

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES		FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENÚS		

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: **VEJEZ**

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: **CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD**

GRUPO DE EDAD: **MAYOR DE 60 AÑOS**

FECHA DE ELABORACIÓN: **15/06/24**

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
CEREAL	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	GALLETAS 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 (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL (1,5 PORCIÓN)	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA (1,5 PORCIÓN)	POLLO EN SALSA BBQ (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES EN BISTECK (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO MECHADA (1,5 PORCIÓN)	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA (1,5 PORCIÓN)
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA (1,5 PORCIÓN)	ARROZ CON AJONJOLÍ (1,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PIMENTÓN (1,5 PORCIÓN)	ARROZ AL CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1,5 PORCIÓN)	PASTA EN SALSA (1,5 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (1,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	POTECAS 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	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA + 1CDA ACEITE (300 CC)	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE CONCHITAS + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE VERDURAS (300 CC) + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE PAJARILLA + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE PATACÓN + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE AVENA + 1CDA ACEITE (300 CC)
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE MORA
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAÍZ 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	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 (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (1,5 PORCIÓN)	COLOMBINA DE POLLO DORADO (1,5 PORCIÓN)	TERNERA GUISADA (1,5 PORCIÓN)	GOULASH DE CARNE DE CERDO (1,5 PORCIÓN)	FILETE DE PESCADO DORADO (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIGNON (1,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUEL A Y	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLÁTANO COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE FIDEOS + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE AHUYAMA + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE AVENA + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE GUINEO + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA CARMELITA + 1CDA ACEITE (300 CC)	SOPA DE ARROZ + 1CDA ACEITE (300 CC)
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ÁRBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA
BEBIDA CALIENTE	LECHE	AVENA CON CANELA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA HARINA DE PLÁTANO + CANELA	CAFÉ CON LECHE	AVENA	CHOCOLATE
DERIVADO DE CEREAL	AREPA INTEGRAL (HARINA DE MAÍZ + AVENA)	MOGOLLA INTEGRAL	AREPUELA	GALLETAS DE SODA (1 PORCIÓN)	AREPA INTEGRAL (HARINA DE MAÍZ + AVENA)	TOSTADA INTEGRAL	PAN INTEGRAL

NATALY STEFANY FANDIÑO REMOLINA-NUTRICIONISTA DIETISTA-MND 6495

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</p>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENÚS	

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	AROMATICA CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	TINTO	AROMATICA CON FRESA Y CANELA
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDA DO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADAS		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
FRUTA	GRANADILL A	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON GALLÉTÁ AVENA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEJJOA	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
DERIVADO LÁCTEO	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO		GALLETA CRACKER SABORIZAD A	MANTECADA	PAN DE MAÍZ	GALLETAS CRAKER
PROTEÍNA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO CARMELIZADO (1,5 PORCIÓN)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS (1,5 PORCIÓN)	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑON ES (1,5 PORCIÓN)	SOBREBARR IGA EN SALSA CRIOLLA (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA (1,5 PORCIÓN)
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ BLANCO (1,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PEREJIL (1,5 PORCIÓN)	ARROZ CON COCO (1,5 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (1,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE ,	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLÁTANO	PURÉ DE YUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE GUINEO + 1CDA ACEITE(300 CC	CAZUELA DE FRIJOLES + 1CDA ACEITE(300 CC	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO + 1CDA ACEITE(300 CC	SOPA DE CEBADA PERLADA + 1CDA ACEITE(300 CC	SOPA CARMELITA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE VERDURAS + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ + 1CDA ACEITE(300 CC)
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							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	TE EN LECHE	EN LA ENSALADA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	ARROZ CON LECHE	SORBETE DE GUANABANA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	CROISSANT	GALLETA DULCE	GALLETA AVENA	TORTA NEGRA		MANTECADA	PAN DE QUESO
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO (1,5 PORCIÓN)	PECHUGA MECHADA (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES AL CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	POLLO A LA JARDINERA (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES PICADA (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO BBQ (1,5 PORCIÓN)	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS (1,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTI S	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE FIDEOS + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE ARRACACHA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE PATACÓN + 1CDA ACEITE(300 CC)	SANCOCHITO + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE MAZORCA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE AVENA + 1CDA ACEITE(300 CC)
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUE NA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE
BEBIDA CALIENTE	LECHE	AVENA CON CANELA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA HARINA DE PLÁTANO+ CANELA	CAFÉ CON LECHE	AVENA	CHOCOLATE
DERIVADO DE CEREAL	AREPA INTEGRAL (HARINA DE MAÍZ+ AVENA)	MOGOLLA INTEGRAL	AREPUELA	GALLETAS DE SODA (1 PORCIÓN)	AREPA INTEGRAL (HARINA DE MAÍZ+ AVENA)	TOSTADA INTEGRAL	PAN INTEGRAL

 ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y	TINTO	AROMATICA DE FRESA Y	TINTO
LÁCTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDA DO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBÉRCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADAS	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILL A	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILL A
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON MIEL	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA
DERIVADO LÁCTEO	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	MANTECADA
PROTEÍNA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILL A	
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA (1,5 PORCIÓN)	GOULASH DE CARNE DE RES (1,5 PORCIÓN)	POLLO A LAS FINAS HIERBAS (1,5 PORCIÓN)	ALBONDIGAS (1,5 PORCIÓN)	POLLO DORADO (COLOMBIN A) (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO DORADA (1,5 PORCIÓN)	CERDO Y RES EN EL COCIDO (1,5 PORCIÓN)
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL (1,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PIMENTON (1,5 PORCIÓN)	ARROZ ATOMATADO (1,5 PORCIÓN)	SPAGUETTIS (1,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1,5 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (1,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA	POTECAS DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y	GUACAMOL E	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLATANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARROZ + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE CONCHITAS + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE AVENA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE MENUDENCIAS + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE FIDEOS + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE LENTEJAS + 1CDA ACEITE(300 CC)	COCIDO BOYACENSE
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO	PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON
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 (1,5 PORCIÓN)	LENGUA EN SALSA (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES PICADA (1,5 PORCIÓN)	FILETE DE PESCADO DORADO (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO MECHADA (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES AL CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	PECHUGA GRATINADA (1,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLI	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE AHUYAMA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE ARRACACHA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE VERDURAS + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE PATACÓN + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA CARMELITA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE ARROZ + 1CDA ACEITE(300 CC)
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 MARACUYA Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	
	FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: **VEJEZ**

