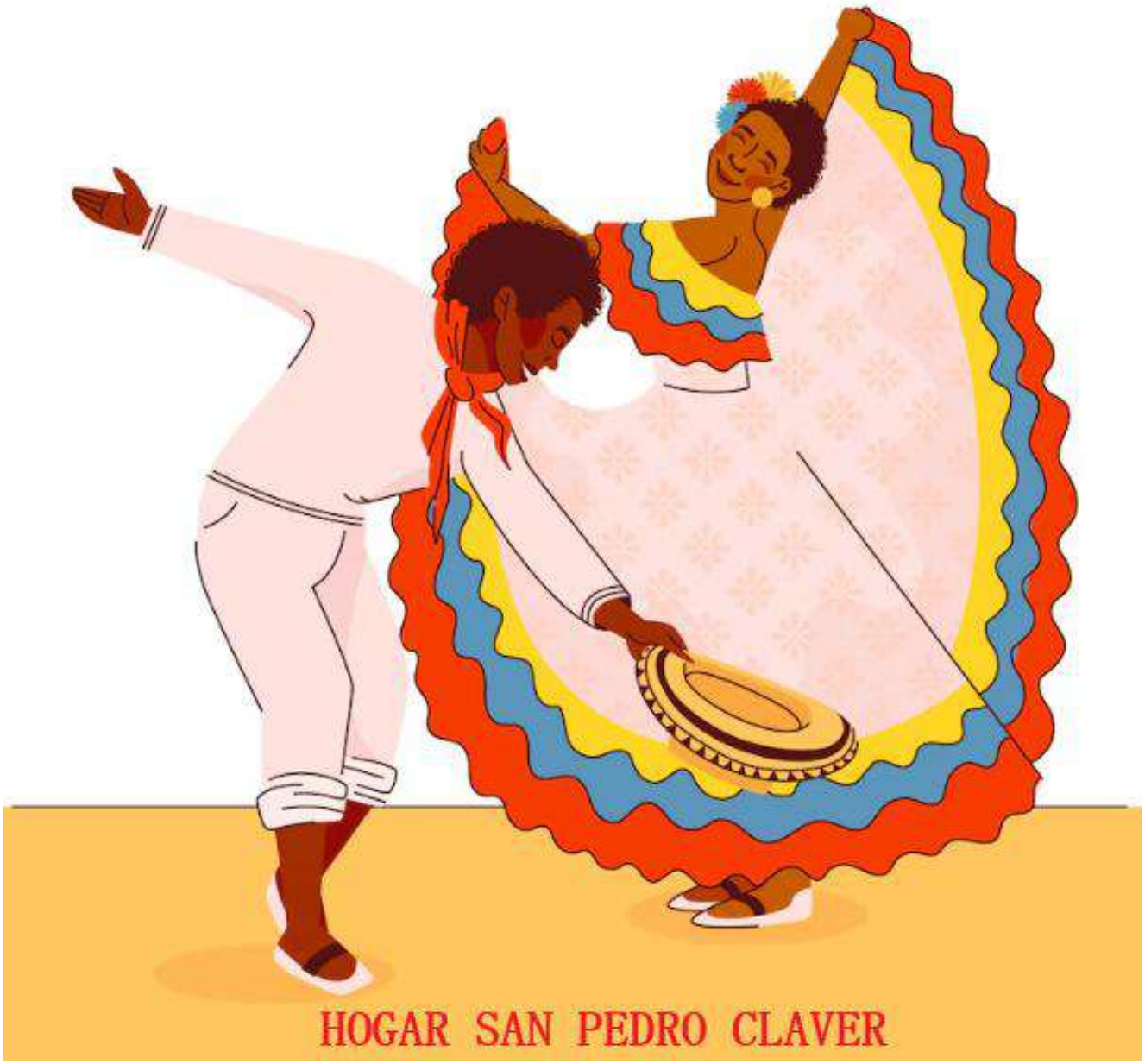

HOGAR SAN PEDRO CLAVER

HOGAR SAN PEDRO CLAVER

NIT: 890.480.145-7

CARTAGENA-COLOMBIA

INFORME DE AVANCES DE LOS COMPONENTES ALIMENTACIÓN RECREACIÓN Y FORMACIÓN

PERIODO DEL 21 DE JUNIO AL 20 DE JULIO DE 2025.

PRESENTADO A:

SECRETARIA DE SALUD DE BOLIVAR

PRESENTADO POR:

HOGAR SAN PEDRO CLAVER

ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LAS PERSONAS MAYORES





1 INTRODUCCIÓN ALIMENTACIÓN

Las Actividades nutricionales desarrolladas son importantes para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, por ende, para el periodo comprendido entre el 21 de Junio al 20 de Julio de 2025 se continuó con el cronograma de captura de datos antropométricos establecido para evaluar y realizar seguimiento al estado nutricional de los beneficiarios adscritos al hogar geriátrico San Pedro Claver.

Como es relevante, las buenas prácticas de aseo personal e higiene de los manipuladores de alimentos son fundamentales para evitar la contaminación cruzada y prevenir la propagación de virus y otras enfermedades de transmisión alimentaria. Como acción principal y teniendo en cuenta cronograma se realiza Trazabilidad de datos y de infraestructura de las condiciones de los alimentos, en cuanto a limpieza y desinfección de utensilios de cocina, rotulación y almacenamiento adecuado de los alimentos y verificación de temperatura de alimentos de refrigeración y de cocción.



1.2 OBJETIVO ALIMENTACIÓN

Objetivo General:

Formar personal calificado en manipulación de alimentos que implemente Buenas prácticas de Manufactura BPM, para la obtención de alimentos seguros.

Objetivos Específicos:

- Garantizar la inocuidad de los alimentos ofrecidos a los adultos mayores mediante el cumplimiento riguroso de las normas de higiene durante la recepción, almacenamiento, preparación y distribución de los alimentos.

- Capacitar al personal de cocina y servicios generales en prácticas correctas de manipulación de alimentos, limpieza, desinfección y control de plagas, fomentando una cultura de prevención y cuidado.

- Establecer y aplicar protocolos de control de calidad para cada etapa del proceso de preparación de alimentos, desde la adquisición de materias primas hasta el servicio en el comedor.

- Reducir riesgos de enfermedades transmitidas por alimentos (ETAS) mediante la implementación de medidas preventivas, controles de temperatura y monitoreo de condiciones sanitarias.

- Mantener registros sistemáticos de limpieza, control de temperaturas, inspecciones de plagas y mantenimiento de equipos, que permitan una trazabilidad y mejora continua del sistema de BPM.



