Borrador

CICLO DE MENÚ
PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE ETC ANTIOQUIA 2026

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS - RACIÓN PREPARADA EN SITIO

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE - SECUNDARIA

CONVENIO	SECRETARÍA DE EDUCACIÓN - SUBSECRETARÍA DE CALIDAD EDUCATIVA - DIRECCIÓN DE PERMANENCIA ESCOLAR E INCLUSIÓN EDUCATIVA				
DEPARTAMENTO	ANTIOQUIA		**MUNICIPIO**		MUNICIPIOS DEPARTAMENTO ANTIOQUIA NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN
RUPO ÉTNICO	**RAIZAL**	N/A		**ROM**	N/A
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X		**INDÍENA**	N/A
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	N/A			
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE				

SEMANA N°1

COMPONENTES	MENÚ No. 1			MENÚ No. 2			MENÚ No. 3			MENÚ No. 4			MENÚ No. 5		
	CHOCOLATE CON LECHE	**Servido 220 ml**	**Medida Casera**	**AGUA DE PANELA CON LECHE**	**Servido 220 ml**	**Medida Casera**	**BEBIDA CHOCOLATADA**	**Servido 220 ml**	**Medida Casera**	**AVENA FRÍA CON LECHE**	**Servido 220 ml**	**Medida Casera**	**SORBETE DE FRUTA**	**Servido 220ml**	**Medida Casera**
LACTEOS	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso
	Cocoa en polvo sin azúcar	5		Panela	9		Cocoa en polvo sin azúcar	5		Avena en hojuelas	10		Fruta de cosecha	60	
	Panela	9		Agua	150		Panela	9		Agua	200		Agua	200 ml	
	Agua	200					Agua	200 ml		Azúcar refinada	9		Azúcar refinada	9	
	SANDUCHE DE QUESO	**Servido 150**	**Medida Casera**	**CARNE DE CERDO GUISADA**	**Servido 140**	**Medida Casera**	**HUEVO REVUELTO**	**Servido 95**	**Medida Casera**	**CARNE DE RES DESMECHADA**	**Servido 100**	**Medida Casera**	**TORTA DE LENTEJAS PARA HAMBURGUESA**	**Servido 120**	**Medida Casera**
PROTEICO	Pan tajado	44	1 Sanduche	Carne de cerdo	60	1/2 taza	Huevo de gallina tipo A	55	1/3 taza	Carne de res	60	1/3 taza	Lentejas	10	1 croqueta
	Queso blanco o campesino	50		Tomate chonto	20		Aceite vegetal	3		Agua	200		Proteína vegetal de soya (Carve)	7	
	Margarina suave de mesa	5		Pimentón	8		Sal yodada	0,5		Pimentón	10		Harina de trigo fortificada	5	
	Tomate chonto	20		Cebolla cabezona	20					Cebolla junca	10		Pimentón	8	
	Sal yodada	0,1		Ajo	0,5					Ajo	0,5		Ajo	0,5	
				Pimienta	0,1					Paprika	0,1		Orégano seco	0,1	
				Aceite vegetal	2					Tomillo	0,1		Pimienta	0,1	
				Agua	45					Cilantro	0,5		Cebolla cabezona	15	
				Sal yodada	0,5					Aceite vegetal	2		Zanahoria	15	
										Sal yodada	0,5		Aceite vegetal	5	
													Sal yodada	0,2	
	TORTA DE ZAHANORIA	**Servido 50**	**Medida Casera**	**PURÉ DE YUCA**	**Servido 80**	**Medida Casera**	**ARROZ BLANCO CON CEBOLLA DE RAMA**	**Servido 160**	**Medida Casera**	**AREPA ASADA**	**Servido 80**	**Medida Casera**	**PAN HAMBURGUESA**	**Servido 200ml**	**Medida Casera**
CEREAL	Zanahoria	30	1 torta	Yuca	60	1/3 taza	Arroz	40	2/3 taza	Harina de maíz	40	1 arepa	Pan hamburguesa	40	1 par
	Harina de trigo fortificada	10		Margarina suave de mesa	10		Agua	125		Margarina suave de mesa	5				
	Huevo de gallina Tipo A	10		Laurel seco	0,1		Aceite vegetal	3		Sal yodada	0,2		**COMPLEMENTOS PARA ARMAR LA HAMBURGUESA**	**Servido 100**	**Medida Casera**
	Aceite vegetal	5		Ajo	0,5		Cebolla junca	8		Agua	50				
	Sal yodada	0,2		Sal yodada	0,5		Sal yodada	0,5		**GALLETAS DE SODA**	**Servido 16**	**Medida Casera**	Tomate chonto	20	2 tajadas de tomate
	Canela	0,1											Margarina suave de mesa	2	
	Azúcar refinada	5								Galletas tipo soda (2)	16	2 unidades	Sal yodada	0,5	
				ARROZ CON ESPINACA	**Servido 100**	**Medida Casera**	**TAJADA DE MADURO CON QUESO**	**Servido 60**	**Medida Casera**				Queso tipo mozzarella (1 Tajada)	16	1 lonchita de queso
				Arroz	40	2/3 taza	Plátano hartón maduro	70	1 trozo grande				Cebolla cabezona	10	
				Agua	125 ml		Aceite vegetal	8					Panela	3	
				Espinaca	20		Queso blanco o campesino	15					**PAPA A LA FRANCESA**	**Servido 70**	**Medida Casera**
				Cebolla cabezona	8								Papa capira	70	1/3 taza
				Ajo	0,5								Aceite vegetal	9	
				Aceite vegetal	2								Sal yodada	0,5	
				Sal yodada	0,5								Paprika	0,05	0
FRUTA				**FRUTA ENTERA**	**Servido 130 ml**	**Medida Casera**				**FRUTA ENTERA**	**Servido 130**	**Medida Casera**			
				Fruta grupo N°1	180	1/2 taza				Fruta grupo N°3	180	1/2 taza			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		EQUIPO TÉCNICO PROGRAMA ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE ETC ANTIOQUIA	
FIRMA	MND 02494 · MND 00392 · MND04807 · MND 03987 · MND. 06622 · MND 03774		

