PEREIRA
Gobierno de la Ciudad
CAPITAL DEL EJE

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

ALCANCE 5: ALIMENTACION

Proporcionar a los adultos mayores, una alimentación sana equilibrada y nutricional (Desayuno-2 refrigerios(mañana,tarde-almuerzo-Cena-merienda). De conformidad con la minuta establecida por la supervisión los 7 días de la semana.

ALCALDÍA DE PEREIRA

Versión: 02

Fecha de Vigencia: Septiembre 02 de 2021

PERIODO: DEL 01 DE MARZO AL 31 DE MARZO DEL 2025

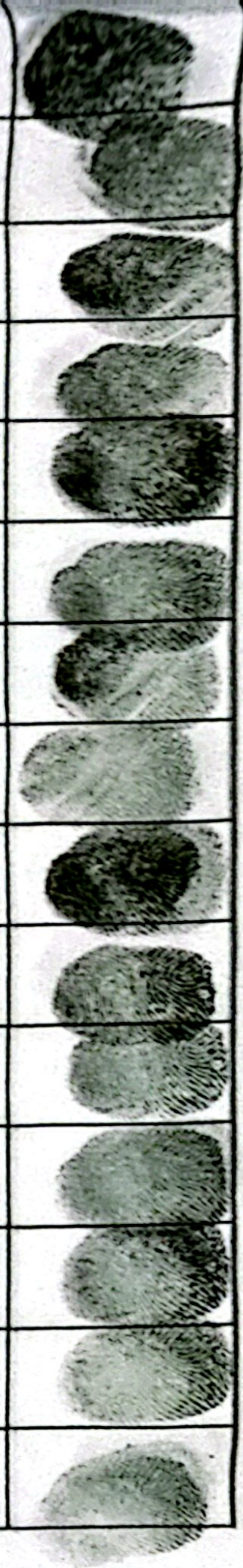
NOMBRE DEL PROYECTO: ADULTO MAYOR

Nº	NOMBRE Y APELLIDO	CEDULA	EDAD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	FIRMA	HUELLA
1	HUGO DE JESUS TAMAYO	8276897	76 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
2	JHON JAIRO GIRALDO GARCIA	INDOCUMENTADO	N/A	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
3	JOSE EDISON VILLAMIL ZULETA	10068859	73 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
4	GERARDO ANTONIO HERRERA	4574973	75 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
5	JAIME OCAMPO	10073718	72 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
6	JAIR PEREZ LOZANO	4407025	81 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
7	MIGUEL ANGEL GARCIA S	10093394	65 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
8	MANUEL JOSE VARGAS U	7540638	68 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
9	RUBERIED SOTO GAVIRIA	29769068	61 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
10	JOSE GUSTAVO ALVEAR L	14933765	74 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
11	AZAEL CORREA MARIN	14967806	74 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
12	ALBEIRO DE JESUS RUIZ LA VERDE	18385967	63 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		

14	JOSE REINEL	INDOCUMENTADO	N/A	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
15	EDUARDO ARGEMRIO SABOGAL	2902747	82 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
16	JOSE ARVEY DELGADO	1088363234	63 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
17	JOSE OMAR PIEDRAHITA	2652707	89 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
18	MARINA DEL CARMEN TAMAYO POSADA	42022055	66 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
19	MARIA EDILMA LARA	29560714	78 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
20	MARIA GLADYS BEDOYA	42107696	59 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
21	RUBIELA JARAMILLO	34044732	83 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
22	BLANCA NERY TORO ORTIZ	43055976	75 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
23	CARMEN EMILIA HOYOS	24908472	96 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
24	BERTHA LINA GUZMAN DE PRADO	24907088	88 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
25	MARIA CLAUDINA AGUDELO MARIN	42051119	79 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
26	MARIA NELSY QUEBRADA	25212378	72 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
27	ISABEL JARAMILLO	42104907	60 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

Scanned with CamScanner

28	MARIA CLAMENCIA PASOS	42112377	90 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
29	ESPERANZA HERRERA	29900414	61 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
30	MARIA AURORA RAVE MOTATO	25053658	74 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
31	MARTHA CECILIA RAMIREZ RESTREPO	2570378	70 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
32	MARIA GRACIELA ECHEVERRY	42111780	87 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
33	CECILIA GIL OSPINA	52381243	91 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
34	LUIS ALVARO DIAZ	10064556	79 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
35	MIGUEL ANGEL BETANCURT RINCON	18591154	67 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
36	DIONISIO ALBERTO BUSTAMANTE ALVAREZ	70078732	69 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
37	WILLIAM ESTRADA DAVILA	10059116	80 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
38	ALBA PATRICIA ZULUAGA VILLADA	42004068	61 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
39	JAVIER FRANCISCO ZULUAGA VILLADA	18512681	64 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
40	RUBEN USMA ZAPATA	2465667	95 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
41	RUBEN DARIO AGUDELO	10089416	67 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
42	GUILLERMO ANTONIO BOLIVAR CARMONA	10111049	62 AÑOS	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	



43	RAMIREZ	10104143	83 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
44	DIDIER ARCESIO MONSALVE TOBON	10133741	56 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
45	FLOR MARINA ORTIZ GARCIA	29868446	80 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
46	LAZARO OSORIO FRANCO	1358168	90 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
47	MARIA EUGENIA GARCIA	2116280	68 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
48	HENRY DE JESUS HERNANDEZ ARANGO	10085098	69 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
49	LUIS ORLANDO SUAZA GIRALDO	4342327	77 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
50	CARLOS EMILIO GUTIERREZ GUTIERREZ	4499337	89 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
51	FABIO DE JESUS TABORDA DIAZ	1369351	87 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
52	ÁLVARO ESPINOSA RAMIREZ	10063888	76 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
53	OCTAVIO ESPINOSA RAMIREZ	1361463	87 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
54	HEVER CEBALLOS	4493761	89 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
55	LUIS CARLOS RIVERA	1088328844	81 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
56	LEONIDAS CELIS LEMUS	4510724	82 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
57	HERMES CUBILLOS RIOS	10088518	67 AÑOS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		

58	... RAMIREZ	10114422	67 AÑOS											x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		[huella]
59	ALBERTO DE JESUS ECHAVARRIA GUTIERREZ	8396427	61 AÑOS											x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		[huella]
60	OVER ORLANDO PALACIOS CASTAÑO	5911302	79 AÑOS											x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		[huella]
61	JULIO CESAR MESA LLANO	10071037	74 AÑOS											x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		[huella]
62	ALBERTO VILLEGAS TABARES	10109515	62 AÑOS											x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		[huella]
63	JAIRO DE JESUS MONTOYA	7514989	79 AÑOS											x	x	x	x	x																		NO FIRMA NO HUELLA PORQUE EL ADULTO MAYOR FALLECE EL 15/03/2025
	OLGA DIAZ	34055142	69 AÑOS																										x	x	x	x	x	x		[huella]
64	JULIO DE JESUS CRUZ VILLA	18591772	61 AÑOS											x	x																					NO FIRMA NO HUELLA PORQUE EL ADULTO MAYOR SE RETIRA EL 12/03/2025
	JAIRO IVAN GOMEZ ZULUAGA	10225541	72 AÑOS													x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		[huella]
65	MARIA ORFELINA MARIN MORALES	24956294	62 AÑOS														x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		[huella]

