ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

Convenio de asociación o contrato : 7463 | **Nombre de la unidad operativa:** Hogar Clarita Santos Cajicá

CICLO DE MENÚS CPS

SEMANA 1

PATRÓN	1	2	3	4	5	6	7
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 LACTEA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	COCOA EN LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	TE EN LECHE
PROTEÍNA	EMPAREDADO DE QUESO EN PAN INTEGRAL	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL	AREPUELAS INTEGRALES	PAN INTEGRAL
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	PERA PICADA	HIGO RODAJAS	EN LA COLADA	MANDARINA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	EN LA ENSALADA	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALI ENTE	CAFÉ CON LECHE	YOGUR SIN AZÚCAR
DERIVADO CEREAL	GALLETA INTEGRAL		TORTA INTEGRAL	PAN DE QUESO	GALLETA DE AVENA	AREPA	GRANOLA
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	MELÓN	PICADO DE PAPAYA
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO ASADA EN TROZOS	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO DORADO	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	//	ARROZ AL PIMENTÓN	//	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA ROJA	//
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	CALABAZA GUISADA	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBERCULO O PLÁTANO	//	PAPA DORADA	//	CHIPS DE ARRACACHA	//	//	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE ACELGA	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE CALABACÍN	CREMA DE ARVEJA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PERA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA
PATRÓN	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
ONCES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON GUAYABA	COCOA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAIZ	COLADA DE AVENA CON FRUTOS ROJOS	EN LA FRUTA	SORBETE DE UCHUVA
DERIVADO CEREAL	PAN INTEGRAL	AREPA	MOGOLLA INTEGRAL		TORTA DE QUINUA	GALLETAS INTEGRALES	PAN INTEGRAL
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	FRESA PICADA	DURAZNO PICADO	EN LA COLADA	FRUTA PICADA CON QUESO	EN EL SORBETE
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA Y MAIZ GUISADOS	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	//	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	//	PURÉ DE PAPA	//
SOPA	AJIACO	SIN SOPA	SOPA DE AHUYAMA	SIN SOPA	SOPA DE GUINEO	SIN SOPA	SOPA DE ARROZ
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

Tipo de dieta: Hipocalorica - Hipoglucida

CICLO DE MENÚS CPS							
SEMANA 2							
PATRÓN	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA
LACTEO	COLADA DE AVENA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON GUAYABA	CAFÉ CON LECHE	TÉ EN LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	COCOA EN LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	EMPAREDADO DE QUESO EN PAN INTEGRAL	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN INTEGRAL	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN TAJADO INETGRAL
FRUTA	GRANADILLA	EN LA COLADA	KIWI EN RODAJAS	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE PERA	MELÓN PICADO	NARANJA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	EMPAREDADO DE QUESO EN PAN INTEGRAL	CUAJADA	BATIDO DE MORA CON AVENA EN HOJUELAS	SORBETE DE FEIJOA	EN LA ENSALADA	TÉ EN LECHE	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS
CEREAL		MOGOLLA INTEGRAL		TORTA DE QUINUA	GALLETA INTEGRAL	AREPA	
FRUTA	FRESA PICADA	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	MANDARINA	EN EL BATIDO
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO ASADA EN TROZOS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
CEREAL	//	ARROZ BLANCO	//	//	ARROZ CON COCO	//	ARROZ CON FIDEOS
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	//	PAPA EN CHUPE	PURÉ DE YUCA	//	PAPA AL PEREJIL	//
SOPA O CAZUELA	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE ESPINACA	CREMA DE TOMATE	CREMA DE ACELGA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE ARVEJA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE LULO	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
PATRÓN	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
ONCES							
LACTEO	SORBETE DE GUAYABA	FLAN SIN AZÚCAR	EN LA ENSALADA	ARROZ CON LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRUTOS ROJOS	CANDIL	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA
CEREAL	TORTA INTEGRAL		GALLETA DE AVENA		MOGOLLA INTEGRAL	GALLETAS INTEGRALES	AREPA
FRUTA	EN EL SORBETE	DURAZNO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGUR	FRESA PICADA	EN LA COLADA	MELÓN PICADO	EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO EN TROZOS	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	TORTILLA DE ACELGA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	VERDURAS CHINAS (REPOLLO, CALABACIN Y APIO)
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS	SIN SOPA	SANCOCHITO	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	TÉ EN LECHE