1.3 SESIONES EDUCATIVAS

En cumplimiento de lo dispuesto en el contrato de Prestación de Servicios celebrado entre Hogar San Pedro Claver y Keyla Verbel Martínez, con cédula de ciudadanía No. 1143383617 de Cartagena. Éste último en su calidad de contratista, Se presentan a continuación el Informe correspondientes a las actividades desarrolladas en el periodo comprendido entre el 21 de junio y 20 de julio de 2025. A continuación, relaciono las actividades desarrolladas así:

FUNCIONES	ACTIVIDAD	FECHA	LUGAR	OBSERVACIONES
1. Elaboración de ciclos de minutas	Se elaboró ciclo de minutas correspondiente al mes de Agosto teniendo en cuenta las necesidades nutricionales de la población	04/07/2025	Comedor Hogar geriátrico San Pedro Claver	
2. Seguimiento antropométrico al adulto mayor	Se realizo seguimiento antropométrico al adulto mayor	11/07/2025	Comedor Hogar geriátrico San Pedro Claver	
3. seguimiento al servicio de alimentos del hogar geriátrico		27/06/2025	Comedor Hogar geriátrico San Pedro Claver	

ÁREA DE NUTRICIÓN

1. SEGUIMIENTO ANTROPOMETRICOS:

ACCIONES	RESULTADOS ESPERADOS
• Seguimiento nutricional con la captura de datos antropométricos de frecuencia mensual • Diseño y entrega plan de alimentación de acuerdo con las necesidades energéticas. • Educación alimentaria y nutricional mediante constante para mejorar su adaptación al plan nutricional individualizado.	• Evidenciar la evolución en el diagnostico nutricional. • Implementar acciones en cuanto a una alimentación adecuada.

Cronograma de tamizajes nutricionales periodo de mayo a junio a 2025

Tabla 1.

TAMIZAJES NUTRICIONALES	POBLACION	MES
3	Beneficiarios con diagnósticos de malnutrición	Junio
4	Beneficiarios con diagnósticos de malnutrición	julio

Tabla 2.

Cronograma de capacitaciones dirigido a Manipuladoras de alimentos			
1	BPM	julio	profesional de nutrición

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

- Tamizaje nutricional







Keyla Verbel Martínez

Keyla Verbel Martínez
Nutricionista Dietista
MND 06683

REFERENCIAS

1 Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). Resolución 2674 de 2013. Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-2674-de-2013.pdf

2 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2018). Guía técnica del componente dealimentación y nutricional para los programas y proyectos misionales del ICBF. Recuperado de https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/procesos/g6.pp_guia_tecnica_del_componente_de_ alimentacion_y_nutricion_icbf_v4.pdf.

3 Guía técnica del componente de alimentación y nutrición para los programas y proyectos misionales del ICBF V5.

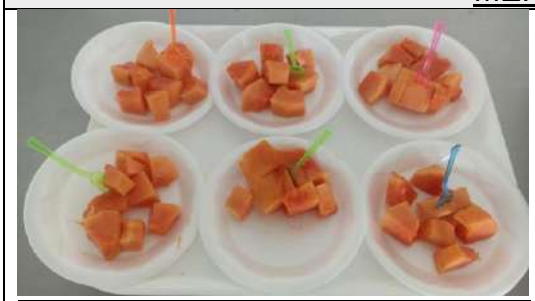
4 Minuta patrón de Icbf para los programas de Icbf acorde a los grupos etarios correspondientes, ciclos de minutas, listas de intercambios, guía de preparaciones aprobado por Icbf para el operador en la presente vigencia.

EVIDENCIA ALIMENTACIÓN

DESAYUNO LUNES	
	

MERIENDA LUNES	
	

ALMUERZO LUNES	
	

MERIENDA LUNES	
	

CENA LUNES





DESAYUNO MARTES





MERIENDA MARTES





ALMUERZO MARTES



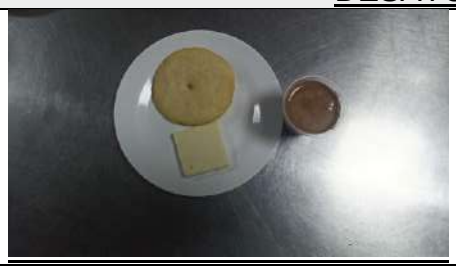


MERIENDA MARTES





CENA MARTES	
	

DESAYUNO MIERCOLES	
	

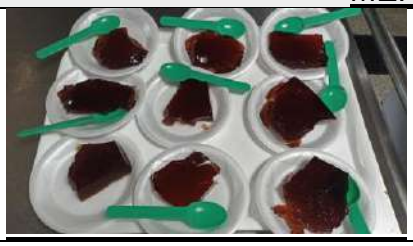
MERIENDA MIERCOLES	
	

ALMUERZO MIERCOLES	
	

MERIENDA MIERCOLES	
	

CENA MIERCOLES	
	

DESAYUNO JUEVES	
	

MERIENDA JUEVES	
	

ALMUERZO JUEVES	
	

MERIENDA JUEVES	
	

CENA JUEVES	
	

DESAYUNO VIERNES	
	

MERIENDA VIERNES	
	

ALMUERZO VIERNES	
	

MERIENDA VIERNES	
	

CENA VIERNES	
	

DESAYUNO SABADO





MERIENDA SABADO





ALMUERZO SABADO





MERIENDA SABADO





CENA SABADO





DESAYUNO DOMINGO	
	

MERIENDA DOMINGO	
	

ALMUERZO DOMINGO	
	

MERIENDA DOMINGO	
	

CENA DOMINGO	
	

DIETAS DIFERENCIALES PARA ADULTOS MAYORES EN RIESGO DE DESNUTRICIÓN Y/O BAJO PESO, QUE LAS EPS ORDENAN.

FORMULAS ARTESANALES DE ALTO VALOR NUTRICIONAL.



EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

Suplementos que ordenan las EPS





Fórmulas artesanales





2. INTRODUCCIÓN ACTIVIDADES

Cada día cobra mayor relevancia el tema de las personas mayores y ello debido al incremento poblacional de los mismos. Se espera que la proporción de este grupo etareo mayores de 60 años crezca significativamente en las próximas décadas, lo que plantea un desafío en términos de salud, bienestar social y sistemas de pensión.

Este incremento plantea desafíos en diversos ámbitos, como la atención en salud, la seguridad social, el acceso a servicios y la necesidad de políticas públicas que garanticen el bienestar de este grupo poblacional. La falta de acceso a servicios sociales, la pobreza y la desigualdad son factores que impactan en la calidad de vida de los adultos mayores en Colombia.