IMPORTANTE: Ver descripción de notas al final del ciclo de menú

Borrador

CICLO DE MENÚ
PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE ETC ANTIOQUIA 2026

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS - RACIÓN PREPARADA EN SITIO

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE - SECUNDARIA

CONVENIO	SECRETARÍA DE EDUCACIÓN - SUBSECRETARÍA DE CALIDAD EDUCATIVA - DIRECCIÓN DE PERMANENCIA ESCOLAR E INCLUSIÓN EDUCATIVA				
DEPARTAMENTO	ANTIOQUIA		**MUNICIPIO**		MUNICIPIOS DEPARTAMENTO ANTIOQUIA NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN
RUPO ÉTNICO	**RAIZAL**	N/A		**ROM**	N/A
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X		**INDÍENA**	N/A
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	N/A			
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE				

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6			MENÚ No. 7			MENÚ No. 8			MENÚ No. 9			MENÚ No.10		
	SORBETE DE FRUTA	**Servido 220 ml**	**Medida Casera**	**AGUA DE PANELA CON LECHE**	**Servido 220 ml**	**Medida Casera**	**BEBIDA FRÍA CON AVENA Y LECHE**	**Servido 220 ml**	**Medida Casera**	**SORBETE DE FRUTA**	**Servido 220 ml**	**Medida Casera**	**BEBIDA CHOCOLATADA**	**Servido 220 ml**	**Medida Casera**
LÁCTEO	Fruta de temporada	60	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso
	Agua	200		Panela	9		Avena en hojuelas	10		Fruta de cosecha	60		Cocoa en polvo sin azúcar	5	
	Leche entera en polvo	15		Agua	200 ml		Agua	200 ml		Azúcar refinada	9		Panela	9	
	Azúcar refinada	9					Azúcar refinada	9		Agua	200 ml		Agua	200 ml	
	GUISO DE PROTEINA VEGETAL PARA EL ARROZ	**Servido 90**	**Medida Casera**	**HUEVO REVUELTO CON CEBOLLA**	**Servido 50**	**Medida Casera**	**CARNE DE CERDO EN JULIANAS CON CEBOLLA CARAMELIZADA**	**Servido 70**	**Medida Casera**	**CARNE DE RES GUISADA CON HABICHUELAS**	**Servido 80**	**Medida Casera**	**CARNE DE CERDO EN SALSA CRIOLLA**	**Servido 70**	**Medida Casera**
PROTEÍCO	Habichuela	30	1/3 taza	Huevo de gallina tipo A	55	1/5 taza	Carne de cerdo	60	1/3 taza	Carne de res	60	1/3 taza	Carne de cerdo	60	1/3 taza
	Proteína vegetal de soya (Carve)	15		Cebolla junca	8		Aceite vegetal	2		Aceite vegetal	2		Tomate chonto	12	
	Zanahoria	18		Aceite vegetal	2		Cebolla cabezona	35		Habichuela	20		Cebolla cabezona	10	
	Pimentón	8		Sal yodada	0,5		Ajo	0,5		Ajo	0,5	1/3 taza	Cúrcuma	0,1	