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: **CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD**

GRUPO DE EDAD: **MAYOR DE 60 AÑOS**

FECHA DE ELABORACIÓN: **15/06/24**

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON
LÁCTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE CALIENTE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	AGUA DE PANELA EN LECHE
PROTEÍNA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN BLANDO	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	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	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 SABORIZADAS	GALLETAS WAFER
PROTEÍNA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (1,5 PORCIÓN)	POLLO DORADO (COLOMBIN A) (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA (1,5 PORCIÓN)	FILETE DE PESCADO DORADO (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE CERDO AL AJILLO (1,5 PORCIÓN)	POLLO GUISADO (PIERNA) (1,5 PORCIÓN)
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ PAJARITO (1,5 PORCIÓN)	SPAGUETTIS (1,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PEREJIL (1,5 PORCIÓN)	ARROZ AL CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PIMENTÓN (1,5 PORCIÓN)	ARROZ CON AJONJOLÍ (1,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (1,5 PORCIÓN)
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	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	YUCA DORADA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE AHUYAMA + 1CDA ACEITE(300 CC)	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE AVENA + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE PATACÓN + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE CONCHITAS + 1CDA ACEITE(300 CC)	AJIACO + 1CDA ACEITE(300 CC)
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON AZÚCAR
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS CRACKER SABORIZADAS	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 (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES AL PIMENTÓN (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES MECHADA BBQ (1,5 PORCIÓN)	POLLO EN SALSA (COLOMBIN A) (1,5 PORCIÓN)	POLLO DORADO (1,5 PORCIÓN)	CARNE DE RES AL CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA (1,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLÁTANO	ARROZ ATOMADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS + 1CDA ACEITE(300 CC)	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AHUYAMA	SOPA CARMELITA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ÁRBOL	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA CON FRESAS

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	
	FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
CEREAL	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	GALLETA WAFER	MOGOLLA INTEGRAL	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUE TAJADO	MANTECADA (0,5 PORCIÓN)	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 SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON AJONJOLÍ (0,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PIMENTÓN (0,5 PORCIÓN)	ARROZ AL CILANTRO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	PASTA EN SALSA (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (0,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	POTECOA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA CAMPESINA (1,5 PORCIÓN)	CUBIOS GUISADOS (1,5 PORCIÓN)	TORTILLA DE ACELGA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA PICO DE GALLO (1,5 PORCIÓN)
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA EN SALSA CRIOLLA (0,5 PORCIÓN)	PAPA DORADA (0,5 PORCIÓN)	PAPA CRIOLLA GUISADA (0,5 PORCIÓN)	TAJADA DE PLÁTANO (0,5 PORCIÓN)	PLÁTANO MADURO COCIDO (0,5 PORCIÓN)	PAPA EN SALSA CRIOLLA (0,5 PORCIÓN)	PURE DE PAPA CRIOLLA (0,5 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA (180 CC)	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES (180 CC)	SOPA DE CONCHITAS (180 CC)	SOPA DE VERDURAS (180 CC)	SOPA DE PAJARILLA (180 CC)	SOPA DE PATACÓN (180 CC)	SOPA DE AVENA (180 CC)
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							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAÍZ 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	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 DORADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUEL A Y	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (0,5 PORCIÓN)	ARROZ PAJARITO (0,5 PORCIÓN)	PURÉ DE PAPA (0,5 PORCIÓN)	PLÁTANO COCIDO (0,5 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS (180 CC)	SOPA DE FIDEOS (180 CC)	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AVENA (180 CC)	SOPA DE GUINEO (180 CC)	SOPA CARMELITA (180 CC)	SOPA DE ARROZ (180 CC)
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENÚS	

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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 CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	TINTO	AROMATICA CON FRESA Y CANELA
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDADO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAÍZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADAS		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEJOA	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
DERIVADO LÁCTEO	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETA AVENA (0,5 PORCIÓN)	GALLETA CRACKER SABORIZADA	MANTECADA(0,5 PORCIÓN)	PAN DE MAÍZ	GALLETAS CRACKER
PROTEÍNA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PEREJIL (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON COCO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (1,5 PORCIÓN)	POTECAS DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE, VINAGRE (1,5 PORCIÓN)	CALABAZA GUISADA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA (1,5 PORCIÓN)
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA DORADA (0,5 PORCIÓN)	PLÁTANO MADURO COCIDO (0,5 PORCIÓN)	PAPA EN CHUPE (0,5 PORCIÓN)	TORTA DE PLÁTANO (0,5 PORCIÓN)	PURÉ DE YUCA (0,5 PORCIÓN)	PAPA AL PEREJIL (0,5 PORCIÓN)	YUCA COCIDA (0,5 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE GUINEO (180 CC)	CAZUELA DE FRIJOLES (180 CC)	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO (180 CC)	SOPA DE CEBADA PERLADA (180 CC)	SOPA CARMELITA (180 CC)	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE MAÍZ (180 CC)
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							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	TÉ 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 AVENA	TORTA NEGRA		MANTECADA	PAN DE QUESO
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON ESPINACA (0,5 PORCIÓN)	SPAGUETTIS (0,5 PORCIÓN)	ARROZ ATOMATADO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PIMENTÓN (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON AJONJOLÍ (0,5 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS (180 CC)	SOPA DE ARRACACHA (180 CC)	SOPA DE PATACÓN (180 CC)	SANCOCHITO (180 CC)	SOPA DE MAZORCA (180 CC)	SOPA DE AVENA (180 CC)
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES		FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENÚS		