Desde este panorama nacen instituciones como el Hogar San Pedro Claver, quien en sus servicios brindados pretende mitigar la vulnerabilidad y abandono por la que atraviesan muchas personas mayores, ofreciendo servicios de calidad que buscan mejorar su calidad de vida.

Durante el periodo de ejecución del presente informe se realizaron todas las actividades programadas, donde el tema central de las mismas fue la conmemoración de la independencia de Colombia, donde todos los residentes participaron activamente y mostraron su grado de satisfacción.



2.1 OBJETIVOS

GENERAL

Garantizar una vida digna a los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, a través de la prestación de servicios integrales de calidad; alimentación, formación, recreación y lúdica.

ESPECIFICOS

- Fomentar una cultura de respeto y trato digno a los adultos mayores beneficiarios de Hogar San Pedro Claver.
- Ofrecer alimentación balanceada a los adultos mayores, que les permita gozar de buena salud y disposición para desarrollar las actividades físicas y cognitivas.
- Promover el envejecimiento activo, mediante la ejecución de actividades recreativas, que contribuyan al fortalecimiento de los músculos y articulaciones de los adultos mayores.
- Generar espacios de aprendizaje y desarrollo del pensamiento, a través de la alfabetización y educación informal.
- Abordar temas de salud mental, a través de talleres, conversatorios e intervenciones individuales y grupales.
- Conmemorar el día de la independencia de Colombia con múltiples actividades recreativas y formativas que contribuyan a tener ciudadanos más comprometidos con el país.

3. Del 21 de junio al 20 de julio

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TIPO DE ACTIVIDAD	FECHA
Construyamos la bandera de Colombia	Formativa	20, 24 y 25 de junio
Ejercicios lógicos matemáticos	Formativa	26 y 27 de junio
Técnica de relieve con papel higiénico	Formativa	27 de junio
Taller: hacia un envejecimiento activo	Formativa	1 de julio
Exposición de los valores por grupos	Formativa	Del 2 al 4 de julio
Festival de poesias alusivas a Colombia con premios	Recreativa	7 y 8 de julio
El baile del Ula Ula	Recreativa	9 de julio
Juego de bingo	Recreativa	10 de julio
Imposición de medallas por disciplina	Recreativa	11 de julio
Conmemoración de la Independencia de Colombia	Recreativa	14 y 15 de julio
Secuencia numérica	Recreativa	Del 16 al al 18 de julio

4. ACTIVIDADES FORMATIVAS





4.1 CONSTRUYAMOS LA BANDERA DE COLOMBIA

OBJETIVO:

Realizar la bandera de Colombia conjuntamente con las personas mayores del Hogar San Pedro Claver como una forma de simbolizar el orgullo nacional y la pertenencia a nuestro país Colombia.

METODOLOGÍA:

Para llevar a cabo la actividad construyamos la bandera de Colombia se utilizan diferentes materiales, ya que la idea es construir una bandera grande en tela que será el centro de la decoración y papeles de barriletes de colores amarillo, azul y rojo, en aras de hacer banderas pequeñas que tendrá cada una de las personas presentes en la actividad.

Las banderas que se utilizaran de manera individual cada persona mayor debe realizarla y la grande entre los presentes que tengan habilidades para cocer, realizar cortes de tela parejos entre otros.

IMPORTANCIA:

- Identidad cultural
- Sentido de pertenencia
- Defensa de la soberanía
- Respeto

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

CONSTRUYAMOS LA BANDERA DE COLOMBIA

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: 20,24 y 25 de junio

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Telas de satín amarilla, azul y roja
- Pliegos de papel barrilete amarillos, azul y rojo
- Palitos de chuzo
- Colbón
- Hilos
- Agujas

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

CONSTRUYAMOS LA BANDERA DE COLOMBIA









4.2 EJERCICIOS LÓGICOS MATEMÁTICOS

OBJETIVO:

Mantener y estimular las funciones cognitivas, especialmente el razonamiento, la memoria y la capacidad de resolución de problemas. En las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver, a través de los ejercicios lógicos matemáticos.

METODOLOGÍA:

Para llevar a cabo esta actividad lo primero que se hace es imprimir diferentes plantillas con ejercicios lógicos matemáticos que incluyen problemas y operaciones sencillas y complejas para que las personas mayores que participan puedan resolver.

Cabe resaltar que esta actividad será revisada para corroborar que las operaciones y ejercicios matemáticos estén bien hechos a las 3 primeras personas que tengan todo correcto se les otorgara un premio.

IMPORTANCIA:

- Mejora la función cognitiva
- Estimulación intelectual y social
- Aumento de la autoestima y confianza
- Resolución de problemas

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

EJERCICIOS LÓGICOS MATEMÁTICOS

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: 26 y 27 de junio

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

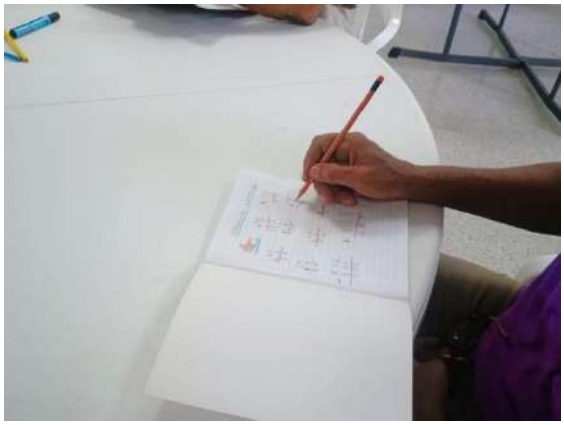
MATERIALES:

- Impresora
- Resma de papel tamaño carta
- Lápices
- Borradores
- Sacapuntas

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

EJERCICIOS LÓGICOS MATEMÁTICOS









4.3 TÉCNICA DE RELIEVE CON PAPEL HIGIÉNICO

OBJETIVO:

Crear la ilustración tridimensional de una figura plana con las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver, mediante la implementación de la técnica de relieve.

METODOLOGÍA:

La técnica de relieve es una actividad que gusta mucho a las personas mayores, ya que estimula no solo la parte visual, sino también el tacto obligando a los participantes amasar el material.

Lo primero que se hace es pedir a las personas mayores que rasguen en pedacitos pequeños el papel higiénico e introducirlo en un recipiente el cual contendrá un poco de agua y los participantes le agregan colbón hasta convertir esta mezcla pastosa.

El paso final es ir pegando en la imagen entregada, una vez seca se procede a pintar con vinilo.