	Ajo	0,5					Agua	15		Cebolla cabezona	12		Ajo	0,5	
	Aceite vegetal	2					Tomillo	0,1		Sal yodada	0,5		Aceite vegetal	1	
	Sal yodada	0,5					Sal yodada	0,5		Agua	15		Sal yodada	0,2	
	Albahaca	0,1					Panela	1,5							
	Cilantro	0,5													
CEREAL	**ARROZ CON GUISO DE PROTEÍNA VEGETAL DE SOYA Y VEGETALES**	**Servido 160**	**Medida Casera**	**ARROZ BLANCO**	**Servido 80**	**Medida Casera**	**ARROZ CON CURCUMA Y CILANTRO**	**Servido 80**	**Medida Casera**	**PASTAS TORNILLO CON TOMATE Y ALBAHACA**	**Servido 150**	**Medida Casera**	**PAPAS A LA FRANCESA**	**Servido 280**	**Medida Casera**
	Agua	140 ml	2/3 taza	Arroz	40	1/2 taza	Arroz	40	1/2 taza	Tomate chonto	30	1/2 taza	papa capira	300	1 taza
	Arroz	40		Agua	100 ml		Agua	100 ml		Agua	30		Aceite vegetal	10	
	Aceite vegetal	3		Aceite vegetal	3		Cúrcuma	0,1		Zanahoria	8		Paprika	0,1	
	Sal yodada	0,2		Sal yodada	0,2		Sal yodada	0,2		Cebolla cabezona	8		Sal yodada	0,5	
	Achiote (Polvo)	0,1		**TAJADAS DE PLÁTANO MADURO**	**Servido 40**	**Medida Casera**	Aceite vegetal	2		Ajo	0,5				
	PAPAS CRIOLLAS FRITAS	**Servido 200ml**	**Medida Casera**	Plátano hartón maduro	50	2 tajadas	Cilantro	0,5		Aceite vegetal	3		**GALLETA DE SODA**	**Servido 8**	**Medida Casera**
	Papa criolla	80	2 1/2 cucharadas	Aceite vegetal	2		**PURÉ DE PAPA CAPIRA**	**Servido 60**	**Medida Casera**	Sal yodada	0,5		Galletas tipo soda	8	1 unidad
	Aceite vegetal	10		**CALENTADITO PAE**	**Servido 90**	**Medida Casera**	Papa capira	70		Azúcar refinada	2	1/2 taza			
	Sal yodada	0,5					Ajo	0,5		Laurel seco	0,1				
				Fríjol	20	1/3 taza	Sal yodada	0,5	1/4 taza	Orégano seco	0,1				
				Agua	80		Margarina suave de mesa	10		Albahaca	0,1				
				Ahuyama	20					Pasta tornillo	20				
				Tomate chonto	20					Agua	125 ml				
				Cebolla junca	8					Sal yodada	0,5				
				Aceite vegetal	2					**CROQUETAS DE PLÁTANO MADURO**	**Servido 70**	**Medida Casera**			
				Zanahoria	20					Plátano hartón maduro	70	2 croquetas			
				Paprika	0,1					Harina de trigo fortificada	10				
				Sal yodada	0,5					Azúcar refinada	1				
										Sal yodada	0,2				
										Aceite vegetal	5				
FRUTA	**FRUTA ENTERA**	**Servido 130**	**Medida Casera**				**FRUTA ENTERA**	**Servido 130**	**Medida Casera**						
	Fruta grupo N°1	180	1/2 taza				Fruta grupo N°1	180	1/2 taza						