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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 FRESA Y HIERBABUENA	TINTO
LÁCTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDA DO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBÉRCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADAS	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILL A	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILL A
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON MIEL	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA
DERIVADO LÁCTEO	MANTECADA(0,5 PORCIÓN)	PAN DE MAIZ	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	MANTECADA(0,5 PORCIÓN)
PROTEÍNA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILL A	
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
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 (COLOMBIN A)	CARNE DE CERDO DORADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON (0,5 PORCIÓN)	ARROZ ATOMATADO (0,5 PORCIÓN)	SPAGUETTIS (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON ZANAHORIA (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA (1,5 PORCIÓN)	VERDURA MIXTA (1,5 PORCIÓN)	POTECAS DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE (1,5 PORCIÓN)	GUACAMOL E	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA COCIDA CON CASCARA (0,5 PORCIÓN)	PAPA CRIOLLA DORADA (0,5 PORCIÓN)	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO (0,5)	PLÁTANO COCIDO (0,5 PORCIÓN)	YUCA COCIDA (0,5 PORCIÓN)	PAPA AL VAPOR(0,5 PORCIÓN)	PAPA DORADA (0,5 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARROZ (180 CC)	SOPA DE CONCHITAS (180 CC)	SOPA DE AVENA (180 CC)	SOPA DE MENUDECIAS (180 CC)	SOPA DE FIDEOS (180 CC)	SOPA DE LENTEJAS (180 CC)	COCIDO BOYACENSE (250 CC)
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON	PETO DE MAIZ DULCE (0,5 PORCIÓN)	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON
DERIVADO LÁCTEO		QUESO CAMPESINO					
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	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA (0,5 PORCIÓN)	ARROZ ATOMATADO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLI (0,5 PORCIÓN)	SPAGUETTIS (0,75 PORCIÓN)	ARROZ AL PEREJIL (0,5 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA (180 CC)	SOPA DE AHUYAMA (180 CC)	SOPA DE ARRACACHA (180 CC)	SOPA DE VERDURAS (180 CC)	SOPA DE PATACÓN (180 CC)	SOPA CARMELITA (180 CC)	SOPA DE ARROZ (180 CC)
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 MARACUYA Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	
	FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD

GRUPO DE EDAD: MAYOR DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN: 15/06/24

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
LÁCTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE CALIENTE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	AGUA DE PANELA EN LECHE
PROTEÍNA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN BLANDO	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	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	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 (0,5 PORCIÓN)	GALLETA CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO) 0,5 PORCIÓN	MANTECADA 0,5 PORCIÓN	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA DE SODA
PROTEÍNA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
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							
CEREAL	ARROZ PAJARITO (0,5 PORCIÓN)	SPAGUETTIS (0,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PEREJIL (0,5 PORCIÓN)	ARROZ AL CILANTRO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ AL PIMENTÓN (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON AJONJOLÍ (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (1,5 PORCIÓN)	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA (1,5 PORCIÓN)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA AGRIDULCE (1,5 PORCIÓN)	VERDURAS SALTEADAS (1,5 PORCIÓN)	TAJADA DE AGUACATE (1,5 PORCIÓN)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (1,5 PORCIÓN)
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL (0,5 PORCIÓN)	PAPA DORADA (0,5 PORCIÓN)	PAPA SALADA (0,5 PORCIÓN)	PURÉ DE PAPA (0,5 PORCIÓN)	PAPAS A LA FRANCESA (0,5 PORCIÓN)	YUCA DORADA (0,5 PORCIÓN)	TAJADA DE PLÁTANO MADURO (0,5 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO (180 CC)	SOPA DE AHUYAMA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA (180 CC)	SOPA DE AVENA (180 CC)	SOPA DE PATACÓN (180 CC)	SOPA DE CONCHITAS (180 CC)	AJIACO (180 CC)
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON AZÚCAR
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)			MAIZ PIRA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	GALLETA CRACKER
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: 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
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA (0,5 PORCIÓN)	TAJADA DE PLÁTANO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ ATOMATADO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ BLANCO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ PAJARITO (0,5 PORCIÓN)	ARROZ CON ESPINACA (0,5 PORCIÓN)
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS (180 CC)	SOPA DE AVENA (180 CC)	SOPA DE ARROZ (180 CC)	SOPA DE AHUYAMA (180 CC)	SOPA CARMELITA (180 CC)	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO (180 CC)	SOPA DE PATACÓN (180 CC)
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

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD

GRUPO DE EDAD: MAYOR DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN: 15/06/24

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	COLADA DE AVENA	TÉ EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE PICADAPICADA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA PICADAPICADA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN BLANDO	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
CEREAL	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	TÉ EN LECHE
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 PICADA DE RES GUISADA	CARNE PICADA DE CERDO EN SALSA DE	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO PICADO EN SALSA BBQ	CARNE PICADA DE RES EN BISTECK	CARNE PICADA DE CERDO MECHADA	PECHUGA PICADA EN SALSA CRIOLLA
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECOA 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	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA
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 ÁRBOL	JUGO DE MORA
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAÍZ DULCE	TÉ 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	MELÓN PICADO	MANDARINA	MANGO PICADO		UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	FRUTA PICADA CON QUESO
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE PICADA DE RES A LAS FINAS HIERBAS	COLOMBINA DE POLLO PICADO DORADO	TERNERA GUISADA DESMECHADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE PICADA DE RES EN SALSA DE
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUEL A Y	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLÁTANO 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 CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ÁRBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA

NATAI Y STEFFANY FANDIÑO REMOLINA- NUTRICIONISTA DIETISTA-MND 6495

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES		FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENÚS		

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: **VEJEZ**

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: **CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD**

GRUPO DE EDAD: **MAYOR DE 60 AÑOS**

FECHA DE ELABORACIÓN: **15/06/24**

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 CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	TINTO	AROMATICA CON FRESA Y CANELA
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA PICADAPICADA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDA DO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE PICADAPICADA	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	AREPA	PAN BLANDO		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
FRUTA	GRANADILL A	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON GALLÉTA AVENA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
DERIVADO LÁCTEO	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO		GALLETA CRACKER SABORIZAD A	MANTECADA	PAN DE MAÍZ	GALLETAS CRACKER
PROTEÍNA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE PICADA DE CERDO A LA NARANJA	CARNE PICADA DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE PICADA DE CERDO CAMELIZADO	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO PICADOEN SALSA DE CHAMPIÑON ES	SOBREBARRIGA DESMECHADAEN SALSA	CARNE PICADADE RES Y PECHUGA PICADAPICADA
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 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	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLÁTANO	PURÉ DE YUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
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							
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 AVENA	TORTA NEGRA		MANTECADA	PAN DE QUESO
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE PICADA DE RES AL CILANTRO	POLLO PICADOA LA JARDINERA	CARNE PICADA DE RES PICADA	CARNE PICADA DE CERDO BBQ	TERNERA PICADA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTI S	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACÓN	SANCOCHIT O	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUE NA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	
	FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: **VEJEZ**

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: **CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD**

GRUPO DE EDAD: **MAYOR DE 60 AÑOS**

FECHA DE ELABORACIÓN: **15/06/24**

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 FRESA Y HIERBABUENA	TINTO
LÁCTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDA DO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBÉRCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		PAN BLANDO	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILL A	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILL A
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON MIEL	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA
DERIVADO LÁCTEO	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	MANTECADA
PROTEÍNA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILL A	
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE PICADA DE RES MECHADA EN SALSA	GOULASH DE CARNE PICADA DE RES	POLLO PICADO LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGA S	POLLO PICADO DORADO (COLOMBIN A)	CARNE PICADA DE CERDO DORADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATAD O	SPAGUETTI S	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 YUCA COCIDA	GUACAMOL E	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLATANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCI AS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE LENTEJAS	COCIDO BOYACENSE
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO	HU	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	MANTECADA	GALLETA DE AVENA	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	POLLO PICADO GUISADO	LENGUA EN SALSA MECHADA	CARNE PICADA DE RES	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA PICADA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLI	SPAGUETTI S	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE

 <small>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</small> <small>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</small>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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
LÁCTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE CALIENTE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	AGUA DE PANELA EN LECHE
PROTEÍNA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN BLANDO	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	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	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	GALLETA CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	MANTECADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA WAFER
PROTEÍNA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE PICADA DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO PICADO DORADO (COLOMBIANO)	CARNE PICADA DE CERDO EN SALSA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE PICADA DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE PICADA DE CERDO AL AJILLO	POLLO PICADO GUISADO (PIERNA)
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECOA 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	PURÉ DE PAPA	PAPA COCIDA AL PEREJIL	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 AZÚCAR
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)			MAIZ PIRA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	GALLETA CRACKER
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA		PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	CARNE PICADA DE CERDO GUISADA	CARNE PICADA DE RES AL PIMENTÓN	CARNE PICADA DE RES MECHADA BBQ	POLLO PICADO EN SALSA (COLOMBIANO)	POLLO PICADO DORADO	CARNE PICADA DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLÁTANO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
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 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

NATAI Y STEFFANY FANDIÑO REMOLINA-NUTRICIONISTA DIETISTA-MND 6495

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CICLO DE MENÚS	Código: FOR-PSS-206
		Versión: 2
		Fecha: Memo 1202303942 - 20/12/2023
		Página: 1 de 4

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA CON CLAVOS	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	AVENA CON LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS FRITO
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ	PAN HOJALDRADO	PAN BLANDO	PAN TAJADO	TOSTADA	PAN BLANDO	ARROZ BLANCO
CEREAL	MANZANA	SANDIA	COMPOTA DE MANZANA CON	PERA	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PAPA SIN CASCARA - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	GALLETAS WAFER	MANTECADA	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUE TAJADO	MANTECADA	PAN DE MAÍZ
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS (MANGO, MANZANA) CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	MANZANA	PICADO DE PIÑA Y PERA	MANDARINA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	PECHUGA DORADA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	PECHUGA DE POLLO EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA SIN TOMATE
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	SUKINI, CEBOLLA, PIMENTÓN	ENSALADA DE UVAS, PERA Y PIÑA	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	ENSALADA DE LECHUGA, PERA, MANGO	RODAJAS DE PEPINO
TUBÉRCULO - PAPA SIN CASCARA - RAÍZ	AREPA AMARILLA	AREPUELA	DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ	ÑOQUIS	PURE DE YUCA	AREPA BLANCO	TORTILLAS DE HARINA DE MAÍZ
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA SIN ZANAHORIA	SOPA DE MUTE SIN ZANAHORIA	SOPA DE CONCHITAS SIN ZANAHORIA	SOPA DE VERDURAS SIN ZANAHORIA	SOPA DE PAJARILLA SIN ZANAHORIA	SOPA DE MAÍZ MAÍZ TRILLADO SIN ZANAHORIA	SOPA DE AVENA SIN ZANAHORIA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MORA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE MORA
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAÍZ 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	PERA PICADO	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	FRUTA PICADA CON QUESO	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	PECHUGA A LAS FINAS HIERBAS	COLOMBINA DE POLLO DORADO	PESCADO GUISADO	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA EN SALSA DE CHAMPIGNONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA SIN ZANAHORIA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA SIN ZANAHORIA	VERDURA MIXTA SIN (ARVEJA, HABICHUELA Y	EN LA SOPA SIN ZANAHORIA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA SIN ZANAHORIA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURÉ DE PAPA	PAPA SIN CASCARA COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS SIN ZANAHORIA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AVENA	SOPA DE PASTA	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ÁRBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	
	FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD

GRUPO DE EDAD: MAYOR DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN: 15/06/24

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 CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	TINTO	AROMATICA CON FRESA Y CANELA
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ EN LECHE	AVENA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDA DO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAÍZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADAS		MOGOLLA	AREPA
FRUTA	MANZANA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	SANDIA PICADA	PATILLA PICADA	SANDIA PICADA
TUBÉRCULO - PAPA SIN CASCARA - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y PERA CON AVENA	EN LA ENSALADA MANGO, SANDIA	SORBETE DE FEIJOA	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
DERIVADO LÁCTEO	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETA AVENA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	MANTECADA	PAN DE MAÍZ	GALLETAS CRAKER
PROTEÍNA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	PICADO DE SANDIAY MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	PECHUGA DE POLLO GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑON ES	SOBREBARR IGA EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA PICADA
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	PORCIÓN DE MANGO	RODAJAS DE PEPINO EN VINAGRETA	SUKINI, CEBOLLA, PIMENTÓN	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MANGO	ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y ARVEJA	CALABAZA AL CILANTRO	HABICHUELAS EN LECHE
TUBÉRCULO - PAPA SIN CASCARA - RAÍZ	YUCA DORADA	AREPA AMARILLA	AREPUELA	ÑOQUIS	PURÉ DE YUCA	TORTILLA DE HARINA DE TRIGO	YUCA COCIDA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE PASTA SIN ZANAHORIA	SOPA DE CEBADA SIN ZANAHORIA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO SIN ZANAHORIA	SOPA DE CEBADA PERLADA SIN ZANAHORIA	SOPA CARMELITA SIN ZANAHORIA	SOPA DE VERDURAS SIN ZANAHORIA	SOPA DE CUCHUCO DE MAÍZ SIN ZANAHORIA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA	JUGO DE MORA	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA	JUGO DE MANGO
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA	TE EN LECHE	EN LA ENSALADA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON PERA	ARROZ CON LECHE	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	CROISSANT	GALLETA DULCE	GALLETA AVENA	TORTA NEGRA		MANTECADA	PAN DE QUESO
FRUTA	SANDIA 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	PECHUGA MECHADA	POLLO AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	PECHUGA DE POLLO PICADA	CARNE DE CERDO AL ROMERO	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LA SOPA SIN ZANAHORIA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTI S	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS SIN ZANAHORIA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE MAÍZ MAÍZ TRILLADO	SOPA DE PASTA	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUE NA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AVENA EN LECHE

 <small>ALCALDIA MAYOR DE BONTATÁ SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</small>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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 FRESA Y HIERBABUENA	TINTO
LÁCTEO	COLADA DE AVENA	AVENA CON CANELA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PAPA SIN CASCARA	CAFÉ CON LECHE
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDA DO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBÉRCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADAS	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	SANDIA PICADA	MANDARINA	MANZANA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	MANZANA
TUBÉRCULO - PAPA SIN CASCARA - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYÁ	BATIDO DE MANZANA CON MIEL	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA
DERIVADO LÁCTEO	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	MANTECADA
PROTEÍNA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS (MANZANA/PERA) CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	MANZANA	
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA EN SALSA DE PIMENTÓN	POLLO EN GOULASH	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS DE POLLO	POLLO DORADO (COLOMBIN A)	CARNE DE CERDO DORADA	CERDO Y POLLO EN EL COCIDO
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ BLANCO	SPAGUETTI S	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	VERDURA MIXTA SIN ZANAHORIA	HABICHUELA, ARVEJA, CEBOLLA, PEREJIL, MAYONESA	LECHUGA, SUKUNI, MANGO, UVAS	ENSALADA DE , PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUATILLA SALSA BLANCA	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBÉRCULO - PAPA SIN CASCARA - RAÍZ	AREPUELA	AREPA AMARILLA	AREPUELA DE TRIGO	ÑOQUIS	YUCA COCIDA	DEDITOS DE HARINA DE MAIZ	AREPA BLANCA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARROZ SIN ZANAHORIA	SOPA DE CONCHITAS SIN ZANAHORIA	SOPA DE AVENA SIN ZANAHORIA	SOPA DE MENUENCIAS SIN ZANAHORIA	SOPA DE FIDEOS SIN ZANAHORIA	SOPA DE LETRAS SIN ZANAHORIA	COCIDO BOYACENSE
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	AVENA CON QUESO CAMPESINO		COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE MANGO	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	TORTA (NEGRA O DE PERA)	PAN TAJADO		TORTA DE PERA	MANTECADA	GALLETA DE AVENA	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y PERA	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	PECHUGA PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	PESCADO AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LA SOPA SIN ZANAHORIA	LECHUGA, MAIZ, ARVEJA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLÍ	SPAGUETTI S	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE CEBOLLA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE MAIZ MAIZ TRILLADO	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
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 MARACUYA Y CANELA	AVENA EN LECHE

 ALCALDIA MAYOR DE BODEGA D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENÚS	

