA	SORBETE DE MARACUYÁ Y PAN DE MAIZ	BATIDO DE GUANABANA CON GALLETAS DE AVENA EN HOJUELAS Y MIEL	BATIDO DE FRUTAS, YOGURT Y GALLETAS DE AVENA	BATIDO DE CAFÉ CON LECHE Y GALLETAS CRACKER	BATIDO DE LECHE CALIENTE Y MOGOLLA INTEGRAL	SORBETE DE CURUBA CON MANTECADA
DERIVADO LÁCTEO			EN EL BATIDO	EN EL BATIDO			
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	EN EL LBTIDO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE
FRUTA	MANGO EN COMPOTA	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	COMPOTA DE FRESA CON CREMA DE LECHE	DULCE DE GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	LICUADO DE SOPA DE ARROZ, CARNE DE RES MECHADA, ARROZ, VERDURA COCIDA, PAPA COCIDA	LICUADO DE SOPA DE CONCHITAS, CARNE DE RES, ARROZ, VERDURAS COCIDAS, PAPA CRIOLLA COCIDA	LICUADO DE SOPA DE AVENA, POLLO, ARROZ, AHUYAMA, PLATANO COCIDO	LICUADO DE SOPA DE MENUDENCIAS, CARNE MOLIDA, SPAGUETTIL, ZANAHORIA, PLATANO MADURO COCIDO	LICUADO DE SOPA DE FIDEOS, POLLO, ARROZ, ZANAHORIA COCIDA, YUCA	LICUADO DE SOPA DE LENTEJAS, CARNE DE CERDO, ARROZ, AGUACATE Y PAPA COCIDA	LICUADO DE COCIDO BOYACENSE, CERDO Y RES, ARROZ.
LEGUMINOSA							
CEREAL	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
VERDURA O ENSALADA	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
SOPA O CAZUELA O	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
BEBIDA DE FRUTA	NECTAR DE FRUTA	JUGO DE UVA (ESPESO)	JUGO DE LULO(ESPESO)	JUGO DE CURUBA ESPESO	NECTAR DE FRUTA	SORBETE DE PIÑA ESPESA	JUGO DE MORA (ESPESO)
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA Y TORTA	BATIDO DE PANELA, LECHE Y PAN TAJADO INTEGRAL	BATIDO DE PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON GUAYABA Y TORTA DE BANANO	SORBETE DE GUANABANA Y MANTECADA	SORBETE DE MANGO Y GALLETAS	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA Y PAN DE MAIZ
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA MACERADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	LICUADO DE POLLO GUIADO, SOPA DE ARRACACHA, Y ARROZ	LICUADO DE SOPA DE AHUYAMA, LENGUA EN SALSA, Y ARROZ ATOMATADO	LICUADO DE SOPA DE ARRACACHA, CARNE DE RES PICADA, AGUACATE Y ARROZ BLANCO	LICUADO DE SOPA DE VERDURAS, FILETE DE PESCADO, PAPA CRIOLLA	LICUADO DE SOPA DE PATACÓN, CARNE DE CERDO, ARROZ AJONJOLI	LICUADO DE SOPA, CARMELITA, CARNE DE RES Y ESPAGUETTI	LICUADO DE SOPA D ARROZ, PECHUGA Y ARROZ AL PEREJIL
CEREAL	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
VERDURA O ENSALADA	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO		
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	EN EL LICUADO			EN EL LICUADO	EN EL LICUADO		
SOPA O CAZUELA O							
BEBIDA DE FRUTA							
FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	MAIZENA CON LECHE CALIENTE CON MIEL	MAIZENA CON MORA	MAIZENA CON FRESA	MAIZENA CON LECHE CALIENTE Y CANELA	COLADA DE AVENA CON LECHE	MAIZENA CALIENTE CON MARACUYÁ	MAIZENA CON PANELA EN LECHE
POSTRE							

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CICLO DE MENÚS	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
		Fecha:	Memo I202303942 - 20/12/2023
		Página:	4 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	USAQUEN
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	COMUNIDAD DE CUIDADO
GRUPO DE EDAD:	PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	7/01/2025