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	EQUIPO TÉCNICO PROGRAMA ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE ETC ANTIOQUIA
FIRMA	MND 02491 · MND 00392 · MND04807 · MND 03987 · MND. 06622 · MND 03774

IMPORTANTE: Ver descripción de notas al final del ciclo de menú

Borrador

CICLO DE MENÚ
PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE ETC ANTIOQUIA 2026

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS - RACIÓN PREPARADA EN SITIO

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE - SECUNDARIA

CONVENIO	SECRETARÍA DE EDUCACIÓN - SUBSECRETARÍA DE CALIDAD EDUCATIVA - DIRECCIÓN DE PERMANENCIA ESCOLAR E INCLUSIÓN EDUCATIVA				
DEPARTAMENTO	ANTIOQUIA		**MUNICIPIO**		MUNICIPIOS DEPARTAMENTO ANTIOQUIA NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN
RUPO ÉTNICO	**RAIZAL**	N/A		**ROM**	N/A
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X		**INDÍENA**	N/A
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	N/A			
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE				

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11			MENÚ No. 12			MENÚ No. 13			MENÚ No. 14			MENÚ No. 15		
	BEBIDA FRIA CON AVENA EN LECHE	**Servido 220**	**Medida Casera**	**SORBETE DE FRUTA**	**Servido 220**	**Medida Casera**	**BEBIDA CHOCOLATADA**	**Servido 220**	**Medida Casera**	**AGUA DE PANELA CON LECHE**	**Servido 220**	**Medida Casera**	**SORBETE DE FRUTA**	**Servido 220**	**Medida Casera**
LÁCTEO	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso
	Avena en hojuelas	10		Fruta de cosecha	60		Cocoa en polvo sin azúcar	5		Panela	9		Fruta de cosecha	60	
	Agua	200 ml		Azúcar refinada	9		Panela	9		Agua	200 ml		Azúcar refinada	9	
	Azúcar refinada	9		Agua	200 ml		Agua	200 ml					Agua	200 ml	
PROTEÍCO	**CARNE DE CERDO CON VEGETALES**	**Servido 90**	**Medida Casera**	**CARNE DE RES ESTOFADA**	**Servido 90**	**Medida Casera**	**HUEVO FRITO**	**Servido 45**	**Medida Casera**	**CARNE DE RES DESMECHADA EN SALSA NAPOLITANA CASERA**	**Servido 60**	**Medida Casera**	**HUEVO REVUELTO CON CEBOLLA**	**Servido 50**	**Medida Casera**
	Carne de cerdo	60	1/3 taza	Carne de res	60	1/3 taza	Huevo de gallina Tipo A	55	1 huevo	Carne de res	30	1/3 taza	Huevo de gallina Tipo A	55	1/5 taza
	Ahuyama	50		papa capira	50		Aceite vegetal	5		Proteína vegetal de soya (Carve)	7		Cebolla cabezona	18	
	Cebolla junca	20		Tomate chonto	18		Sal yodada	0,2		Sal yodada	0,5		Ajo	0,5	
	Ajo	0,5		Cebolla cabezona	18		**LENTEJAS GUISADAS**	**Servido 80**	**Medida Casera**	Agua (coccion de la carne)	80		Aceite vegetal	3	
	Aceite vegetal	3		Zanahoria	35		Lentejas	20	1/3 taza	Tomate chonto	25		Sal yodada	0,2	