CICLO DE MENÚS CPS							
SEMANA 3							
PATRÓN	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUENA	TINTO
LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	CHOCOLATE SIN AZUCAR	TÉ EN LECHE	COALDA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE
PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO Y JAMÓN	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	MOGOLLA	PAN INTEGRAL	PAN INTEGRAL
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	COMPOTA DE DURAZNO	PERA PICADA	HIGO RODAJAS	GRANADILLA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	HELADO CON AZUCAR LIGHT	SORBETE DE MARACUYÁ	BATIDO DE GUANÁBANA CON AVENA EN HOJUELAS Y	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	PAPAYA PICADA
CEREAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN ITEGRAL		GALLETA DE AVENA	ALMOJABANA	MOGOLLA INTEGRAL	
FRUTA	MANZANA VERDE PICADA	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT SI DULCE	FRESAS PICADA	GRANADILLA	
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	FILETE DE PESCADO AL CILANTRO	CARNE DE CERDO GUISADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	EN EL GOULASH	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLÁTANO	//	//	//	//	//	//	
SOPA O CAZUELA	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE APIO	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE POLLO	CREMA DE ARVEJA	
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JGO DE MORA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE MORA
PATRÓN	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
MATICA							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AROMATICA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE FRESA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL		MOGOLLA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	GALLETAS INTEGRALES	PAN INTEGRAL
FRUTA	EN EL SORBETE	MANZANA VERDE PICADA	MANZANA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE AGUACATE	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	SOPA CARMELITA	SIN SOPA	SOPA DE PATACÓN	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON Y PANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA

	Código: FOR-PSS-206
	Versión: 0
	Fecha: Memo INT 2019026406 - 31/05/2019
	Página: 1 de 1

Año: 2021

CICLO DE MENÚS CPS

SEMANA 4

PATRÓN	22	23	24	25	26	27	28
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	CHOCOLATE SIN AZUCAR	CHOCOCLATE SIN AZUCAR	AVENA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN INTEGRAL	PAN INTEGRAL	AREPA	PAN INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	AREPUELAS	PAN INTEGRAL
FRUTA	MANZANAVERDE PICADA	NARANJA	MELON PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	FRESAS PICADAS
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	COCOA SIN DULCE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE FRESACON AVENA EN HOJUELAS	LECHE CALIENTE CON CANELA	SORBETE DE CURUBA	KUMIS SIN AZUCAR	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO
CEREAL/ TUBERCULO	TAJADAS DE PAN INTEGRAL	PAN INTEGRAL		TORTILLA DE AVENA CON FRESA	PAN INTEGRAL	GALLETAS INTEGRALES	
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	PECHUGA MECHADA	CARNE DE CERDO AL HORNO	FILETE DE PESCADO AL PIMENTÓN	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ARVEJA, MAIZ Y MAYONESA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	TOMATE CON LIMÓN Y CILANTRO
TUBERCULO O PLÁTANO	//	//	//	PURÉ DE PAPA	//	//	//
SOPA O CAZUELA	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE APIO	CREMA DE ARVEJA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE POLLO	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE TOMATE
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE FRESA	JUGO DE PERA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE LULO
PATRÓN	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**GO**
ONCES							
LACTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	AVENA	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	GALLETAS INTEGRALES	PAN INTEGRAL			MAIZ PIRA	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETAS INTEGRALES
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MELÓN PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES SUDADA	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO	MANDARINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AHUYAMA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA CALIENTE
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ CON ESPINACA
SOPA	SIN SOPA	MAZAMORRA CHIQUITA	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

Convenio de asociación o contrato : 7463 | **Nombre de la unidad operativa:** Hogar Clarita Santos Cajicá