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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
LÁCTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE CALIENTE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PAPA SIN CASCARA CON	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	AVENA 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	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN BLANDO	PAN HOJALDRAD O	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	SANDIA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	SANDIAPICADA	MANDARINA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PAPA SIN CASCARA - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	CHOCOLATE EN LECHE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE PERA	TE EN LECHE	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
DERIVADO LÁCTEO	PONQUÉ TAJADO	GALLETA CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	TORTA (NEGRA O DE PERA)	MANTECADA	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA WAFER
PROTEÍNA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	MANZANA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	PECHUGA A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO (COLOMBIN A)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO DORADO	POLLO EN SALSA CHIMICHUR RI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO (PIERNA)
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ BLANCO	SPAGUETTI S	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	SUKINI, CEBOLLA, PIMENTÓN	PEPINO, CEBOLLA, LECHUGA	SUKINI, CEBOLLA, PIMENTON	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	LECHUGA, MAIZ, ARVEJA	RODAJAS DE PEPINO EN VINAGRETA
TUBÉRCULO - PAPA SIN CASCARA - RAÍZ	YUCA AL PEREJIL	AREPUELA DE TRIGO	ÑOQUIS	DEDITOS DE HARINA DE HARINA DE MAIZ	AREPA AMARILLA	YUCA DORADA	TORTILLAS DE HARINA DE MAIZ
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO SIN ZANAHORIA	SOPA DE RULLAS SIN ZANAHORIA	SOPA DE CEBADA SIN ZANAHORIA	SOPA DE AVENA SIN ZANAHORIA	SOPA DE MAIZ MAIZ TRILLADO SIN ZANAHORIA	SOPA DE CONCHITAS SIN ZANAHORIA	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON AZÚCAR
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE MANGO	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	TORTA (NEGRA O DE PERA)			MAIZ PIRA	TORTA (NEGRA O DE PERA)	GALLETA CRACKER
FRUTA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	SANDIAPICADA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	PESCADO GUISADA	PECHUGA AL PIMENTÓN	PECHUGA MECHADA BBQ	POLLO EN SALSA (COLOMBIN A)	POLLO DORADO	POLLO AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA	EN LASOPA SIN ZANAHORIA
CEREAL	NOQUIS	ARROZ BLANCO	TAJADA DE PAPA SIN CASCARA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS SIN ZANAHORIA	SOPA DE AVENA SIN ZANAHORIA	SOPA DE ARROZ SIN ZANAHORIA	SOPA DE PASTA	SOPA CARMELITA SIN ZANAHORIA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO SIN ZANAHORIA	SOPA DE MAIZ TRILLADO SIN ZANAHORIA
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

 <small>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</small> <small>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</small>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD

GRUPO DE EDAD: MAYOR DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN: 15/06/24

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	AVENA SIN AZUCAR SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA SIN AZUCAR	AVENA SIN AZUCAR
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ	PAN HOJALDRADO	MOGOLLA INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	ARROZ BLANCO
CEREAL	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON	BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA SIN AZUCAR	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR	SORBETE DE MORA SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR
DERIVADO CEREAL	GALLETA WAFER	GALLETAS INTEGRALES	CROISSANT	PAN DE QUESO	AREPA CON ZANAHORIA	GALLETAS INTEGRALES	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 SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLI	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	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA
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							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	AVENA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAÍZ DULCE	TE EN LECHE	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOGOLLA INTEGRAL		TORTA SABOR A QUESO	GALLETA DE SODA	MOGOLLA INTEGRAL
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 DORADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUEL A Y	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	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 CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA
BEBIDA CALIENTE	LECHE	AVENA SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ+ CANELA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	AVENA SIN AZUCAR	FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR
DERIVADO DE CEREAL	AREPA INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	MOGOLLA INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	AREPUELA (MEDIA PORCIÓN)		GALLETA DE SODA (MEDIA PORCIÓN)	TOSTADA INTEGRAL	PAN INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)

 <small>ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</small> <small>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</small>	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	
	FORMATO CICLO DE MENÚS	FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	AROMATICA CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	TINTO	AROMATICA CON FRESA Y CANELA
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR	CAFÉ EN LECHE SIN AZUCAR	AGUA DE PANELA SIN AZUCAR	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	AVENA SIN AZUCAR
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDA DO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAÍZ	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADAS		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA
FRUTA	GRANADILL A	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE PERA Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA SIN AZUCAR	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FÉCULA SIN AZUCAR	TÉ EN LECHE SIN AZUCAR	CON LA FRUTA
H	GALLETA DE SODA	PAN DE QUESO	GALLETA AVENA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETAS INTEGRALES	PAN DE MAÍZ	GALLETAS CRACKER
PROTEÍNA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE	EN EL SORBETE	MANDARINA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
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	POTECOA 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	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLÁTANO	PURÉ DE YUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
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							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	TÉ 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 AVENA	TORTA NEGRA		GALLETAS INTEGRALES	PAN DE QUESO
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATACÓN	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON UCHUVAS SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZUCAR	AGUA DE PANELA EN LECHE
FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR	LECHE	AVENA SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ+ CANELA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	AVENA SIN AZUCAR	FÉCULA DE MAÍZ SIN AZUCAR
PAN INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	AREPA INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	MOGOLLA INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	AREPUELA (MEDIA PORCIÓN)		GALLETA DE SODA (MEDIA PORCIÓN)	TOSTADA INTEGRAL	PAN INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)