OBSERVACIONES:

FIRMA DIRECTORA TÉCNICA Daniela Arbelaez V

NOMBRE Daniela Arbelaez V

CELULAR 3117142064

ALCALDÍA DE PEREIRA

SEMANA 1

Día de la semana / Tiempo de comida	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DESAYUNO	Huevo revuelto Queso tajado ½ porción Arepa Tostada con mantequilla Agua de panela en leche y canela. Papaya	Changua de huevo (1.5 uds) en ½ de leche Papa Arepa Chocolate en leche endulzado con panela y canela Guayaba pera	Huevo tibio Queso cuajada rallado ½ porción Arepa Pan tajado con margarina Café con leche endulzado con panela Piña	Huevo con cebolla y tomate. Queso cuajada en trozo ½ porción Arepa Galletas 3 uds Avena en leche endulzada con panela y canela Melón	Caldo de carne de res con papa Arepa Chocolate en leche endulzado con panela y canela. Mango	Huevo revuelto con maicitos y queso 1/2porción Arepa Café con leche endulzado con panela Banano	Huevo revuelto con arroz Arepa con queso ½ porción Chocolate con leche endulzado con panela y canela Mandarina
REFRIGERIO MAÑANA	Yogurt mora Piña	Kumis Sandia	Avena Fresas maduras	Yogurt durazno Mandarina	Kumis Papaya	Leche deslactosada Banano	Yogurt fresa Melón
ALMUERZO	SOPA DE PASTA Arroz verde Papa cocida en leche y mantequilla Muslo de pollo asado Verdura cocida de remolacha y zanahoria con cilantro, cocidos y picados en cubos pequeños Guiso) Jugo de tomate de árbol	SOPA DE FRIJOLES Arroz blanco Plátano maduro asado Carne de res magra y molida. Ensalada de lechuga con tomate maduro, cilantro y limón Jugo de maracuyá	CREMA DE ZANAHORIA Arroz blanco Papas criolla cocida Filete de pescado en salsa bechamel casera. Ensalada de repollo morado rallado finamente, pepino, manzana roja y crema Jugo de guayaba	SANCOCHO DE POLLO (muslos, contramuslos, pechuga, debe incluir papa, yuca y plátano) Arroz Aguacate Ensalada pico de gallo (cebolla, tomate maduro, cilantro y limón) Sirope de naranja	SOPA DE LENTEJAS Arroz blanco Monedas de plátano maduro Carne de cerdo asada en cubos pequeños Ensalada de zanahoria y repollo rallado finamente, con cilantro y limón Jugo de mora	CREMA TOMATE Arroz con cilantro Papas criollas fritas Pechuga de pollo asada con salsa de guiso Verduras de habichuela con zanahoria y salsa de guiso. Jugo de piña	SIN SOPA Sudado de carne de res picada en trozos pequeños Arroz Papa y yuca Ensalada de tomate verde con zanahoria rallada finamente, cilantro y limón. Jugo de mango
REFRIGERIO TARDE	Café en leche endulzado con panela Pan mogolla	Colada de maicena en leche con canela Galletas ducales 3 uds	Agua de panela en leche con canela Pan de yuca	Leche deslactosada (tibia o fría) Torta tradicional	Mazamorra con leche y bocadillo	Chocolate en leche Croissant	Colada de avena en leche Galletas saltinas 3 uds
CENA	Pasta espagueties con guiso Yuca en astilla frita Carne de cerdo cocida con hierbas y picado en trozos pequeños. Verdura cocida brócoli y zanahoria. Jugo de mora.	Arroz con verduras (zanahoria y arveja). Papa cocida Pechuga de pollo desmechada Jugo de tomate de árbol	Arroz amarillo (cúrcuma o paprika) Pechuga de pollo en goulash con verduras: habichuela, papa en cubos pequeños, zanahoria, cilantro. Jugo de mango	Arroz blanco Plátano asado Carne de res desmechada con guiso Verdura cocida de apio, ahuyama. Jugo de guayaba	Arroz con cilantro Papa cocida en tajadas Hígado guisado Verduras guisadas para el hígado: cebolla cabezona, cebolla larga, tomate maduro y zanahoria. Jugo de maracuyá	Arroz con cebolla Tortas de harina sabor banano Filete de pechuga caramelizado. Rodajas de tomate maduro con cilantro. Jugo de fresa	SOPA de pasta con papa. Arepa Carne de cerdo guisada en cubos pequeños. Verdura cocida remolacha y zanahoria. Jugo de guayaba
REFRIGERIO NOCHE	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche

SEMANA 2

Día de la semana / Tiempo de comida	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DESAYUNO	Huevo revuelto Queso tajado ½ porción Arepa Tostada con mantequilla Agua de panela en leche y canela. Papaya	Changua de huevo (1.5 uds) en ½ de leche Papa Arepa Chocolate en leche endulzado con panela y canela Guayaba pera	Huevo tibio Queso cuajada rallado ½ porción Arepa Galletas de soda 3 uds con margarina Café con leche endulzado con panela Piña	Huevo con cebolla y tomate. Queso cuajada en trozo ½ porción Arepa Pan mogolla Avena en leche endulzada con panela y canela Melón	Caldo de vísceras de pollo con papa. Arepa Chocolate en leche endulzado con panela y canela. Mango	Huevo con maicitos y queso 1/2porción Tortilla de harina de trigo. Café con leche endulzado con panela Banano	Calentado huevo, de arroz (frijoles) Arepa con queso ½ porción Chocolate con leche endulzado con panela y canela Mandarina
REFRIGERIO MAÑANA	Yogurt mora Piña	Kumis Sandía	Avena Fresas maduras	Yogurt durazno Mandarina	Kumis Papaya	Sorbete de banano en pura leche y una unidad completa de fruta pequeña	Yogurt fresa Melón
ALMUERZO	SOPA DE AVENA Arroz morado (remolacha) Puré de papa Pechuga de pollo desmechada Verdura cocida de remolacha y zanahoria con cilantro, cocidos y picados en cubos pequeños Guiso) Jugo de tomate de árbol	SOPA DE FRIJOLES Arroz blanco Plátano maduro asado Torta de carne de res en hamburguesa. Ensalada de lechuga con tomate maduro, cilantro y limón Jugo de maracuyá	CREMA DE ESPINACA Arroz blanco Papas criolla cocida Filete de pescado apanado Ensalada de repollo morado rallado finamente, pepino, manzana roja y crema Jugo de guayaba	SANCOCHO carne de res debe incluir papa, yuca y plátano) Arroz Aguacate Ensalada pico de gallo (cebolla, tomate maduro, cilantro y limón) Sirope de mandarina	SOPA DE ARVEJA Arroz blanco Plátano maduro cocido en troncos. Carne de cerdo molida Ensalada de zanahoria y repollo rallado finamente con cilantro y limón. Jugo de mora	CREMA AHUYAMA Arroz con cilantro Papas criollas cocidas Pechuga de pollo cocida y desmechada con salsa bechamel casera. Verduras de habichuela con zanahoria y salsa de guiso. Jugo de piña	SIN SOPA Sudado de muslo de pollo picada en trozos pequeños Arroz Papa y plátano maduro Ensalada de tomate verde con zanahoria rallada finamente, cilantro y limón. Jugo de mango
REFRIGERIO TARDE	Arroz con leche	Colada de maicena en leche con canela Galletas integrales 3 uds	Agua de panela en leche con canela Croissant	Leche deslactosada (tibia o fría) Torta tradicional	Mazamorra con leche y bocadillo	Chocolate en leche pandebono	Colada de avena en leche Galletas saltinas 3 uds
CENA	Pasta en espiral con salsa bechamel casera Papas criollas fritas Pollo desmechado Verdura cocida arveja, zanahoria, tomate maduro Jugo de mora.	Arroz con verduras (zanahoria y arveja). Plátano maduro asado Carne de cerdo en salsa de piña. Verdura cocida de Brócoli, zanahoria y cebolla. Jugo de tomate de árbol	Arroz blanco Yuca en astilla frita Filete de Pechuga de pollo asado Verduras: puré de ahuyama Jugo de mango	Arroz blanco Papa cocida con guiso Albóndigas de carne de res Verdura cocida de cebolla, tomate, apio, ahuyama. Jugo de guayaba	Arroz con cilantro Ensalada fría de papa, zanahoria, arveja, mayonesa y cilantro. Carne de cerdo cocida con hierbas y desmechada. Jugo de maracuyá	Arroz amarillo cúrcuma Tortas de harina sabor zanahoria. Pechuga de pollo sofrita en trozos pequeños Verdura cocida espinaca, tomate maduro y cilantro. Jugo de mango	SOPA de verduras y papa Arroz Cerne de cerdo molida Ensalada de lechuga y tomate con cilantro. Jugo de guayaba
REFRIGERIO NOCHE	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche

SEMANA 3

Día de la semana / Tiempo de comida	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DESAYUNO	Huevo revuelto Queso tajado ½ porción Arepa Croissant Agua de panela en leche y canela. Papaya.	Changua de huevo (1.5 uds) en ½ de leche Papa Arepa Chocolate en leche endulzado con panela y canela Guayaba pera.	Huevo tibio Queso cuajada rallado ½ porción Arepa Galletas de soda 3 uds con margarina Café con leche endulzado con panela Piña.	Huevo con cebolla y tomate. Queso cuajada en trozo ½ porción Arepa Pan mogolla Avena en leche endulzada con panela y canela Melón.	Caldo de pollo con papa. Arepa Chocolate en leche endulzado con panela y canela. Mango.	Huevo con maicitos y queso 1/2porción Tortilla de harina de trigo. Café con leche endulzado con panela Banano.	Huevo entero frito Arepa rellena de queso Tortas de harina. Chocolate en leche. Mandarina.
REFRIGERIO MAÑANA	Yogurt mora Piña	Kumis Sandia	Avena Fresas maduras	Yogurt durazno Mandarina	Kumis Papaya	Sorbete de banano en pura leche y una unidad completa de fruta pequeña	Yogurt fresa Melón
ALMUERZO	SOPA DE Arroz Spagueties con salda de tomate casera Papas a la francesa. Carne de res molida Verdura cocida con guiso para mezclar a la pasta: tomate maduro, zanahoria, cebolla, cilantro. Jugo de piña	SOPA DE FRIJOLES Arroz blanco Plátano maduro asado Pechuga de pollo apanada. Ensalada de lechuga con tomate maduro, cilantro y limón Jugo de maracuyá	CREMA DE CEBOLLAS Arroz morado (remolacha) Papas criolla cocida Filete de pescado frito en harina de trigo Ensalada de repollo morado rallado finamente, pepino, manzana roja y crema Jugo de guayaba	AJIACO DE PECHUGA DE POLLO Arroz Aguacate Ensalada pico de gallo (cebolla, tomate maduro, cilantro y limón) Nota: con crema de leche y guascas Sirope de mandarina	SOPA DE BLANQUILLOS Arroz con zanahoria Plátano, tajadas maduras fritas.. Carne – filete de cerdo frita Ensalada de zanahoria y repollo rallado finamente con cilantro y limón. Jugo de mora	CREMA AHUYAMA Arroz con cilantro Papas criollas cocidas Pechuga de pollo cocida y desmechada con salsa bechamel casera. Verduras de habichuela con zanahoria y salsa de guiso. Jugo de tomate de árbol	SIN SOPA Sudado de carne de cerdo picada en trozos pequeños Arroz blanco Papa y plátano maduro Ensalada de tomate verde con zanahoria rallada finamente, cilantro y limón. Jugo de mango
REFRIGERIO TARDE	Natilla	Colada de maicena en leche con canela Galletas integrales 3 uds	Agua de panela en leche con canela Crispetas.	Leche deslactosada (tibia o fría) Torta tradicional	Mazamorra con leche y bocadillo	Chocolate en leche buñuelo	Colada de avena en leche Tostada
CENA	Arroz amarillo Papas criollas cocido Carne de cerdo en julianas en salsa de naranja Verdura cocida arveja, zanahoria, tomate maduro Jugo de mora.	Maíz desgranado con crema de leche. Papas en cubos cocida. Pechuga de pollo desmechada Verduras cocidas: brócoli, zanahoria, cebolla. Mezclar todo, Jugo de tomate de árbol	Arroz blanco Yuca en astilla cocida Carne de res desmechada con guiso Verduras: (guiso para la yuca y carne) tomate, cebolla, cilantro, pimentón amarillo. Jugo de mango	Arroz con cilantro plátano cocido en troncos. Carne de cerdo en hamburguesa. Verdura cocida de remolacha y zanahoria con cilantro. Jugo de guayaba	Arroz blanco Puré de papa criolla. Carne de res cocida y picada en trozos pequeños. Verdura cocida: apio, zanahoria y tomate. Jugo de maracuyá	Arroz amarillo cúrcuma Papa cocida con guiso Pechuga de pollo cocida en trozos con guiso Verdura coliflor y ahuyama con guiso. Jugo de mango	SOPA de moneditas de plátano verde. Arepa Carene de cerdo cocida Ensalada de lechuga y tomate con cilantro. Jugo de guayaba
REFRIGERIO NOCHE	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche

Scanned with CamScanner

SEMANA 4

Día de la semana / Tiempo de comida	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DESAYUNO	Huevo revuelto Queso tajado ½ porción Arepa Tostada con mantequilla Agua de panela en leche y canela. Papaya	Changua de huevo (1.5 uds) en ½ de leche Papa Arepa Chocolate en leche endulzado con panela y canela Guayaba pera	Huevo tibio Queso cuajada rallado ½ porción Arepa Pan tajado con margarina Café con leche endulzado con panela Piña	Huevo con cebolla y tomate. Queso cuajada en trozo ½ porción Arepa Croissant Avena en leche endulzada con panela y canela Melón	Caldo de costilla de res con papa Arepa Chocolate en leche endulzado con panela y canela. Mango	Huevo revuelto con papa en cubos y queso 1/2porción Arepa Café con leche endulzado con panela Banano	Huevo revuelto con arroz Arepa con queso ½ porción Chocolate con leche endulzado con panela y canela Mandarina
REFRIGERIO MAÑANA	Yogurt mora Piña	Kumis Sandia	Avena Fresas maduras	Yogurt durazno Mandarina	Kumis Papaya	Leche deslactosada Banano	Yogurt fresa Melón
ALMUERZO	SOPA DE CUCHUCO Arroz con verduras plátano caramelizado Pechuga de pollo hawaiana Verdura cocida de remolacha y zanahoria con cilantro, cocidos y picados en cubos pequeños Guiso) Jugo de tomate de árbol	SOPA DE FRIJOLES NEGROS (caraotas) Arroz blanco Plátano tajada madura. Carne de cerdo sofrita. Ensalada de lechuga con tomate maduro, cilantro y limón Jugo de maracuyá	CREMA DE MAÍZ Arroz blanco Papas criolla cocida Tortas de atún Ensalada de repollo morado rallado finamente, pepino, manzana roja y crema. Jugo de guayaba	SANCOCHO DE DE CARNE DE CERDO, debe incluir papa, yuca y plátano) Arroz Aguacate Ensalada pico de gallo (cebolla, tomate maduro, cilantro y limón) Sirope de limón	SOPA DE LEGUMINOSAS MIXTAS (lentejas, arvejas, blanquillos y verduras) Arroz blanco Monedas de plátano maduro Pechuga de pollo asada Ensalada de zanahoria y repollo rallado finamente, con cilantro y limón Jugo de mora	CREMA DE VERDURAS CON ARRACACHA. Arroz con cilantro Papas criollas fritas Muslo o contramuslo frito Ensalada de repollo morado y zanahoria – rallado finamente.. Jugo de piña	SIN SOPA Sudado de carne de res picada en trozos pequeños Arroz Papa y yuca Ensalada de tomate verde con zanahoria rallada finamente, cilantro y limón. Jugo de mango
REFRIGERIO TARDE	Café en leche endulzado con panela Pan dulce	Colada de maicena en leche con canela Galletas ducales 3 uds	Agua de panela en leche con canela Pan de yuca	Leche deslactosada (tibia o fría) Torta tradicional	Mazamorra con leche y bocadillo	Chocolate en leche Croissant	Colada de avena en leche Galletas saltinas 3 uds
CENA	**Arroz paisa:** Arroz, maicitos, plátano maduro, carne de cerdo sofrita y tocino, arveja, zanahoria, cilantro, cebolla. Jugo de mora.	Arroz blanco **Estofado:** Papa cocidas en rodajas pequeños (estofado) Carne de res cocida en cubos pequeños (estofado) VERDURAS para el estofado: cebolla, zanahoria y arveja. Papa cocida Pechuga de pollo desmechada Jugo de tomate de árbol	Arroz amarillo (cúrcuma o paprika) Puré de papa criolla Carne de res molida con cebolla y tomate Verduras: habichuela, cebolla, zanahoria y cilantro en leche y mantequilla. Jugo de mango	Arroz blanco Plátano en cubos caramelizado con adición de canela Pechuga de pollo desmechada con guiso Verdura cocida de apio, ahuyama en crema Jugo de guayaba	Arroz con cilantro Papa cocida en tajadas cacheo guisado Verduras guisadas para el hígado: cebolla cabezona, cebolla larga, tomate maduro y zanahoria. Jugo de maracuyá	Arroz con cebolla Yuca en astilla guisada Carne de cerdo guisado. Rodajas de tomate maduro y verde con cilantro. Jugo de fresa	SOPA de guineo Arepa. Carne de res en albóndigas para la sopa. Ensalada de lechuga y tomate, cilantro y limón. Jugo de guayaba

REFRIGERIO NOCHE	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche	Colada en leche

Sabina Suarez C

SABINA CAROLINA SUAREZ CASTRO
C.C. 25.172.712
Contratista - Nutricionista Dietista.
Esp. Gerencia de Proyectos
Magister en Nutrición Clínica Pediátrica
Registro profesional: 00330

Scanned with CamScanner

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

Huevo revuelto
Queso tajado ½ porción
Arepa
Tostada con mantequilla
Agua de panela en leche y canela.

Papaya

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 - 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 - 522 - 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

SOPA DE AVENA
Arroz morado (remolacha)
Puré de papa
Pechuga de pollo desmechada
Verdura cocida de remolacha y zanahoria con cilantro, cocidos y picados en cubos pequeños Guiso)
Jugo de tomate de árbol

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, emergiendo del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 - 522 - 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

Arroz con leche

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 - 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 - 522 - 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

Pasta en espiral con salsa bechamel casera

Papas criollas fritas

Pollo desmechado

Verdura cocida arveja, zanahoria, tomate maduro

Jugo de mora.

Scanned with CamScanner

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor
NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 - 522 - 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

Changua de huevo (1.5 uds) en ½ de leche
Papa
Arepa
Chocolate en leche endulzado con panela y canela

Guayaba pera

Fundación Cristiana
Casa Hogar
¡Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 - 1 Reg. Especial

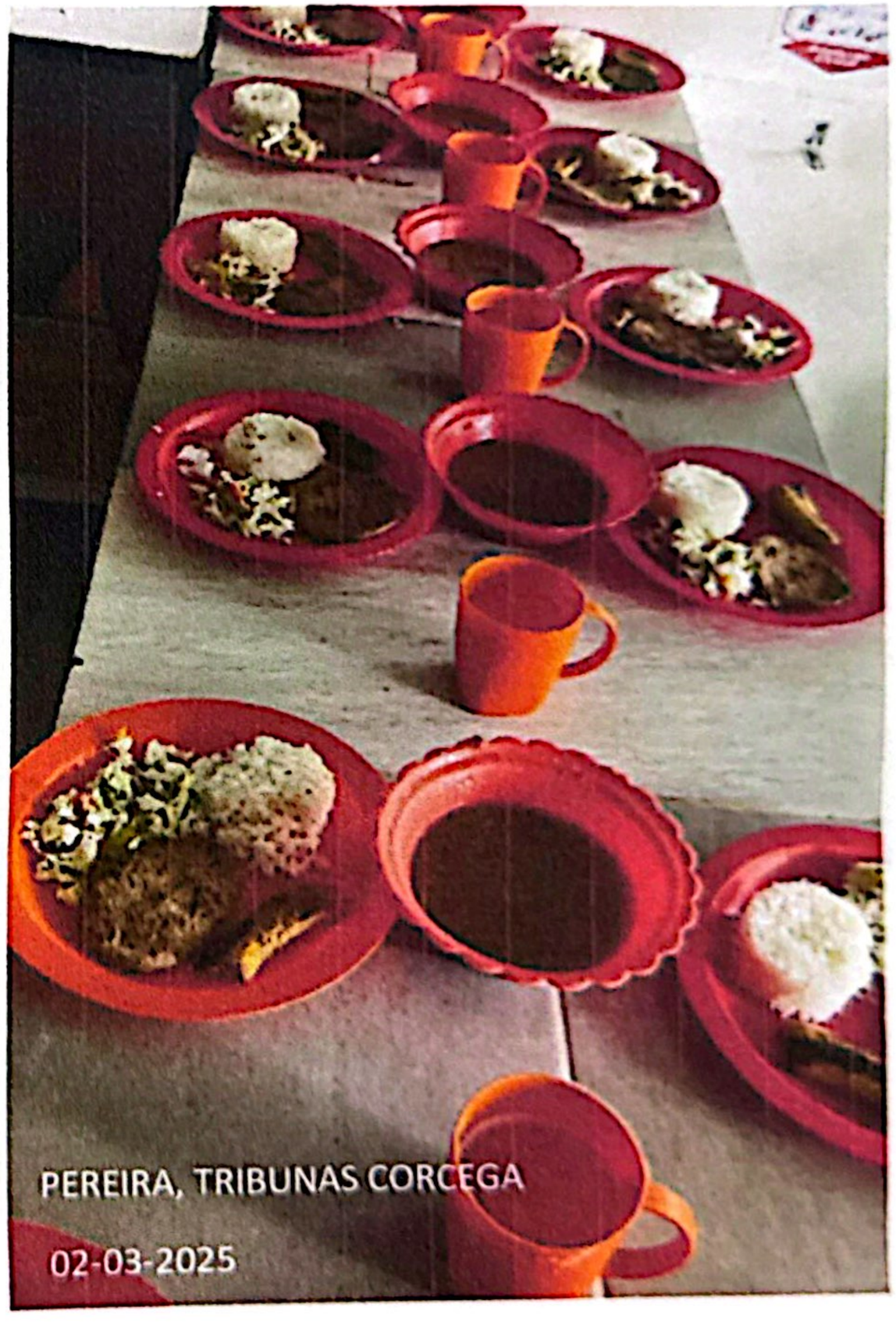
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 - 522 - 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