CICLO DE MENÚS CPS

SEMANA 1

PATRÓN	1	2	3	4	5	6	7
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN Y PANELA	TINTO
BEBIDA LACTEA	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	HUEVO TIBIO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO TIBIO	CUAJADA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA	AREPUELAS	PAN ROLLO
FRUTA	GRANADILLA	PERA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	PICADO DE DURAZNO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	MANDARINA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	EN LA ENSALADA	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALI ENTE	CAFÉ CON LECHE	YOGUR SIN AZÚCAR
DERIVADO CEREAL	GALLETA WAFER		CROISSANT	PAN DE QUESO	TORTA NEGRA	MANTECADA	GRANOLA
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA	PICADO DE MANGO
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
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA ROJA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE VERDURA	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	CHIPS DE ARRACACHA	YUCA DORADA	PAPA EN CHUPE	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA
PATRÓN	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
ONCES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON FRESA	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON FRUTOS ROJOS	EN LA FRUTA	SORBETE DE MANGO
DERIVADO CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOGOLLA INTEGRAL		TORTA DE NARANJA	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	EN LA COLADA	FRUTA PICADA CON QUESO	EN EL SORBETE
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA Y MAIZ GUISADOS	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	PURÉ DE PAPA	CASCOS DE PAPA
SOPA	AJIACO	SIN SOPA	SOPA DE AHUYAMA	SIN SOPA	SOPA DE GUINEO	SIN SOPA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE CON MIEL	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA

NOTA: SE OFRECE DIETA HIPOSODICA HIPOPROTEICA (DISMINUCIÓN DE TAMAÑO DE PORCION DE ALIMENTO PROEICO) ESTRICTA A PERSONAS MAYORES CON DIAGNÓSTICO DE INSUFICIENCIA RENAL, PARA TAL CA

Tipo de dieta: Hipoproteica - Hiposodica - Para paciente renal

CICLO DE MENÚS CPS							
SEMANA 2							
PATRÓN	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA
LACTEO	COLADA DE AVENA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON FRUTOS ROJOS	CAFÉ CON LECHE	TÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO TIBIO	CUAJADA	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ALMOJABANA	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	CROISSANT	PAN BLANDO
FRUTA	GRANADILLA	EN LA COLADA	MANGO Y PIÑA PICADO	KIWI RODAJAS	COMPOTA DE PERA Y MORA	PATILLA PICADA	NARANJA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	HELADO	CUAJADA	BATIDO DE MORA CON AVENA EN HOJUELAS	SORBETE DE FEIJOA	EN LA ENSALADA	TÉ EN LECHE	BATIDO DE AVENA EN HOJUELAS
CEREAL	GALLETAS DE LECHE	PAN DE COCO		MANTECADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	PAN DE MAÍZ	
FRUTA	FRESA PICADA	PERA PICADA	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	MANDARINA	UVAS
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON COCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	DEDOS DE ARRACACHA	PAPA EN CHUPE	PURÉ DE YUCA	PAPA BLANCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CAZUELA	SOPA DE GUINEO	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA CARMELITA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE LULO	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
PATRÓN	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
ONCES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	BATIDO DE AVENA CON MANZANA	FLAN	EN LA ENSALADA	ARROZ CON LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRUTOS AMARILLOS	CANDIL	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA
CEREAL	CROISSANT		GALLETA DE AVENA		TORTA NEGRA	GALLETAS INTEGRALES	PAN DE QUESO
FRUTA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA	EN LA COLADA	HIGO EN RODAJAS	EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	VERDURAS CHINAS (REPOLLO, CALABACIN, ZANAHORIA Y APIO)
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS	SIN SOPA	SANCOCHITO	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE

\SO SE SUMINTRA SIN SAL Y LAS PORCIONES DE PROTEINA SE DISMINUYEN, SE REALIZA OTRO TIPO DE RESTRICCIÓN SEGÚN ORDEN MEDICA Y LABORATORIOS.

SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

IS DE PROTECCIÓN SOCIAL

ACIONES ALIMENTARIAS

CICLO DE MENÚS CPS							
SEMANA 3							
PATRÓN	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUENA	TINTO
LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	AGUA DE PANELA	TÉ EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE
PROTEINA	HUEVO TIBIO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO Y JAMÓN	CALDO CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVO COCIDO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	PAN ROLLO
FRUTA	FRESA PICADA	KIWI RODAJAS	MANDARINA	COMPOTA DE DURAZNO	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	HELADO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUANÁBANA CON AVENA EN HOJUELAS	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	MANZANA PICADA
CEREAL	MANTECADA	PAN DE MAIZ		GALLETA DE AVENA	ALMOJABANA	MOGOLLA INTEGRAL	
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE		ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	UVAS	GRANADILLA	
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	FILETE DE PESCADO AL CILANTRO	CARNE DE CERDO GUISADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	EN EL GOULASH	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	DEDOS DE YUCA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA AL VAPOR	
SOPA O CAZUELA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SANCOCHITO DE PESCADO	CREMA DE ARVEJA VERDE	
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
PATRÓN	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
ONCES							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON MANZANA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	CROISSANT	PAN TAJADO INTEGRAL		MOGOLLA INTEGRAL	MANTECADA	ROSCÓN	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE AGUACATE	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	SOPA CARMELITA	SIN SOPA	SOPA DE PATACÓN	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
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 LIMON Y PANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE

Código:	FOR-PSS-206
Versión:	0
Fecha:	Memo INT 2019026406 - 31/05/2019
Página:	1 de 1

Año: 2021

CICLO DE MENÚS CPS

SEMANA 4

PATRÓN	22	23	24	25	26	27	28
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
LACTEO	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
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CUAJADA	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO TIBIO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	CROISSANT	ALMOJABANA	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	AREPUELAS	PAN BLANDO
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	NARANJA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	HIGO RODAJAS	MANDARINA	UVAS
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	CHOCOLATE EN LECHE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE MANZANA CON AVENA EN HOJUELAS	JUGO DE FRESA	SORBETE DE CURUBA	JUGO DE MORA	PATILLA PICADA
CEREAL	PONQUÉ TAJADO	PAN COCO		TORTILLA DE AVENA CON KIWI	ROSCÓN	GALLETA CRACKER SABORIZADA	
FRUTA	PICADO DE PATILLA	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN LA TORTILLA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	PECHUGA MECHADA	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO AL PIMENTÓN	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ARVEJA, ZANAHORIA, MAIZ Y MAYONESA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	ZANAHORIA RALLADA CON LIMÓN Y CILANTRO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA AL VAPOR	DEDOS DE ARRACACHA	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	CHIPS DE YUCA	PAPABLANCA
SOPA O CAZUELA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE ARVEJA VERDE	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PERA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON PANELA
PATRÓN	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
ONCES							
LACTEO	COLADA DE AVENA CON GUANABANA	JUGO DE DURAZNO	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	PAN ROLLO			MAIZ PIRA	TORTA NEGRA	TORTA DE NARANJA
FRUTA	EN LA COLADA	MANZANA PICADA	FRESA PICADA	MELOCOTON	PERA PICADA	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AHUYAMA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA CALIENTE
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ CON ESPINACA
SOPA	SIN SOPA	MAZAMORRA CHIQUITA	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TÉ EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE CON MIEL

KAREN GAETH HENNIG
NUTRICIONISTA DIETISTA
MND06897

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

Convenio de asociación o contrato : 7463 | **Nombre de la unidad operativa:** Hogar Clarita Santos Cajicá