NATALY STEFANY FANDIÑO REMOLINA-NUTRICIONISTA DIETISTA-MND 6495

 ALCALDIA MAYOR DE BANI D.R. SECRETARÍA DE INVESTIGACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENÚS	

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

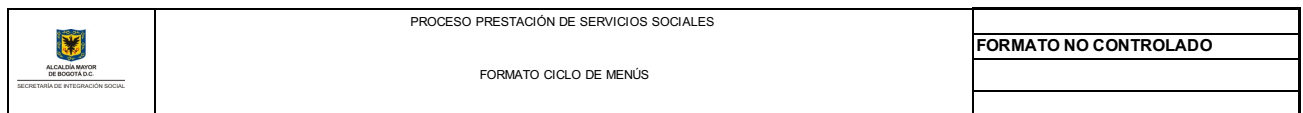
SEMANA 3							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_15	MENÚ_16	MENÚ_17	MENÚ_18	MENÚ_19	MENÚ_20	MENÚ_21
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y	TINTO	AROMATICA DE FRESA Y	TINTO
LÁCTEO	COLADA DE AVENA	AVENA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDA DO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS
CEREAL/ TUBÉRCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADAS	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILL A	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILL A
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYA SIN AZUCAR	BATIDO DE GUANABANA SIN AZUCAR	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR
DERIVADO LÁCTEO	GALLETAS INTEGRALES	PAN DE MAIZ	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETAS INTEGRALES
PROTEÍNA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILL A	
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
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 (COLOMBIN A)	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	VERDURA MIXTA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO, COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	EN EL COCIDO BOYACENSE
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESO	PLATANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	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	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	TORTA DE MANZANA SIN AZUCAR	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	GALLETAS 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 GUIADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLÍ	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATAcón	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA SIN AZUCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZUCAR	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	LECHE
BEBIDA CALIENTE	LECHE	AVENA SIN AZUCAR	COLADA DE FECULA DE MAIZ SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ+ CANELA SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	AVENA SIN AZUCAR	FECULA DE MAIZ SIN AZUCAR
DERIVADO DE CEREAL	AREPA INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	MOGOLLA INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	AREPUELA (MEDIA PORCIÓN)		GALLETA DE SODA (MEDIA PORCIÓN)	TOSTADA INTEGRAL	PAN INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)

NATALY STEFANY FANDIÑO REMOLINA-NUTRICIONISTA DIETISTA-MND 6495

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES		FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENÚS		

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:	VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:	CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD:	MAYOR DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN:	15/06/24

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON
LÁCTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE CALIENTE	AVENA SIN AZUCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE	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	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	MOGOLLA INTEGRAL	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA
FRUTA	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	AVENA SIN AZUCAR SIN AZUCAR	SORBETE DE MORASIN AZUCAR	BATIDO DE BANANO SIN AZUCAR	TE EN LECHE SIN AZUCAR	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR	KUMIS SIN AZUCAR	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
DERIVADO LÁCTEO	AREPA CON ZANAHORIA	GALLETAS CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	TORTA DE MANZANA SIN AZUCAR	GALLETAS INTEGRALES	GALLETAS CRACKER SABORIZADAS	GALLETAS WAFER
PROTEÍNA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO (COLOMBIN A)	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							
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ	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	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURÉ 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 ÁRBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON AZÚCAR
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS CRACKER SABORIZADAS	TORTA DE MANZANA SIN AZÚCAR			MAIZ PIRA	TORTA DE MANZANA SIN AZÚCAR	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	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ	POLLO EN SALSA (COLOMBIN A)	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLÁTANO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
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 CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ÁRBOL 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
BEBIDA CALIENTE	LECHE	AVENA SIN AZÚCAR	FECCULA DE MAIZ SIN AZÚCAR	COLADA DE PLÁTANO SIN AZÚCAR	LECHE	AVENA SIN AZÚCAR	FECCULA DE MAIZ SIN AZÚCAR
DERIVADO DE CEREAL	AREPA INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	GALLETAS INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	AREPUELA (MEDIA PORCIÓN)	MOGOLLA INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)	GALLETAS DE SODA (MEDIA PORCIÓN)	TOSTADA INTEGRAL	PAN INTEGRAL (MEDIA PORCIÓN)



PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO CICLO DE MENÚS

FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:

VEJEZ

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:

CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD

GRUPO DE EDAD:

MAYOR DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN:

15/06/24

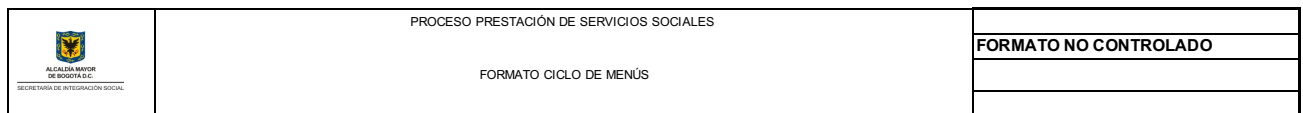
SEMANA 1							
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_1	MENÚ_2	MENÚ_3	MENÚ_4	MENÚ_5	MENÚ_6	MENÚ_7
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVOS PERICOS
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ	PAN HOJALDRADO	PAN INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	ARROZ BLANCO
CEREAL	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE PATILLACON	PIÑA Y MELÓN	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	GALLETAS WAFER	TORTA DE AVENA Y ZANAHORIA	CROISSANT	PAN DE QUESO	PONQUE TAJADO	TORTA DE AVENA Y MANGO	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 SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
LEGUMINOSA							
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECOA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA CAMPESINA (1,5 PORCIÓN)	CUBIOS GUISADOS (1,5 PORCIÓN)	TORTILLA DE ACELGA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA PICO DE GALLO (1,5 PORCIÓN)
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE CERDO	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 CURUBA+AVENA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE MORA
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAÍZ 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 INTEGRAL
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 DORADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIGNON ES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA (1,5 PORCIÓN)	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ARVEJA, HABICHUEL A Y PIMENTÓN) (1,5 PORCIÓN)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS (1,5 PORCIÓN)	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	PLÁTANO 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 CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ÁRBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA

NATALY STEFANY FANDIÑO REMOLINA-NUTRICIONISTA DIETISTA- MND 6495

 ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <hr/> SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENÚS	