SOPA DE FRIJOLES
Arroz blanco
Plátano maduro asado
Torta de carne de res en hamburguesa.
Ensalada de lechuga con tomate maduro, cilantro y limón

Jugo de maracuyá



Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 - 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 - 522 - 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

Colada de maicena en leche con canela
Galletas integrales 3 uds

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Arroz con verduras (zanahoria y arveja).
Plátano maduro asado
Carne de cerdo en salsa de piña.
Verdura cocida de Brócoli, zanahoria y cebolla.
Jugo de tomate de árbol

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, conseguido del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Huevo tibio
Queso cuajada rallado ½ porción
Arepa
Galletas de soda 3 uds con margarina
Café con leche endulzado con panela
Piña

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Proteccion Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

CREMA DE ESPINACA
Arroz blanco
Papas criolla cocida
Filete de pescado apanado
Ensalada de repollo morado rallado finamente, pepino, manzana roja y crema

Jugo de guayaba

Scanned with CamScanner

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, encargada del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fundacristianacasahogar.vcp@gmail.com

Agua de panela en leche
con canela
Croissant

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

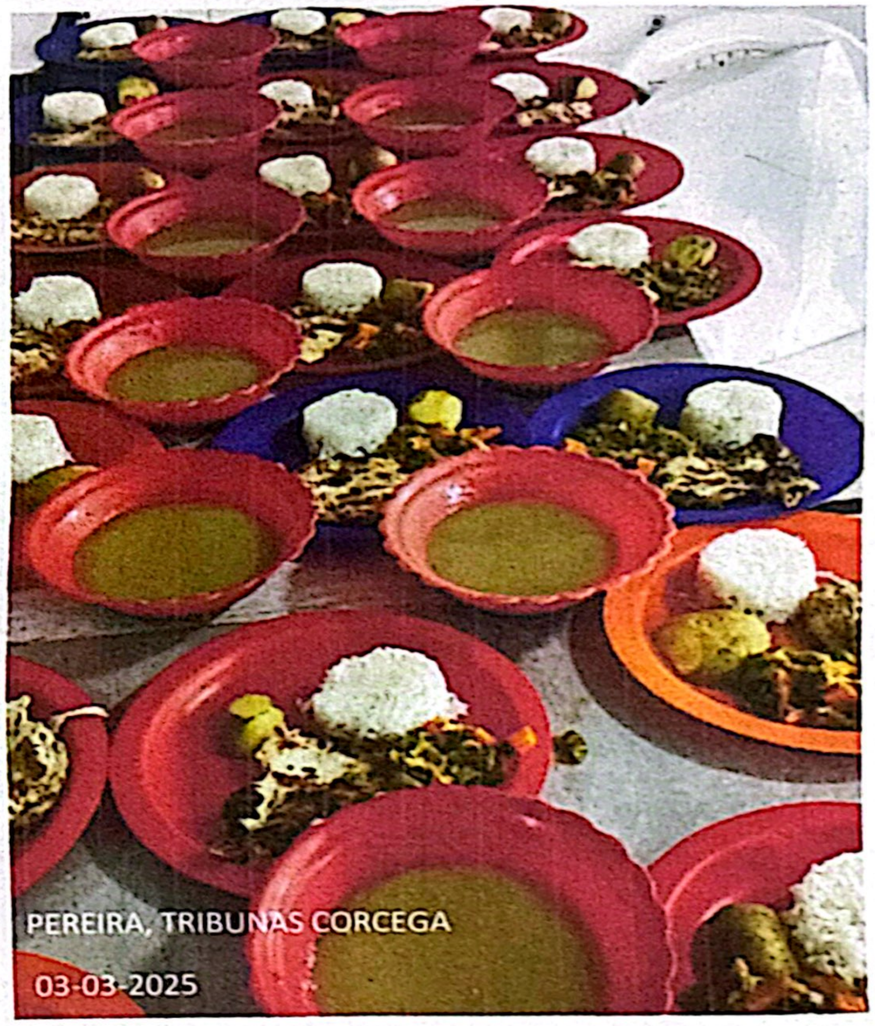
Arroz blanco

Yuca en astilla frita

Filete de Pechuga de pollo asado

Verduras: puré de ahuyama

Jugo de mango



Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Caldo de vísceras de pollo con papa.
Arepa
Chocolate en leche endulzado con panela y canela.