CICLO DE MENÚS CPS

SEMANA 1

PATRÓN	1	2	3	4	5	6	7
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN Y PANELA	TINTO
BEBIDA LACTEA	AROMATICA DE HIERBA BUENA CON MANZANA	TÉ DE ROMERO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	INFUSION DE CANELA	AROMATICA DE MANZANILLA	TÉ DE FRUTOS AMARILLOS	INFUSION DE LIMONARIA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	TORTILLA DE HUEVO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	PAN BLANDO	AREPA	PAN TAJADO	TOSTADA	AREPUELAS	PAN ROLLO
FRUTA	EN LA AROMATICA	PERA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	BANANO	COMPOTA DE GUAYABA	EN EL TÉ	COMPOTA DE DURAZNO
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	//	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE FEIJOA	TÉ DE FRUTOS ROJOS	//	//
DERIVADO CEREAL	GALLETA DE SODA		TORTA TRADICIONAL	GALLETA CRACKER	TAJADA DE PAN	MANTECADA	GALLETAS DUCALES
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS	EN EL BATIDO	EN EL JUGO	EN EL JUGO	EN EL TÉ	PICADO DE BANANO	PERA PICADA
ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO ASADA EN TROZOS	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO DORADO	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA ROJA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	CALABAZA GUISADA	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	CHIPS DE ARRACACHA	YUCA DORADA	PAPA EN CHUPE	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE ACELGA	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE CALABACÍN	CREMA DE ARVEJA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PERA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MANZANA
PATRÓN	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
ONCES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	JUGO DE GUAYABA	INFUSION DE MANZANILLA CON MANZANA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE PERA	BATIDO DE AVENA CON BANANO	//	JUGO DE DURAZNO
DERIVADO CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	GALLETAS CRACKER	GALLETA DE SODA	TORTA DE NARANJA	MANTECADA	PAN BLANDO
FRUTA	EN EL JUGO	EN LA INFUSION	EN EL JUGO	EN EL JUGO	EN EL BATIDO	FRUTA PICADA	EN EL JUGO
CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA Y MAIZ GUISADOS	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURÉ DE PAPA	CASCOS DE PAPA
SOPA	AJIACO	SIN SOPA	SOPA DE AHUYAMA	SIN SOPA	SOPA DE GUINEO	SIN SOPA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	INFUSION DE HIERBA BUENA	TÉ DE FRUTOS ROJOS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	TE DE FRUTAS

NOTA : EN LAS DIETAS ASTRINGENTES SE OFRECEN LAS MISMAS PROTEINAS Y VERDURAS EVITANDO LOS GUISOS Y SALSAS

Tipo de dieta: Astringente

CICLO DE MENÚS CPS							
SEMANA 2							
PATRÓN	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA
LACTEO	TÉ DE ROMERO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PERA	INFUSION DE CANELA	TÉ DE FRUTOS ROJOS	INFUSION DE HIERBA BUENA	AROMATICA DE MANZANILLA Y MANZANA	TÉ DE FRUTOS AMARILLOS
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO REVUELTO	EMPAREDADO DE HUEVO	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN BLANCO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	PAN ROLLO	PAN BLANDO
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	EN LA AROMATICA	DURAZNO PICADO	BANANO	COMPOTA DE PERA	EN LA AROMATICA	EN EL TÉ
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	//	INFUSION DE HIERBA BUENA CON FRESA	AOMATICA CON FRUTOS ROJOS	JUGO DE FEIJOA	//	TE NEGRO	INFUSION DE HIERBA BUENA CON MANZANA
CEREAL	TORTA DE NARANJA	PAN DE COCO		MANTECADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	PAN DE MAÍZ	
FRUTA	FRESA PICADA	EN LA INFUSION	EN EL BATIDO	EN EL JUGO	ENSALADA DE FRUTAS	DURAZNO PICADO	EN EL BATIDO
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ PAJARITO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON COCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	PURÉ DE YUCA	PAPA BLANCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CAZUELA	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE ESPINACA	CREMA DE TOMATE	CREMA DE ACELGA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE ARVEJA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PERA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE MANZANA	JUGO DE GUANABANA
PATRÓN	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
ONCES							
LACTEO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS AMARILLOS	AROMATICA DE HIERBABUENA CON FRUTAS	//	//	JUGO DE FEIJOA	//	JUGO DE DURAZNO
CEREAL	TORTA TRADICIONAL		GALLETAS CRACKER	PAN ROLLO	PAN DE MAIZ	GALLETAS DE SODA	TAJADA DE PAN
FRUTA	EN LA AROMATICA		ENSALADA DE FRUTAS	FRESA PICADA	EN EL JUGO	MELÓN PICADO	EN EL JUGO
CENA							
PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	TORTILLA DE ACELGA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	VERDURAS CHINAS (CALABACIN, ZANAHORIA Y APIO)
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PERLA
SOPA	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS	SIN SOPA	SANCOCHITO	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	INFUSION DE MANZANILLA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	TÉ DE ROMERO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	INFUSIÓN DE CANELA

SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

)S DE PROTECCIÓN SOCIAL

ACIONES ALIMENTARIAS

CICLO DE MENÚS CPS							
SEMANA 3							
PATRÓN	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUENA	TINTO
LACTEO	AROMATICA DE HIERBA BUENA CON MANZANA	TÉ DE ROMERO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	INFUSION DE CANELA	AROMATICA DE MANZANILLA	TÉ DE FRUTOS AMARILLOS	INFUSION DE LIMONARIA
PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO Y JAMÓN	CALDO CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	PAN ROLLO
FRUTA	FRESA PICADA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE PERA	BANANO	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	PERA PICADA
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	HELADO	JUGO DE FRESA	INFUSION DE HIERBA BUENA CON PERA	EN LA FRUTA	INFUSION DE HIERBA BUENA CON MANZANA	TE NEGRO	MELON PICADO
CEREAL	MANTECADA	PAN DE MAIZ		GALLETA DE AVENA		MOGOLLA INTEGRAL	
FRUTA	DURAZNO PICADO		EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS	UVAS	BANANO	
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	FILETE DE PESCADO AL CILANTRO	CARNE DE CERDO GUISADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	EN EL GOULASH	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA DORADA	DEDOS DE YUCA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA AL VAPOR	
SOPA O CAZUELA	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE APIO	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE POLLO	CREMA DE ARVEJA	
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
PATRÓN	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
ONCES							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	TE NEGRO CON GALLETAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS AMARILLOS	JGO GUANABANA	JUGO DE MORA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	CROISSANT	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	MANTECADA	ROSCÓN	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA			EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE AGUACATE	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	SOPA CARMELITA	SIN SOPA	SOPA DE PATACÓN	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA CALIENTE	INFUSION DE MANZANILLA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	TE DE SABORES	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON Y PANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBABUENA CON CANELA

	Código: FOR-PSS-206
	Versión: 0
	Fecha: Memo INT 2019026406 - 31/05/2019
	Página: 1 de 1

	Año: 2021

CICLO DE MENÚS CPS							
SEMANA 4							
PATRÓN	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
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
LACTEO	TÉ DE ROMERO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PERA	INFUSION DE CANELA	TÉ DE FRUTOS ROJOS	INFUSION DE HIERBA BUENA	AROMATICA DE MANZANILLA Y MANZANA	TÉ DE FRUTOS AMARILLOS
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	CROISSANT	ALMOJABANA	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	AREPUELAS	PAN BLANDO
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	MELON PICADO	FRESAS PICADAS	EN LA COLADA	BANANO	MELON PICADO	FRESAS PICADAS
NUEVES							
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	CHOCOLATE EN AGUA	JUGO DE GUAYABA	INFUSION DE HIERBA BUENA CON MANZANA	TE NEGRO	JUGO DE DURAZNO	AROMATICA DE HIERBAS	PATILLA PICADA
CEREAL/ TUBERCULO	PONQUÉ TAJADO	PAN COCO		TORTILLA DE AVENA CON BANANO	PAN BLANCO	GALLETA CRACKER SABORIZADA	
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL JUGO	MELON PICADO	
ALMUERZO							
PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	PECHUGA MECHADA	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO AL PIMENTÓN	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ARVEJA, ZANAHORIA, MAIZ Y MAYONESA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	ZANAHORIA RALLADA CON LIMÓN Y CILANTRO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA AL VAPOR	DEDOS DE ARRACACHA	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	CHIPS DE YUCA	PAPABLANCA
SOPA O CAZUELA	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE APIO	CREMA DE ARVEJA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE POLLO	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE TOMATE
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PERA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON PANELA
PATRÓN	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
ONCES							
LACTEO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	JUGO DE DURAZNO	TE NEGRO CON GALLETAS DE SODA	FLAN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	PAN ROLLO			MAIZ PIRA	TORTA NEGRA	TORTA DE NARANJA
FRUTA	EN LA COLADA	MANZANA PICADA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MELÓN PICADO		EN LA COLADA
CENA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AHUYAMA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA CALIENTE
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ CON ESPINACA
SOPA	SIN SOPA	MAZAMORRA CHIQUITA	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	INFUSION DE CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TE EN AGUA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBABUENA CON CANELA

KAREN GAETH HENNIG
NUTRICIONISTA DIETISTA
MND06897