	Sal yodada	0,2		Ajo	0,5		papa capira	18		Zanahoria	18				
	Tomate chonto	18		Agua	200 ml		Agua	125 ml		Cebolla cabezona	12				
				Cilantro	0,5		Zanahoria	18		Ajo	0,5				
				Aceite vegetal	5		Tomate chonto	18		Orégano seco	0,1				
				Sal yodada	0,5		Cebolla cabezona	12		Laurel seco	0,1				
							Ajo	0,5		Aceite vegetal	2				
							Sal yodada	0,2							
CEREAL	**AREPA ASADA**	**Servido 40**	**Medida Casera**	**ARROZ CON CABELLO DE ANGEL**	**Servido 100**	**Medida Casera**	**ARROZ BLANCO**	**Servido 80**	**Medida Casera**	**PASTA CORTA**	**Servido 40**	**Medida Casera**	**ARROZ ROJO**	**Servido 80**	**Medida Casera**
	Harina de maíz	40	1 arepa	Arroz	40	1/2 taza	Arroz	40	1/2 taza	Pasta corta	20	1/4 taza	Arroz	40	1/2 taza
	Margarina suave de mesa	10		Agua	110		Agua	100 ml		Orégano seco	0,05		Agua	110 ml	
	Sal yodada	0,2		Fideo (Cabello de ángel)	10		Aceite vegetal	3		Tomillo	0,05		Pimentón	30	
				Aceite vegetal	5		Sal yodada	0,5		Aceite vegetal	2		Achiote (Polvo)	0,1	
				Sal yodada	0,5					Sal yodada	0,2		Aceite vegetal	1	
										TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	**Servido 60**	**Medida Casera**	Sal yodada	0,2	
										Plátano hartón maduro	70	2 tajadas	**PAPA CAPIRA CON ROMERO**	**Servido 60**	**Medida Casera**
										Aceite vegetal	8		Papa capira	70	1/4 taza
													Aceite vegetal	5	
													Sal yodada	0,2	
													Romero	0,2	
FRUTA	**FRUTA ENTERA**	**Servido 130**	**Medida Casera**							**FRUTA ENTERA**	**Servido 130**	**Medida Casera**			
	Fruta grupo N°2	180	1 taza							Fruta grupo N°1	180	1/2 taza			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	EQUIPO TÉCNICO PROGRAMA ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE ETC ANTIOQUIA
FIRMA	MND 02494 · MND 00392 · MND04807 · MND 03587 · MND. 06622 · MND 03774

IMPORTANTE: Ver descripción de notas al final del ciclo de menú

Borrador

CICLO DE MENÚ
PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE ETC ANTIOQUIA 2026

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS - RACIÓN PREPARADA EN SITIO

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE - SECUNDARIA

CONVENIO	SECRETARÍA DE EDUCACIÓN - SUBSECRETARÍA DE CALIDAD EDUCATIVA - DIRECCIÓN DE PERMANENCIA ESCOLAR E INCLUSIÓN EDUCATIVA				
DEPARTAMENTO	ANTIOQUIA		**MUNICIPIO**		MUNICIPIOS DEPARTAMENTO ANTIOQUIA NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN
RUPO ÉTNICO	**RAIZAL**	N/A		**ROM**	N/A
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X		**INDÍENA**	N/A
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	N/A			
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE				