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	AROMATICA CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	TINTO	AROMATICA CON FRESA Y CANELA
LÁCTEO	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	CHANGUA CON HUEVO	EMPAREDA DO DE QUESO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBÉRCULO	PAN DE MAÍZ	ARROZ BLANCO	AREPA CON AVENA	TOSTADA INTEGRAL S		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA CON AVENA
FRUTA	GRANADILLA	PATILLA PICADA	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE MANGO Y MORA	PAPAYA PICADA	PATILLA PICADA	PAPAYA PICADA
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	CUAJADA	BATIDO DE MORA Y PIÑA CON AVENA	EN LA ENSALADA	SORBETE DE FEIJOA	TÉ EN LECHE	CON LA FRUTA
DERIVADO LÁCTEO	GALLETAS DE LECHE	PAN DE QUESO	GALLETAS Avena	GALLETAS CRACKER SABORIZADAS	TORTA DE AVENA Y ZANAHORIA	PAN DE MAÍZ	GALLETAS CRACKER
PROTEÍNA	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 MELÓN CON YOGURT
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
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 (1,5 PORCIÓN)	POTECAS DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CEBEZONA Y CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE, VINAGRE (1,5 PORCIÓN)	CALABAZA GUISADA (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CEBEZONA Y LECHUGA (1,5 PORCIÓN)
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	TORTA DE PLÁTANO	PURÉ DE YUCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE FRUJONES	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 CURUBA+AVENA	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	TÉ 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	GALLETAS DULCES	GALLETAS Avena	TORTA NEGRA		TORTA DE AVENA Y ZANAHORIA	PAN DE QUESO
FRUTA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	ENSALADA DE FRUTAS CON	EN LA COLADA	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA							
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS (1,5 PORCIÓN)	EN LA SOPA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA (1,5 PORCIÓN)	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ ATOMADO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE PATAcón	SANCOCHITO	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE AVENA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE

NATALY STEFANY FANDIÑO REMOLINA-NUTRICIONISTA DIETISTA- MND 6495



PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO CICLO DE MENÚS

FORMATO NO CONTROLADO

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA:

VEJEZ

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD:

CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD

GRUPO DE EDAD:

MAYOR DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN:

15/06/24

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y	TINTO	AROMATICA DE FRESA Y	TINTO	
LÁCTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE	
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDA DO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS PERICOS	
CEREAL/ TUBÉRCULO	ARROZ BLANCO	AREPA CON AVENA		TOSTADA INTEGRAL	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	ARROZ BLANCO	
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	GRANADILLA	COMPOTA DE MANGO CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA	
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ								
FRUTA								
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON MIEL	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	SORBETE DE CURUBA	
DERIVADO LÁCTEO	TORTA DE AVENA Y ZANAHORIA	PAN DE MAIZ	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS DE AVENA	GALLETAS CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	TORTA DE AVENA Y ZANAHORIA	
PROTEÍNA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	GRANADILLA		
DERIVADO CEREAL								
FRUTA								
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 ATOMADO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA (1,5 PORCIÓN)	VERDURA MIXTA (1,5 PORCIÓN)	POTECAS DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO (1,5 PORCIÓN)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE (1,5 PORCIÓN)	GUACAMOLE	EN EL COCIDO BOYACENSE	
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLÁTANO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA AL VAPOR	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	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA	
FRUTA								
POSTRE								
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO	HU	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON	
DERIVADO LÁCTEO								
DERIVADO CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	TORTA DE AVENA Y ZANAHORIA	GALLETAS DE AVENA	PAN DE MAIZ	
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE PATILLAS Y BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA	
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO DORADO	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA	
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	TAJADA DE AGUACATE	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ ATOMADO	ARROZ BLANCO	PAPA CRIOLLA DORADA	ARROZ AJONJOLI	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PATACÓN	SOPA CARMELITA	SOPA DE ARROZ	
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE	
NATALY STEFANY FANDIÑO REMOLINA-NUTRICIONISTA DIETISTA- MND 6495								

	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES	FORMATO NO CONTROLADO
	FORMATO CICLO DE MENUS	

SUBDIRECCION TECNICA: _____ VEJEZ
 SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: _____ CENTRO COMUNIDA DE CUIDADO LIBERTAD
 GRUPO DE EDAD: _____ MAYOR DE 60 AÑOS
 FECHA DE ELABORACIÓN: _____ 15/06/24

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	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PINA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON
LÁCTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE CALIENTE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLATANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE	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	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN INTEGRAL	PAN HOJALDRADO	AREPA CON AVENA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN ROLLO	AREPA CON AVENA
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA PICADA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILA PICADA
TUBÉRCULO - PLATANO - RAÍZ							
FRUTA							
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	PONQUE TAJADO	GALLETAS CRACKER	MOGOLLA INTEGRAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA DE AVENA Y ZANAHORIA	GALLETAS CRACKER SABORIZADO A	GALLETAS WAFER
PROTEÍNA	PICADO DE PATILLA Y MELON	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
DERIVADO CEREAL							
FRUTA							
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							
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 (1.5 PORCIÓN)	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA (1.5 PORCIÓN)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (1.5 PORCIÓN)	ENSALADA AGRIDULCE (1.5 PORCIÓN)	VERDURAS SALTEADAS (1.5 PORCIÓN)	TAJADA DE AGUACATE (1.5 PORCIÓN)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (1.5 PORCIÓN)
TUBÉRCULO - PLATANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA DORADA	PAPA SALADA	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	YUCA DORADA	TAJADA DE PLATANO 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	AJACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PINA	JUGO DE CURUBA-AVENA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON AZÚCAR
FRUTA							
POSTRE							
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS							
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON
DERIVADO LÁCTEO							
DERIVADO CEREAL	GALLETAS CRACKER SABORIZADO A EN LA COLADA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	FRESA PICADA		MAIZ PIRA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	GALLETAS CRACKER
FRUTA		EN EL SORBETE	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
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS (1.5 PORCIÓN)	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL	PAPAS A LA FRANCESA	ARROZ CON ZANAHORIA	TAJADA DE PLATANO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	ARROZ CON ESPINACA
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 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

NATALY STEFANY FANDINO REMOLINA-NUTRICIONISTA DIETISTA- MND 6495 / Laura Reina - coordinadora