Mango

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

SOPA DE ARVEJA

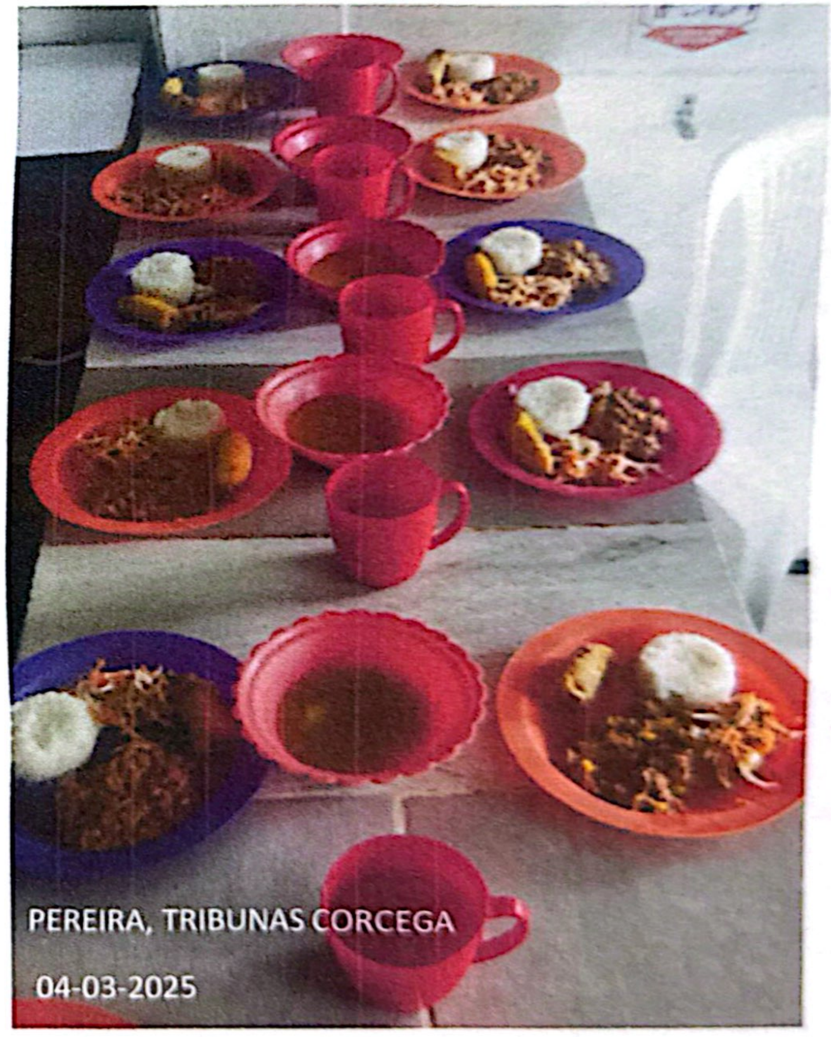
Arroz blanco

Plátano maduro cocido en troncos.

Carne de cerdo molida

Ensalada de zanahoria y repollo rallado finamente con cilantro y limón.

Jugo de mora



Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 - 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 - 522 - 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Mazamorra con leche y bocadillo

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Arroz con cilantro

Ensalada fría de papa, zanahoria, arveja, mayonesa y cilantro.

Carne de cerdo cocida con hierbas y desmechada.

Jugo de maracuyá

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

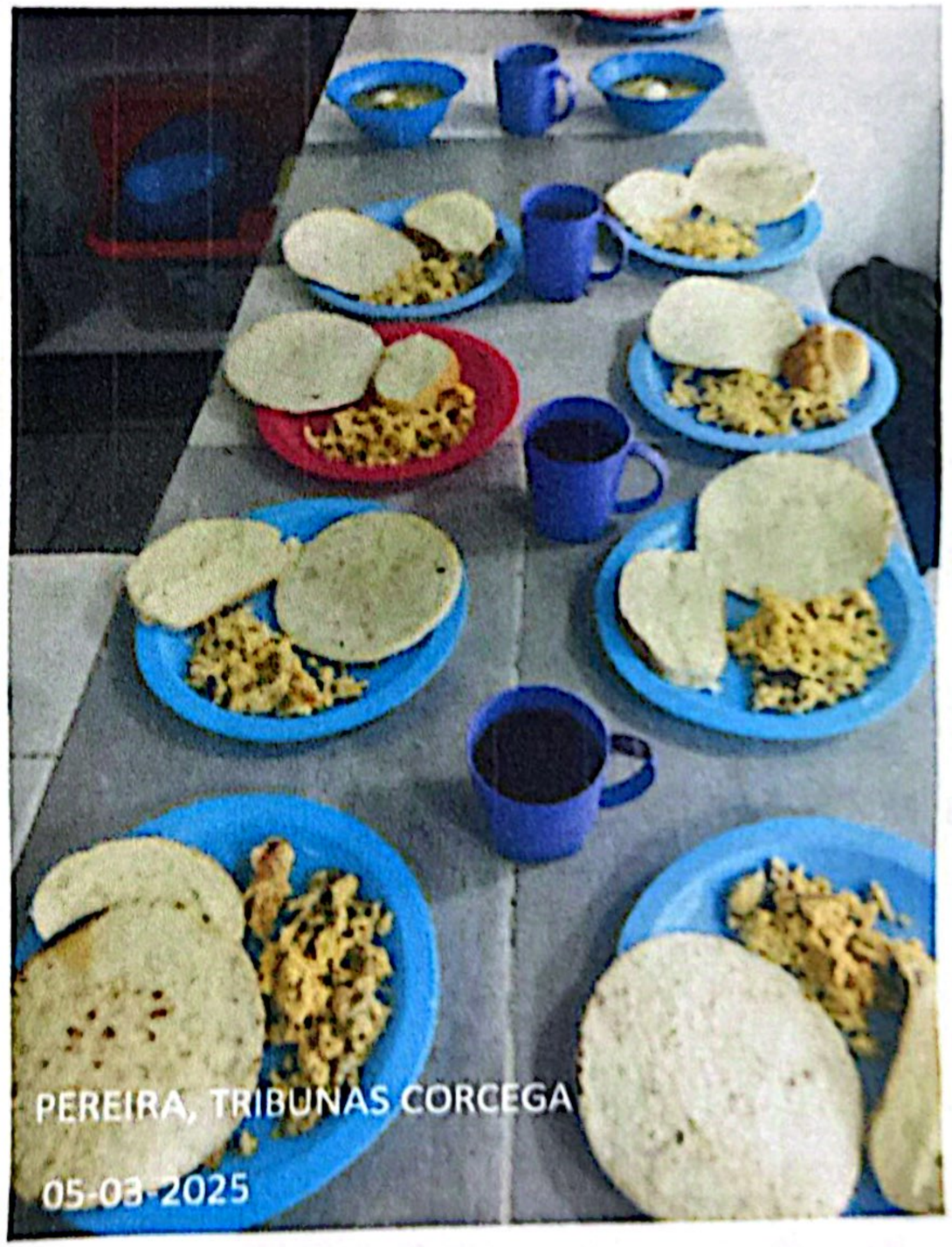
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 318 – 822 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Huevo con maicitos y queso 1/2porción
Tortilla de harina de trigo.
Café con leche endulzado con panela

Banano



Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vepi@gmail.com

CREMA AHUYAMA
Arroz con cilantro
Papas criollas cocidas
Pechuga de pollo cocida y desmechada con salsa bechamel casera.
Verduras de habichuela con zanahoria y salsa de guiso.
Jugo de piña