IMPORTANCIA:

- Crear una experiencia táctil
- Añadir un valor estético
- Crear profundidad y volumen

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

TÉCNICA DE RELIEVE CON PAPEL HIGIÉNICO

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: 28 de junio

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Rollos de papel higiénico
- Recipientes redondos
- Tarros de colbon
- Pinceles
- Vinilos

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

TÉCNICA DE RELIEVE CON PAPEL HIGIÉNICO









4.4 TALLER: HACIA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO

OBJETIVO:

Promover un envejecimiento saludable y pleno, donde las personas mayores del Hogar San Pedro Claver puedan mantener y mejorar su calidad de vida tanto física como social.

METODOLOGÍA:

Inicialmente se convocó a las personas mayores a el taller. Para dar inicio se empezó con una dinámica cuyo objetivo era romper el hielo, todos participaron y se sintieron acogidos y en confianza.

El taller fue liderado por la Psicóloga, la trabajadora social y la terapeuta ocupacional, donde se abordaron temas como: la importancia de la actividad física, realizar tareas de nuestro gusto, mantener las relaciones afectivas, entre otras prácticas. Finalmente se realizaron una serie de preguntas de conocimientos adquiridos.

IMPORTANCIA:

- Disminución del aislamiento social
- Promover hábitos de vida saludable
- Mejora la salud física y emocional
- Disminuir el sedentarismo

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

TALLER: HACIA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: 1 de julio

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Cartulinas
- Marcadores permanentes
- Imágenes impresas
- Colbón
- Sillas
- Refrigerios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

TALLER: HACIA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO









4.5 EXPOSICIÓN DE LOS VALORES POR GRUPOS

OBJETIVO:

Reconocer y fortalecer el valor de la experiencia, sabiduría y contribución a la sociedad de las personas mayores beneficias del Hogar San Pedro Claver, a través del financiamiento del tema de los valores.

METODOLOGÍA:

Lo primero que se debe hacer para llevar a cabo esta actividad es que las personas mayores presente, conformen grupos máximo de 5 personas, una vez estén organizados se da paso a entregar un valor.

Cada grupo elige un líder que es la persona encargada de distribuir el material de estudio entre los demás integrantes y organizar que tipo de ayudas audio – visuales van a utilizar. Durante la exposición cada grupo realiza actividades libres que prefieran.

IMPORTANCIA:

- Promover el buen trato
- Fortalece la experiencia
- Reforzar los valores
- Mejorar la convivencia

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

EXPOSICIÓN DE LOS VALORES POR GRUPOS

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: Del 2 al 4 de julio

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Cartulinas
- Marcadores permanentes
- Imágenes impresas
- Parlante activo
- Micrófono

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

EXPOSICIÓN DE LOS VALORES POR GRUPOS











5.ACTIVIDADES RECREATIVAS





5.1FESTIVAL DE POESÍAS ALUSIVAS A COLOMBIA CON PREMIOS

OBJETIVO:

Fomentar la expresión de recuerdos y emociones, estimulando la memoria y la creatividad de las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver, a través de la creación de poesías alusivas a Colombia.

METODOLOGÍA:

El festival de poesías alusivas a Colombia es una actividad que consiste en que las personas mayores que deseen pueden postularse para elaborar su poesía alusiva a la independencia de Colombia.

Las personas mayores de acuerdo a su experiencia escribirán unos párrafos que ilustren ese momento de esclavitud, sometimiento, pero también el de rebelión y final liberación.

Esta actividad será premiada de acuerdo a la recreación de la historia, coherencia y contexto.

IMPORTANCIA:

- Aumento de la autoconciencia
- Estimulación de la imaginación y creatividad

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

FESTIVAL DE POESÍAS ALUSIVAS A COLOMBIA CON PREMIOS

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: 7 y 8 de julio

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Hojas de block tamaño carta
- Lapiceros
- Premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

FESTIVAL DE POESÍAS ALUSIVAS A COLOMBIA CON PREMIOS









5.2 EL BAILE DEL ULA ULA

OBJETIVO:

Fortalecer los músculos del torso, especialmente los abdominales y la zona lumbar para prevenir caídas y mantener la independencia de las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver, con el baile de ula ula.

METODOLOGÍA:

Para llevar a cabo esta actividad lo primero que se hace son ejercicios de respiración y estiramiento con el fin de preparar el cuerpo y ponerlo en disposición para desarrollar los pasos siguientes.

A cada uno de los participantes se entrega una ula ula y se coloca música movida como porro o salsa para que las personas mayores vallan realizando los movimientos que indique quien dirige la actividad.

IMPORTANCIA:

- Mejora la coordinación
- Fortalece los músculos del torso
- Mejora la movilidad
- Promueve la diversión
- Previene caídas

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

EL BAILE DEL ULA ULA

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: 9 de julio

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- 30 ula ula
- Parlante activo
- Memoria USB con música movida

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

EL BAILE DEL ULA ULA









5.3 JUEGO DE BINGO

OBJETIVO:

Ayudar activar las células celébrales en los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, mediante el juego de bingo.

METODOLOGIA:

El funcionamiento del bingo tradicional consiste en ir marcando en nuestro cartón los números que, aleatoriamente, van surgiendo en cada momento. El primero que haga línea gana un premio menor; el que llene el cartón completo, gana el premio mayor.

En el hogar se hace el bingo, donde se dispone de muchos regalos para todas las personas mayores que logren cantar el bingo.

IMPORTANCIA:

- Activa las células celébrales
- Favorece la visibilidad
- Ayuda a la socialización
- Esparcimiento y recreación
- Contribuye a minimizar los espacios de ocio

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

JUEGO DE BINGO

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: 10 de julio

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Cartones de bingo
- Bolsa oscura
- Regalos
- Parlante activo
- Memoria con música movida

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

JUEGO DE BINGO









5.4 IMPOSICIÓN DE MEDALLAS POR DISCIPLINA

OBJETIVO:

Reconocer y premiar el logro por comportamiento, disciplina y compañerismo entre las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedo Claver, que contribuyan a mantener la buena convivencia.

METODOLOGÍA:

Esta actividad busca promover la sana convivencia entre las personas mayores residentes del Hogar San Pedro Claver, a través de la imposición de medallas por mejor disciplina y/o comportamiento.

La elección de la persona que va hacer condecorada se realiza, a través del equipo Psicosocial basada en el reporte de actas disciplinarias y bitácoras llevadas por situación presentada.