SEMANA 4							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_22	MENÚ_23	MENÚ_24	MENÚ_25	MENÚ_26	MENÚ_27	MENÚ_28
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO	DE HIERBAS NATURALES CON	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON LECHE, HUEVO Y PAN	LECHE CALIENTE (ESPESA)	BATIDO DE CHOCOLATE EN LECHE, QUESO CAMPESINO Y PAN	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE (ESPESO)	COLADA DE AVENA Y PAN	BATIDO DE PANELA EN LECHE Y GALLETA
PROTEÍNA	EN LA COLADA	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE Y PAN HOJALDRADO	EN EL BATIDO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE CON PAN DE MAIZ	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PESCADO Y PAN TAJADO	HUEVO BATIDO	TAMAL MACERADO
DERIVADO CEREAL	EN LA COLADA	EN EL LICUADO	EN EL BATIDO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN LA COLADA	EN EL BATIDO
CEREAL							
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ		EN EL LICUADO		EN EL LICUADO	EN EL LICUADO		
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE PAPAYA	MANGO EN COMPOTA	EN LA COLADA	PAPAYA EN COMPOTA	COMPOTA DE MANDARINA	PATILLA MACERADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	BATIDO DE CHOCOLATE EN LECHE Y PONQUE TAJADO	SORBETE DE MORA Y GALLITAS CRACKER	BATIDO DE BANANO CON MOGOLLA INTEGRAL	BATIDO DE TE, LECHE, TORTA Y FRESA	SORBETE DE CURUBA Y MANTECADA	BATIDO DE KUMIS Y GALLITAS CRACKER SABORIZADA	BATIDO DE YOGURT, FRUTA Y GALLETA WAFER
DERIVADO LÁCTEO						EN EL BATIDO	EN EL BATIDO
PROTEÍNA							
DERIVADO CEREAL	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO
FRUTA	COMPOTA DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	COMPOTA DE GRANADILLA	EN EL BATIDO
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	LICUADO DE SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO, CARNE DE RES, ARROZ, AHUYAMA COCIDA, PAPA CRIOLLA COCIDA	LICUADO DE SOPA DE AHUYAMA, POLLO, SPAGUETTI, PAPA COCIDA, VERDURA COCIDA	LICUADO DE CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA, ARROZ, CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA, ARROZ, PAPA	LICUADO DE SOPA DE AVENA, FILETE DE PESCADO, ARROZ, VERDURAS COCIDA, PAPA COCIDA	LICUADO DE SOPA DE PATACON, CARNE DE RES, ARROZ, VERDURAS COCIDAS, PAPA COCIDA	LICUADO DE SOPA DE CONCHITA, CARNE DE CERDO, ARROZ, AGUACATE, YUCA COCIDA	LICUADO DE AJIACO, POLLO GUISADO, VERDURA COCIDA, PLATANO COCIDO Y ARROZ
LEGUMINOSA			EN EL LICUADO				
CEREAL	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
VERDURA O ENSALADA	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
SOPA O CAZUELA O							
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO ESPESO	JUGO DE PIÑA ESPESO	JUGO DE GUAYABA ESPESO	JUGO DE MANZANA ESPESO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL ESPESO	JUGO DE MORA ESPESO	NECTAR DE FRUTA
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA Y GALLETA CRACKER	BATIDO DE GUANABANA Y TORTA	BATIDO DE ARROZ CON LECHE Y FRESAS	FLAN	COLADA DE CANDIL Y GALLITAS DE SODA	SORBETE DE CURUBA Y TORTA NEGRA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA Y GALLITAS CRACKER
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	EN LA COLADA	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO		EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
FRUTA	EN LA COLADA	COMPOTA DE GUAYABA	EN EL BATIDO	PAPAYA EN COMPOTA	MELÓN EN COMPOTA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	LICUADO DE SOPA DE VERDURAS, CARNE DE CERDO, VERDURA COCIDA Y PAPA COCIDA	LICUADO DE CARNE DE RES, SOPA DE AVENA Y ARROZ CON ZANAHORIA	LICUADO DE SOPA DE ARROZ, CARNE DE RES MECHADA, PLATANO	LICUADO DE SOPA DE AHUYAMA, POLLO, ARROZ ATOMATADO	LICUADO DE SOPA CARMELITA, POLLO, ARROZ BLANCO	LICUADO DE SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO, CARNE DE RES, ARROZ PAJARITO	LICUADO DE SOPA DE PATACON, FILETE DE PESCADO Y ARROZ DE ESPINACAS
CEREAL		EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
VERDURA O ENSALADA	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO	EN EL LICUADO
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	EN EL LICUADO		EN EL LICUADO				EN EL LICUADO
SOPA O CAZUELA O							
BEBIDA DE FRUTA							
BEBIDA CALIENTE	MAIZENA CON LECHE CALIENTE Y CANELA	MAIZENA CALIENTE CON FRESA	MAIZENA CALIENTE CON TOMATE DE ARBOL	MAIZENA CON LECHE CALIENTE	MAIZENA CALIENTE CON UCHUVA	MAIZENA CALIENTE CON LULO	MAIZENA CALIENTE CON FRESAS
POSTRE							

REVISIÓN Y APROBACIÓN				
FECHA		NOMBRE COMPLETO	CARGO	FIRMA
Elaboró	31/01/2025	Rocío Campo Yaniz	Nutricionista	
Aprobó	31/01/2025	Raquel Pinto	Coordinadora	