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

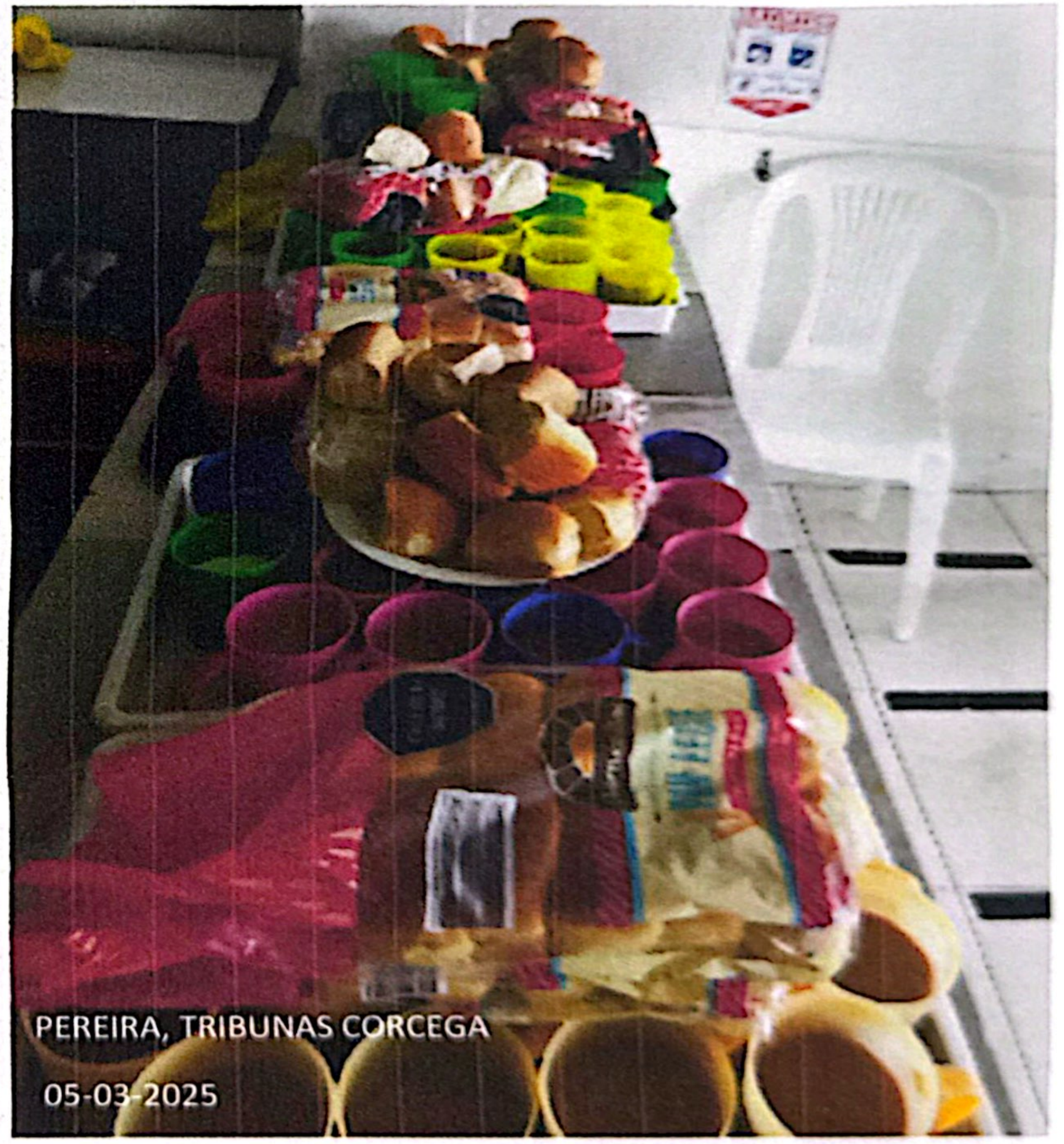
Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Chocolate en leche
pandebono



Fundación Cristiana Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor
NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 – 522 – 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Arroz amarillo cúrcuma
Tortas de harina sabor zanahoria.
Pechuga de pollo sofrita en trozos pequeños
Verdura cocida espinaca, tomate maduro y cilantro.
Jugo de mango

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vepi@gmail.com

Calentado huevo, de arroz (frijoles)
Arepa con queso ½ porción
Chocolate con leche endulzado con panela y canela

Mandarina

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Sudado de muslo de pollo
picada en trozos pequeños
Arroz
Papa y plátano maduro
Ensalada de tomate verde con zanahoria rallada finamente, cilantro y limón.
Jugo de mango

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

SOPA de verduras y papa

Arroz

Carne de cerdo molida

Ensalada de lechuga y tomate con cilantro.

Jugo de guayaba

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 6 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vep@gmail.com

Huevo revuelto
Queso tajado ½ porción
Arepa
Tostada con mantequilla
Agua de panela en leche y canela.

Papaya

Scanned with CamScanner

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 - 1 Reg. Especial

Km 8 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, ensenguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 - 522 - 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

SOPA DE PASTA
Arroz verde
Papa cocida en leche y mantequilla
Muslo de pollo asado
Verdura cocida de remolacha y zanahoria con cilantro, cocidos y picados en cubos pequeños Guiso)
Jugo de tomate de árbol

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Pasta espagueties con guiso
Yuca en astilla frita
Carne de cerdo cocida con hierbas y picado en trozos pequeños.
Verdura cocida brócoli y zanahoria.
Jugo de mora.

Changua de huevo (1.5 uds) en ½ de leche

Papa

Arepa

Chocolate en leche endulzado con panela y canela

Guayaba pera

Scanned with CamScanner

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 6 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

SOPA DE FRIJOLES
Arroz blanco
Plátano maduro asado
Carne de res magra y molida.
Ensalada de lechuga con tomate maduro, cilantro y limón

Jugo de maracuyá

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

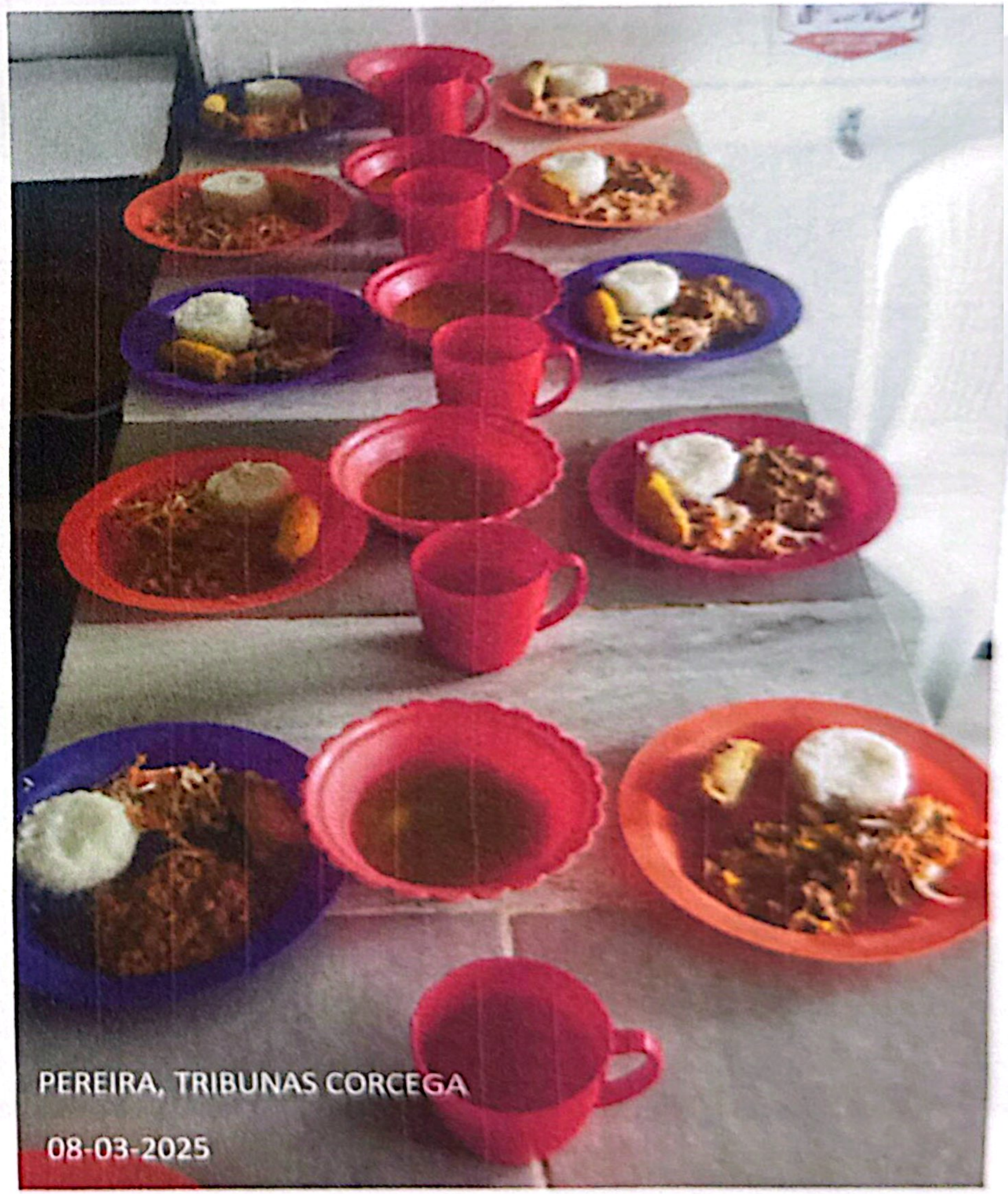
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Arroz con verduras (zanahoria y arveja).
Papa cocida
Pechuga de pollo desmechada