IMPORTANCIA:

- Reconocimiento de logros
- Motivación
- Incentivo
- Valor simbólico
- Promueve la sana convivencia

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

IMPOSICIÓN DE MEDALLAS POR DISCIPLINA

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: 11 de julio

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Medallas de Colombia
- Nodrizas
- Premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

IMPOSICIÓN DE MEDALLAS POR DISCIPLINA











5.5 CONMEMORACIÓN DE LA INDEPENDENCIA DE COLOMBIA

OBJETIVO:

Reconocer y honrar el inicio del proceso de independencia de Colombia, con múltiples actividades llevadas a cabo en el Hogar San Pedro Claver donde participen todos los residentes.

METODOLOGÍA:

El inicio del proceso de independencia del país, culminó con la separación del Imperio español en 1819. Se celebra para reafirmar la identidad nacional, fortalecer los lazos entre los colombianos y recordar la lucha por la libertad y la construcción de la nación.

Para la ejecución de esta actividad se realizó un cronograma donde se detalló toda la programación: himno de Colombia, canción la rebelión que describe todo el proceso de esclavitud y liberación y participación de las personas mayores con acrósticos, refranes entre otros. Al siguiente día se coloca una película que ilustre la independencia.

IMPORTANCIA:

- Reconocer y honrar el pasado
- Identidad nacional
- Reflexionar el proceso de independencia
- Sentido de pertenencia

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

CONMEMORACIÓN DE LA INDEPENDENCIA DE COLOMBIA

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: 14 y 15 de julio

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Medallas de Colombia
- Nodrizas
- Premios
- Video Beam
- Parlante activo
- Portátil

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

CONMEMORACIÓN DE LA INDEPENDENCIA DE COLOMBIA









5.6 SECUENCIA NUMÉRICA

OBJETIVO:

Estimular la función cognitiva, especialmente la memoria, el razonamiento lógico matemático y la atención entre las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver.

METODOLOGÍA:

Esta actividad se desarrolla con el grupo de personas mayores cuyas facultades mentales y cognitivas se encuentran conservadas, pues exige un grado de interpretación y comprensión.

Para dar inicio se entregan plantillas que contienen ejercicios matemáticos, en los cuales las personas mayores deben seguir las secuencias, algunas serán realizando operaciones básicas y otros conteos.

IMPORTANCIA:

- Potenciar la atención
- Prevenir el deterioro cognitivo
- Mejorar la autoestima
- Favorece el estado de animo
- Habilidades lógico – matemáticas

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

SECUENCIA NUMÉRICA

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

FECHA: Del 16 al 18 de julio

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Impresora
- Resma de hojas de block
- Lápices
- Borradores
- Sacapuntas
- Premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

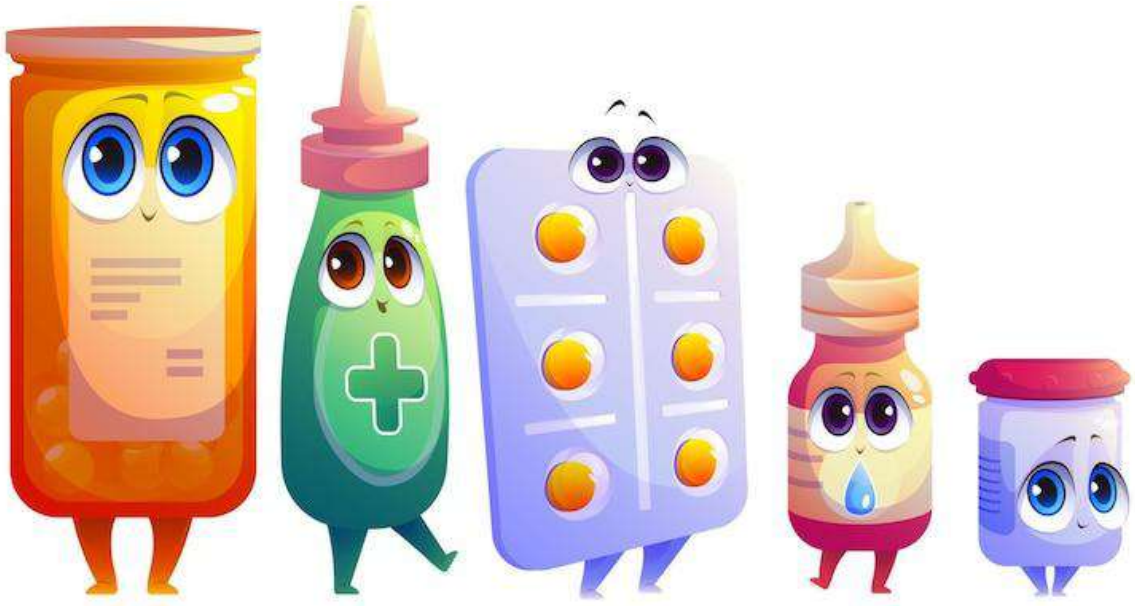
SECUENCIA NUMÉRICA







6.OTROS SERVICIOS







6.1 ATENCIÓN MEDICA

OBJETIVO:

Prevenir, diagnosticar y tratar las enfermedades presentes en los adultos mayores del hogar San Pedro Claver, en aras de garantizar la salud y calidad de vida de los mismos.

METODOLOGIA:

Para llevar a cabo la atención en salud de los adultos mayores, el Hogar San Pedro Claver dispone de un médico general encargado de realizar rondas diarias en los diferentes pabellones de la institución en apoyo de enfermera jefe 8 horas diarias y auxiliares de enfermería de forma permanente.

Durante el mes de mayo se realizan rondas medicas diarias en compañía del personal de enfermería, lo cual nos permitió priorizar a aquellos adultos mayores que presentaron síntomas y signos asociados a agudización de sus patologías de base y enfermedades agudas, todas manejadas de forma satisfactoria en el hogar, contando siempre con el apoyo paraclínico de laboratorios Pasteur y los servicios de AMI para la atención de urgencias y traslados, siendo las patologías crónicas manejadas por parte de las distintas EAPB a las cuales se encuentran afiliados nuestros adultos mayores para lograr adecuado control de sus patologías de base.

IMPORTANCIA:

- Garantizar bienestar
- Prevención de enfermedades y/o complicaciones
- Disminución de la morbimortalidad

EVIDENCIA DE LA ATENCIÓN MEDICA







6.2 SERVICIOS FARMACEUTICOS

OBJETIVO:

Identificar el manejo de medicamentos en los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, para su posterior administración por parte del personal de enfermería capacitado para tal fin.

METODOLOGÍA:

Inicialmente los adultos mayores reciben valoración por el médico del Hogar o de su EPS. Una vez recibida la formula, se procede a retirar los medicamentos en las farmacias correspondientes.