SEMANA N°4

COMPONENTES	MENÚ No. 16			MENÚ No. 17			MENÚ No. 18			MENÚ No. 19			MENÚ No. 20		
	AGUA DE PANELA CON LECHE	**Servido 220**	**Medida Casera**	**BEBIDA CHOCOLATADA**	**Servido 220**	**Medida Casera**	**BEBIDA FRÍA CON AVENA EN LECHE**	**Servido 220**	**Medida Casera**	**SORBETE DE FRUTA**	**Servido 220**	**Medida Casera**	**AGUA DE PANELA CON LECHE**	**Servido 220**	**Medida Casera**
LÁCTEO	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso	Leche entera en polvo	15	1 vaso
	Panela	9		Cocoa en polvo sin azúcar	5		Avena en hojuelas	10		Fruta de cosecha	60		Panela	9	
	Agua	200 ml		Panela	9		Agua	200 ml		Azúcar refinada	9		Agua	200 ml	
				Agua	200 ml		Azúcar refinada	9		Agua	200 ml				
	GOULASH DE CARNE DE CERDO Y PAPA	**Servido 100**	**Medida Casera**	**HUEVO REVUELTO CON PLÁTANO MADURO**	**Servido 90**	**Medida Casera**	**CARNE DE RES DESMECHADA CON QUESO**	**Servido 60**	**Medida Casera**	**CARNE DE CERDO SALTEADA**	**Servido 75**	**Medida Casera**	**HUEVO CON GUISO**	**Servido 70 ml**	**Medida Casera**
PROTEÍCO	Carne de cerdo	60	1/2 taza	Huevo de gallina tipo A	55	1/3 taza	Carne de res	60	1/3 taza	Carne de cerdo	60	1/4 taza	Huevo de gallina Tipo A	55	1/4 taza
	Papa capira	80		Plátano hartón maduro	40		Agua	200 ml		Cebolla cabezona	18		Cebolla cabezona	18	
	Pimentón	10		Aceite vegetal	5		Pimentón	15		Ajo	0,5		Tomate chonto	18	
	Cebolla cabezona	10		Sal yodada	0,5		Cebolla cabezona	10		Agua	5 ml		Ajo	0,5	
	Ajo	0,5					Ajo	0,5		Aceite vegetal	3		Tomillo	0,1	
	Paprika	0,1					Paprika	0,1		Orégano seco	0,05		Paprika	0,1	
	Laurel seco	0,2					Tomillo	0,1		Sal yodada	0,2		Sal yodada	0,5	
	Aceite vegetal	5					Aceite vegetal	3					Aceite vegetal	2	
	Agua	60 ml					Sal yodada	0,5							
	Sal yodada	0,5					Queso blanco o campesino	15							
	ARROZ CON CEBOLLA Y CURCUMA	**Servido 120**	**Medida Casera**	**ARROZ BLANCO CON CEBOLLA CABEZONA**	**Servido**	**Medida Casera**	**PATACONES**	**Servido 120**	**Medida Casera**	**ARROZ CON ZANAHORIA**	**Servido 80**	**Medida Casera**	**ARROZ BLANCO**	**Servido 110**	**Medida Casera**
	Arroz	40	1/2 taza	Arroz	40	1/3 taza	Plátano hartón verde	160	2 patacones	Arroz	40	1/2 taza	Arroz	40	1/2 taza
	Cebolla cabezona	35		Cebolla cabezona	15		Aceite vegetal	10		Agua	110 ml		Agua	100 ml	
	Ajo	0,5		Aceite vegetal	5		Sal yodada	0,5		Zanahoria	10		Aceite vegetal	2	
	Aceite vegetal	5		Sal yodada	0,5					Aceite vegetal	2		Sal yodada	0,2	
	Cúrcuma	0,2								Sal yodada	0,5		**FRIJOLES GUISADOS**	**Servido 90**	**Medida Casera**
	Sal yodada	0,5								**PAPAS CON HOGAO**	**Servido 55**	**Medida Casera**	Fríjol	20	1/3 taza
	Agua	100 ml								papa capira	60	1/5 taza	Agua	80 ml	
CEREAL										Tomate chonto	20		Zanahoria	18	
										Cebolla cabezona	12		Plátano hartón verde	15	
										Aceite vegetal	5		Tomate chonto	18	
										Sal yodada	0,5		Cebolla junca	18	
													Sal yodada	0,2	
													TAJADA DE MADURO	**Servido 60**	**Medida Casera**
													Plátano hartón maduro	50	2 tajadas
													Aceite vegetal	8	
FRUTA				**FRUTA ENTERA**	**Servido 130**	**Medida Casera**				**FRUTA ENTERA**	**Servido 130**	**Medida Casera**			
				Fruta grupo N°1	180	1/2 taza				Fruta grupo N°3	180	1/2 taza			