Jugo de tomate de árbol



Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, entrando del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

Huevo tibio
Queso cuajada rallado ½ porción
Arepa
Pan tajado con margarina
Café con leche endulzado con panela

Piña

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

CREMA DE ZANAHORIA
Arroz blanco
Papas criolla cocida
Filete de pescado en salsa bechamel casera.
Ensalada de repollo morado rallado finamente, pepino, manzana roja y crema
Jugo de guayaba

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, entrega del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Arroz amarillo (cúrcuma o paprika)
Pechuga de pollo en goulash con verduras: habichuela, papa en cubos pequeños, zanahoria, cilantro.

Jugo de mango

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Huevo con cebolla y tomate.
Queso cuajada en trozo ½ porción
Arepa
Galletas 3 uds
Avena en leche endulzada con panela y canela
Melón

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, entrando del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

SANCOCHO DE POLLO (muslos, contramuslos, pechuga, debe incluir papa, yuca y plátano)
Arroz
Aguacate
Ensalada pico de gallo (cebolla, tomate maduro, cilantro y limón)
Sirope de naranja

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Arroz blanco
Plátano asado
Carne de res desmechada con guiso
Verdura cocida de apio, ahuyama.

Jugo de guayaba

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

Nit. 900.178.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Ricaurte.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Huevo revuelto
Queso tajado ½ porción
Arepa
Croissant
Agua de panela en leche y canela.

Papaya.

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor
NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 – 522 – 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

SOPA DE Arroz
Spagueties con salda de tomate casera
Papas a la francesa.
Carne de res molida
Verdura cocida con guiso para mezclar a la pasta: tomate maduro, zanahoria, cebolla, cilantro.
Jugo de piña

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.178.481 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, consiguiendo del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Arroz amarillo
Papas criollas cocido
Carne de cerdo en julianas en salsa de naranja
Verdura cocida arveja, zanahoria, tomate maduro

Jugo de mora.

Changua de huevo (1.5 uds) en ½ de leche
Papa
Arepa
Chocolate en leche endulzado con panela y canela

Guayaba pera.

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor
NIT. 900.178.461 – 1 Rad. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 – 522 – 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

SOPA DE FRIJOLES
Arroz blanco
Plátano maduro asado
Pechuga de pollo apanada.
Ensalada de lechuga con tomate maduro, cilantro y limón

Jugo de maracuyá

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor
NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 – 522 – 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Maíz desgranado con crema de leche.
Papas en cubos cocida.
Pechuga de pollo desmechada
Verduras cocidas: brócoli, zanahoria, cebolla.
Mezclar todo.

Jugo de tomate de árbol

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Atención y Protección Social del Adulto Mayor
NIT. 900.178.481 - 1 Hog. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, consultorio del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 - 522 - 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Huevo tibio
Queso cuajada rallado ½ porción
Arepa
Galletas de soda 3 uds con margarina
Café con leche endulzado con panela
Piña.

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor
NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 - 522 - 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

CREMA DE CEBOLLAS
Arroz morado (remolacha)
Papas criolla cocida
Filete de pescado frito en harina de trigo
Ensalada de repollo morado rallado finamente, pepino, manzana roja y crema

Jugo de guayaba

Fundación Cristiana Casa Hogar

Vida Con Propósito!

Centro de Diversidad y Protección Social del Adulto Mayor

NIT. 900.976.461 – 1 Reg. Especial

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, entregando del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 – 522 – 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

Arroz blanco
Yuca en astilla cocida
Carne de res desmechada con guiso
Verduras: (guiso para la yuca y carne) tomate, cebolla, cilantro, pimentón amarillo.

Jugo de mango

Fundación Cristiana
Casa Hogar
la Con Propósito!

Centro de Nivelación y Protección Social del Adulto Mayor
Nit. 900.178.461 - 1 Reg. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, contiguo del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 - 522 - 5757
E-mail: fundacristianacasahogar.vrp@gmail.com

Huevo con cebolla y tomate.
Queso cuajada en trozo ½ porción
Arepa
Pan mogolla
Avena en leche endulzada con panela y canela
Melón.

Fundación Cristiana Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Bienestar y Protección Social del Adulto Mayor
NIT. 900.178.461 – 1 Reg. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 – 522 – 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

AJIACO DE PECHUGA DE POLLO
Arroz
Aguacate
Ensalada pico de gallo (cebolla, tomate maduro, cilantro y limón)
Nota: con crema de leche y guascas
Sirope de mandarina

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

NIT. 900.170.461 - 1 Reg. Especial

Km 6 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, entregando del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 - 522 - 5757

E-mail: fundcristianacasahogar.vp@gmail.com

Arroz con cilantro
plátano cocido en troncos.
Carne de cerdo en hamburguesa.
Verdura cocida de remolacha y zanahoria con cilantro.

Jugo de guayaba

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.

Cel. 315 - 522 - 5757

E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Caldo de pollo con papa.
Arepa
Chocolate en leche endulzado con panela y canela.

Mango.

Casa Hogar
Vida Con Propósito!
Km 6 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, enseguida del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 - 522 - 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vrp@gmail.com

SOPA DE BLANQUILLOS
Arroz con zanahoria
Plátano, tajadas maduras fritas..
Carne – filete de cerdo frita
Ensalada de zanahoria y repollo rallado finamente con cilantro y limón.

Jugo de mora

Casa Hogar
Vida Con Propósito!
Km 6 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, encrucijada del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 - 522 - 5757
E-mail: fund.cristianacasahogar.vcp@gmail.com

Arroz blanco
Puré de papa criolla.
Carne de res cocida y picada en trozos pequeños.
Verdura cocida: apio, zanahoria y tomate.

Jugo de maracuyá

Fundación Cristiana
Casa Hogar
Vida Con Propósito!

Centro de Desarrollo y Protección Social del Adulto Mayor
NIT. 900.178.481 – 1 Reg. Especial
Km 5 vía Armenia, Vereda Huertas, Finca Villa Carolina, contiguo del restaurante El Pescador, Pereira, Risaralda.
Cel. 315 – 522 – 5757
E-mail: fund.cristianoracasahogar.vrp@gmail.com

Huevo con maicitos y queso 1/2porción
Tortilla de harina de trigo.
Café con leche endulzado con panela

Banano.