Los medicamentos no pos son comprados por el Hogar, una vez se tienen son dispensados en la farmacia de la institución. La farmaceuta procede a la revisión, contabilización, almacenamiento y posterior entrega a las auxiliares de enfermería de acuerdo a los requerimientos para administrar por la vía indicada a los beneficiarios.

IMPORTANCIA:

- Prevenir alteraciones en patologías de base
- Evitar complicaciones de salud
- Administrar las dosis correctas
- Mantenerse proactivos en las actividades
- Suministrar soportes nutricionales

EVIDENCIAS DE LOS SERVICIOS FARMACÉUTICOS







6.3 ALOJAMIENTO

Infraestructura Física

Hogar san pedro Claver cuenta con habitaciones colectivas con capacidad para 10 personas con un área total de 71 m^2 distribuidas en 12 m de largo por 5.9 m de ancho, con ventanas amplias traslucidas y de apertura las cuales permiten una ventilación óptima para la comodidad de los residentes, dotadas de closets para el alojamiento de sus pertenencias de manera segura, cuenta con intercomunicador capaz de comunicar con todas las áreas de la institución. Camas individuales dotadas de colchones anti-fluidos anti-escaras con dimensiones de 1.90 m x 0.9 m para dar espacios entre camas de 1.25 m, también se cuenta para pacientes en condición de discapacidad, con camas hospitalarias.

Las habitaciones cuentan con un baño compartido en un área de 40 m^2 dotado de 4 retretes, 4 duchas y 4 lavamanos dotados de los accesorios necesarios para el uso del adulto mayor como soporte pasamanos y sillón de ruedas para retrete. El espacio del baño cuenta con ventanas de fácil apertura para una buena iluminación y ventilación.

Contamos con habitaciones individuales para la atención de casos específicos como aislamientos preventivos por control de enfermedades infectocontagiosas, las cuales disponen de un espacio de 20m^2 la cual cuenta con baño interno con el espacio suficiente para el movimiento del adulto mayor y un asistente en caso de requerirlo. La habitación igualmente cuenta con ventanas de fácil apertura para una correcta ventilación e iluminación, e igualmente cuenta con intercomunicador.

Contamos también con un consultorio médico dotado con camilla, sillas, escritorio, linterna de mano, martillo de reflejos, equipo para oxigenoterapia, bascula, tensiómetro, fonendoscopio, termómetro, pulsioxímetro y equipo de signos vitales.

Contamos con un área de cuidados paliativos donde se prestan los servicios de enfermería y cuidados más personalizados para los adultos mayores que más lo requieran, también tenemos un salón de Fisioterapia en el cual tenemos equipos como, camillas, equipo de ultrasonido, caminadores, calentador de toallas, bandas, ligas, pesas, balones terapéuticos sillas para masajes entre otros, que en conjunto con el salón Social son utilizados para fortalecer las capacidades psicomotrices del adulto mayor.

Las instalaciones de Hogar San Pedro Claver cuentan con un amplio comedor en una extensión de 324 m2 que cuenta con 20 mesas redondas de 1.5 m de diámetro con capacidad para 5 personas. Espacio abierto de gran ventilación e iluminación. Cuenta con televisores y ventiladores.

Cercano al comedor se encuentra nuestras cocinas industriales que cuenta con una estufa de 6 fogones y 2 estufas de un fogón, mesones, repisas y pesetas en acero inoxidable para fácil saneamiento, áreas de lavado de platos, zona de procesamiento de verduras, procesamiento de frutas y procesamiento de carnes. Una bodega de hortalizas y tubérculos, una bodega de congelados y refrigerados que cuenta con 1 refrigerador para verduras y 3 congeladores para carnes, 1 despensa de alimentos no perecederos dotada de repisas y estibas plásticas para el almacenamiento de los alimentos. En todos los anteriores se aplican procesos de saneamiento básico y las BPM para la correcta manipulación de alimentos.

Contamos con lavandería la cual cuenta con equipos industriales de lavandería como son 2 lavadoras y una secadora, lo que garantiza el continuo funcionamiento del área aun en días lluviosos. Dispone de un espacio con estantería habilitado para el almacenamiento de la ropa de los adultos mayores debidamente rotulado.

En todo el espacio útil del centro se cuenta con puntos ecológicos para la recolección de residuos y canecas de residuos peligrosos en las áreas que así lo requieran como cuartos, baños, enfermería y consultorio médico.

Hogar San Pedro Claver cuenta con un espacio de oficinas donde se llevan a cabo todas las labores administrativas y de operación de la institución, capilla para celebraciones católicas y parqueadero para el acceso de visitantes.

Contamos con abastecimiento de agua potable y además con tanques de almacenamiento y bombas de agua que garantizan el suministro constante para el funcionamiento a los cuales se les realiza limpieza y mantenimientos periódicos.

EVIDENCIA DE ALOJAMIENTO





6.4 ENTREGA DE UTILES DE ASEO

OBJETIVO:

Mantener hábitos de higiene regulares en los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver en especial para la prevención de infecciones y ciertas enfermedades de la piel, además de favorecer un estilo de vida saludable.

METODOLOGÍA:

Las entregas de útiles de aseo personal se realizan mensualmente, donde se distribuyen los kits a los adultos mayores autovalentes de manera directa y a los beneficiarios no autovalentes le reciben las auxiliares de enfermería, quienes asisten a estas personas que presentan alguna limitación física y/o cognitiva.

Dentro de los elementos de aseo que se entregan en el kit son: jabón de baño, papel higiénico, pasta dental, desodorante, presto barba, toallas de baño, enjuague bucal, pañitos húmedos, cepillos de diente (trimestral), pañales desechables (adultos mayores no autovalentes).

IMPORTANCIA:

- Auto cuidado
- Mejor calidad de vida
- Buena higiene bucal
- Prevención de enfermedades de la piel
- Favorece la socialización

EVIDENCIAS DE LA ENTREGA DE ÚTILES DE ASEO





6.5 SUMINISTRO DE VESTUARIO

OBJETIVO:

Proteger y mantener la dignidad de los Adultos Mayores del Hogar San Pedro Claver, a través de los buenos hábitos de vestir y calzar, aumentando el nivel de autoestima con la mejora de su aspecto físico.

METODOLOGÍA:

Para hacer la entrega de vestuario y calzado se evalúan las necesidades de los beneficiarios, una vez se recopila la información, se procede hacer la compra de los mismos para su posterior distribución.

Para la entrega de estos insumos se coloca la ropa y el calzado exhibidos en una mesa. Los adultos mayores van pasando por género y seleccionando las prendas según sus gustos y preferencias, luego la persona encargada anota en un formato el nombre del beneficiario y las prendas entregadas.