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			EQUIPO TÉCNICO PROGRAMA ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE ETC ANTIOQUIA
FIRMA	MND 02494	MND 00392	MND04807	MND 03987	MND. 06622	MND 03774

IMPORTANTE: Ver descripción de notas al final del ciclo de menú

			CICLO DE MINUTA **PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR** **PAE ANTIOQUIA 2026**	
PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS - RACIÓN PREPARADA EN SITIO				
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/TARDE - SECUNDARIA				
CONVENIO	SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE ANTIOQUIA - DIRECCIÓN DE PERMANENCIA ESCOLAR E INCLUSIÓN EDUCATIVA			
DEPARTAMENTO	ANTIOQUIA	**MUNICIPIO**	MUNICIPIOS DEPARTAMENTO ANTIOQUIA NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN	
GRUPO ÉTNICO	**RAIZAL**	N/A	**ROM**	N/A
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X	**INDÍGENA**	N/A
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	N/A		
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE			

Nota 1: Tener en cuenta al momento de la servida, realizar la adecuación de porciones según el grado de escolaridad, de acuerdo con las cantidades establecidas en la lista de intercambio. (Anexo técnico Alimentación Saludable y Sostenible en el PAE- Resolución 0335 de 2021)

Nota 2: Como hábito saludable, motivar la ingesta diaria de agua apta para el consumo en los beneficiarios del programa (de 150 cc a 220 cc al dia)

Nota 3: Verificar las condiciones de calidad de todos los alimentos del ciclo de menú en el momento de recibo, almacenamiento y previo a la preparación. Recordar realizar procesos de limpieza y desinfección a frutas, verduras, hortalizas, huevos, enlatados.

Nota 4: El peso de los alimentos se encuentra en bruto (corresponde a la cantidad del alimento entero sin ninguna transformación, acorde a como se recibe el alimento)

Nota 5: Carne de res para sofreir o estofar: Huevo de aldana o solomo extranjero - **Carne de res para desmechar:** Punta de espaldilla, falda, posta o tabla - **Carne de cerdo:** Corte magro

Nota 6: Fruta para jugo: De acuerdo a temporada de cosecha ofrecer alguna de las siguientes opciones: mango, guayaba, maracuya, guanábana, tomate de árbol, banano, mora, lulo, uchuva u otras. Garantizar la variedad dentro de la semana. El gramaje se encuentra en bruto.

Fruta entera grupo N° 1: De acuerdo a temporada de cosecha ofrecer alguna de las opciones: Guayaba común en cascos, Mandarina, Banano, Murrapo, Naranja dulce en cascos.

Fruta entera grupo N° 2: De acuerdo a temporada de cosecha ofrecer alguna de las opciones: Mango maduro o pintón picado, Manzana, Pera, Sandía en trozos, Uchuvas, Higo.

Fruta entera grupo N° 3: De acuerdo a temporada de cosecha ofrecer alguna de las opciones: Piña oro miel picada, Papayuela picada, Papaya picada, Melón picado.

Nota 7: Emplear especias y condimentos naturales.
El proceso de compra de las especias contempladas en el ciclo de menú, puede realizarse en la presentación comercial conforme el número de cupos de cada sede educativa y cada vez que sea requerido de acuerdo con el seguimiento al kardex
Pueden utilizarse otras especias naturales aportadas por parte de la comunidad y de las huertas escolares.

Nota 8: Para favorecer la compra local de alimentos (frutas, verduras, especias, plátanos, tubérculos, leguminosa como fríjol) se genera lista de intercambios de alimentos con la cual se pueden realizar cambios entre alimentos del mismo grupo.

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	EQUIPO TÉCNICO PROGRAMA ALIMENTACIÓN ESCOLAR - PAE ANTIOQUIA
FIRMA	MND 02494 · MND 00392 · MND04807 · MND 03987 · MND. 06622 · MND 03774