Otra forma de suministrar vestuario, es a través del personal de ropería, quien debe garantizar que los adultos mayores estén limpios día a día.

Elementos que se entregan:

- Pijamas de hombres y mujeres
- Vestidos
- Pantalonetas
- Suéteres
- Camisas

IMPORTANCIA:

- Motivación por mantener su aspecto físico
- Mejora la autoestima
- Favorece las relaciones sociales

EVIDENCIA DE LA ENTREGA

SUMINISTRO DE VESTUARIO





ANEXOS

HOGAR SAN PEDRO CLAVER

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

HOGAR SAN PEDRO CLAVER

SEMANA No. 1

LUNES 07 DE JULIO	MARTES 08 DE JULIO	MIERCOLES 09 DE JULIO	JUEVES 10 DE JULIO	VIERNES 11 DE JULIO	SABADO 12 DE JULIO	DOMINGO 13 DE JULIO
DESAYUNO						
CAFÉ CON LECHE	AVENA EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AVENA EN LECHE	CAFE CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
QUESO CAMPESINO	HUEVO REVUELTO	QUESO COSTEÑO EN PORCION	HUEVO REVUELTO	SANDWINS DE QUESO CON MANTEQUILLA		QUESO EN CUAJADA
PAN BLANCO	BOLLO LIMPIO	AREPA DULCE	PLATANO VERDE O PAPA COCIDO		EMPANADAS	PAN CROISSANT
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	GELATINA	CHICHA DE ARROZ	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO
GALLETA DE SODA	PAN BLANCO	GALLETAS DUCALES		GALLETAS DUCALES	TOSTADAS	GALLETAS WAFER
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS	MOTE DE QUESO	PALOMITOS GUISADOS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PESCADO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS
PECHUGA DE POLLO APANADA	ARROZ BLANCO	PECHUGA ASADA	ESPAGUETTI-ATUN	FILETE DE PESCADO FRITO	FRIJOLES GUISADOS	CARNE EN CUADRITOS
ARROZ ZANAHORIA	PORCION DE AGUACATE	ARROZ DE PIMENTON		ARROZ DE COCO	HUEVO FRITO	ARROZ CON AJO
PAPA CRIOYA AL VAPOR	AGUA DE PANELA CON LIMON	TAJADAS AMARILLAS O BANANO	ARROZ DE AJO	YUCA COCIDA	ARROZ CON FIDEOS	LENTEJAS
ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA		ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE AGUCATE,TOMATE	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA Y BANANO EN PORCION	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR,PEPINO
JUGO DE MARACUYA		JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	AGUA DE PANELA CON LIMON	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
REFRIGERIO DE LA TARDE						
PAPAYA EN TROZOS	JUGO DE MANGO	GELATINA EN CUADRITOS	GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE COROZO	BEBIDA CON LECHE
	GALLETA WAFER			GALLETAS DUCALES	PAN DE QUESO	TORTA
COMIDA / CENA						
HIGADO DE RES EN BISTEK	PECHUGA DE POLLO GUISADA	CERDO EN CUADRITOS	CARNE DESMECHADA CON VERDURAS	POLLO APANADO	CERDO GUISADO	BOFE EN BISTECK
ARROZ DE FIDEOS	ARROZ DE ESPINACA			ARROZ DE ZANAHORIA		
TAJADA AMARILLA	PAPA CRIOYA AL VAPOR	YUCA COCIDA	ARROZ DE AJI	PAPA COCIDA	ARROZ DE ESPINACA	ARROZ DE PIMENTON
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	ARROZ BLANCO	BANANO EN PORCION		YUCA COCIDA	TAJADA AMARILLA
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	ENSALADA DE REMOLACHA	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	ENSALADA DE PEPINO,ÑECHUGA,TOMATE	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFL	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA
		JUEGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

Ciclos de minutas

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 2

LUNES 14 DE JULIO	MARTES 15 DE JULIO	MIERCOLES 16 DE JULIO	JUEVES 17 DE JULIO	VIERNES 18 DE JULIO	SABADO 19 DE JULIO	DOMINGO 20 DE JULIO
DESAYUNO						
CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
AREPA ASADA	ÑAME COCIDO	BOLLO LIMPIO	PAN BLANCO,HUEVO REVUELTOS		EMPANADAS	SADWINS CON QUESO
QUESO EN PORCION	HUEVOS PERICOS	QUESO EN PORCION				
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
ARROZ CON LECHE	JUGO DE MANGO	PETO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE COROZO
GALLETA DE SODA	PAN CROISSANT	GALLETA DE SODA	PONQUE	GALLETA DULCE		PAN DE QUESO
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS CON ARVERJAS	SOPA DE VERDURAS CON AHUYAMA	SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS	SOPA DE FRIJOL	ARROZ BLANCO	SOPAS CAMPESINAS	MOTE DE QUESO
ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE FIDEO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ BLANCO	CERDO GUISADO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ BLANCO
CARNE GOULASH	CERDO ASADO		HUEVO COCIDO		ATUN	PORCION DE AGUACATE
ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA	PAPA COCIDA	CARNE EN BISTEC	PURE DE AHUYAMA	PAPA AMARILLA	ENSALADA HABICHUELA ZANAHORIA Y CEBOLLA	
BANANO EN PORCION	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA Y PEPINO	ENSALADA CAMPESINA, PLATANO EN TENTACION	TAJADA AMARILLAS	FRIJOLES ROJOS	TAJADAS AMARILLAS	AGUA DE PANELA CON LIMON
JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	
REFRIGERIO DE LA TARDE						
MANGO EN PORCION	GELATINA	CHICHA DE PATILLA	ENSALADA DE FRUTAS (BANANO,PIÑA,PAPAYA MELON,PATILLA)	JUGO DE MORA	YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS (BANANO,PIÑA,PAPAYA MELON,PATILLA)
				GALLETAS	PAN BLANCO	
COMIDA / CENA						
ARROZ CON MAIZ TIERNO	PASTAS GUISADAS CON VERDURAS/ARROZ AJI	ARROZ ENCEBOLLADO	ARROZ DE ZANAHORIA	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE AJI	ARROZ DE PIMENTON
			CERDO A LA PLANCHA			
ATUN	CARNE MOLIDA GUISADA	POLLO EN SALSA CRIOLLA		CARNE MOLIDA	PECHUGA ASADA	CARNE EN SALSA
ENSALADA COCIDA DE ZANAHORIA,HABICHUELA (OPCIONAL)		LENTEJAS		TAJADAS	LENTEJAS	PAPA CHORREADA
PAPA AL VAPOR	ENSALADA VERDE	ENSALADA COCIDA,ZANAHORIA,REMOLACHA	ENSALADA DE BROCOLI,ZANAHORIA,PIMENTON	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA Y PEPINO	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 3

LUNES 21 DE JULIO	MARTES 22 DE JULIO	MIERCOLES 23 DE JULIO	JUEVES 24 DE JULIO	VIERNES 25 DE JULIO	SABADO 26 DE JULIO	DOMINGO 27 DE JULIO
DESAYUNO						
CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	AVENA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE MAICEENA
HUEVO FRITO	QUESO EN PORCION, PLATANO MADURO O PAPA COCIDO	QUESO RALLADO	AREPA FRITA	HUEVO PERICO		HUEVO FRITO
PAN MOGOLLA		AREPA	HUEVO REVUELTO	BOLLO LIMPIO	EMPANADAS	PAN TAJADO
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	COLADA DE ARROZ	LECHE CON CEREAL	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO
PAN MOGOLLA	GALLETA DUCALES	TORTA	GALLETA DE SODA		GALLETA DU CALES	PAN TAJADO
ALMUERZO						
AJIACO	SOPA DE FRIJOLES	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE LENTEJAS	CONSOME DE POLLO	SOPA DE VERDURAS	SANCOCHO DE CARNE
	HUEVO REVUELTO	CERDO GUISADO	CARNE GOULASH	PECHUGA APANADA	ARROZ CON CERDO EN CUADRITOS Y VERDURAS	ESPAGUETTI CON CARNE MOLIDA
ARROZ BLANCO	ARROZ DE ESPINACA	ARROZ CON FIDEOOS	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ DE ESPINACAS		
MONEDITAS DE PLATANO	YUCA COCIDA	PAPA CHORREADA	TAJADA DE PLATANO VERDE	PAPA AL CILANTRO	PAPA CRIOLLA	GALLETAS SALTIN
AGUACATE	ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA	ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFL	
AGUA DE PANELA	JUGO DEGUAYABA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
REFRIGERIO DE LA TARDE						
JUGO DE MORA	COLADA DE MAICENA	GELATINA	ENSALADA DE FRUTAS, PAPAYA,MELON,PIÑA,PATILLA	JUGO DE MANGO	JUGO DE COROZO	JUGO DE MANGO
TORTA	PAN DE QUESO	GALLETA WAFER		PAN BLANCO	GALLETAS DUCAES	PAN CROISANT
COMIDA / CENA						
CARNE MOLIDA CON VERDURAS	POLLO DESMECHADO	HUEVO REVUELTO CON ESPINACA	POLLO GUISADO	ATUN	ENSALADA DE ATUN CON PAPA	CARNE ASADA
PASTAS EN SALSA CRIOLLA	ARROZ CON MAIZ TIERNO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ DE AJO	ARROZ DE MAIZ TIERNO	ARROZ CON MAIZ	ARROZ DE ZANAHORIA
	PAPA CRIOLLA	PLATANO MADURO COCIDO	PURE DE PAPA	PALITOS DE YUCA		PAPA AL PEREJIL
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	ENSALADA DE PEPINO,ÑECHUGA,TOMATE	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR.PIMENTON	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA		ENSALADA FRESCA OPCIONAL
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUEGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

Responsable del Proyecto

RUTH PIEDAD VIVANCO GOMEZ

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 4

LUNES 28 DE JULIO	MARTES 29 DE JULIO	MIERCOLES 30 DE JULIO	JUEVES 29 DE JULIO	VIERNES 31 DE JULIO	SABADO 01 DE AGOSTO	DOMINGO 02 DE AGOSTO
DESAYUNO						
COLADA DE MAICENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE BANANO	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE
QUESO CAMPESINO	HUEVO COCIDO	QUESO CAMPESINO	HUEVO REVUELTO	QUESO CAMPESINO		HUEVO FRITO
PURE DE YUCA COCIDA	PLATANO MADURO O PAPA COCIDO	PAPA COCIDA	PAN MOGOYA	PURE DE PAPA COCIDA	EMPANADAS	PAN BLANCO
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	GELATINA	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE COROZO
PAN CROISSANT	TORTA	GALLETA DE SODA		GALLETAS DUCALES		PAN DE QUESO
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PASTA	HUEVO FRITO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	CARNE DE RES MAGRA GUISADA	MOTE DE QUESO
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	CERDO GUISADO	ARROZ ZANAHORIA	FILETE DE PESCADO O ATUN	PECHUGA DE POLLO GUISADA	ARROZ DE VERDURAS	ARROZ BLANCO
ARROZ CON MAIZ TIERNO	ARROZ ESPENACA	LENTEJAS GUISADAS	ARROZ DE COCO	ARROZ DE PIMENTON	FRIJOL ROJO GUISADO	PORCION DE AGUACATE
PAPA COMUN GUISADA	PLATANO MADURO COCIDO	PLATANO MADURO COCIDO	PALITOS DE YUCA FRITOS	PAPA CRIOYA AL VAPOR	PAPA COMUN COCIDA	AGUA DE PANELA
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	ENSALADA DE REMOLACHA	ENSALADA DE AGUACATE	ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA	ENSALADA DE AHUYAMA	
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE MORA	
CENA						
COLADA DE MAICENA	ENSALADA DE FRUTAS PAPAYA,PATILLA,PIÑA,MELON	GELATINA	TORTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	ENSALADA DE FRUTAS PAPAYA,PATILLA,PIÑA,MELON	GALLETAS WAFER
GALLETAS DUCALES			JUGO DE MORA	PAN DE QUESO		JUGO DE MANGO
COMIDA / CENA						
CARNE DE RES MAGRA A LA PLANCHA	CARNE MOLIDA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	CERDO GUISADO	ATUN	PECHUGA DE POLLO	CARNE DE RES MAGRA GUISADA
ARROZ BLANCO	PASTA TIPO ESPAGUETIS	ARROZ CON MAIZ TIERNO	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ DE FIDEOS	PASTAS TIPO SPAGUETES	ARROZ DE ZANAHORIA
LENTEJAS GUISADAS	PALITOS DE YUCA FRITOS	PAPA COMUN GUISADA	PLATANO MADURO COCIDO	YUCA COCIDA		
PLATANO MADURO COCIDO (OPCIONAL)	ENSALADA DE AGUACATE	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR,PEPINO	ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	PAPA COMUN COCIDA
ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO	JUGO DE GUAYABA	TOMATE EN CUADROS
JUGO DE MORA						JUGO DE TOMATE DE ARBOL

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683