Mediterránea FACILITY MANAGEMENT S.A.S	MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS
	CICLO DE MENUS DIETA COMPLEMENTARIA 3

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6	DIA 7
DESAYUNO	FRUTA * 50 GR	BANANO	SANDIA	MANGO	UVA ISABELA	PIÑA	MELON	MANDARINA
	LACTEO	AVENA CON LECHE	AGUADEPANELA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	MAICENA CON LECHE	AGUADEPANELA CON LECHE	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
	ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICOS	QUESO EN PORCION	HUEVO COCIDO	CUAJADA	SANDWICH DE JAMON Y QUESO	HUEVOS CON MAICITOS	CREPE DE QUESO
	CEREAL	AREPA SANTANDEREANA	PAN ROLLO	PAN DE COCO	MANTECADA		AREPA DE MAIZ	
	OTRO	CALDO DE PAPA	CALDO HILADO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA HILADO
NUEVES	FRUTA	ASPIC DE MANZANAS	MANGO PICADO	MANDARINA	NARANJA	MELON	PAPAYA	UVA ISABELA
ALMUERZO	FRUTA O JUGO	JUGO DE FRESA	LIMONADA	JUGO DE MORA	JUGO DE MARACUYA	NARANJADA	JUGO DE MANGO	JUGO DE LULO
	SOPA O CREMA	SOPA DE MAZORCA	CREMA DE CEBOLLA	SOPA DE GUINEO	SOPA DE CUCHUCO DE CEBADA	SOPA DE PLATANO	CREMA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS
	PROTEINA	FILETE PECHUGA A LAS FINAS HIERBAS	FILETE DE PESCADO AL HORNO	JULIANAS DE RES SALTEADAS	PECHUGA DE POLLO A LA CRIOLLA	PECHUGA CON VEGETALES AL WOK	CARNE DE RES SUDADA	SOUFLE DE POLLO
	CEREAL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO
	TUBERCULO	PAPA ARTESANAL AL HORNO	CUADRITOS DE YUCA EN S. BLANCA	PAPA COCIDA CON SS CRIOLLA	PLATANO ACARAMELADO	RODAJAS DE PAPA AL HORNO	MADURO ACANELADO	CUADRITOS DE YUCA CON S. CRIOLLA
	VERDURA	ENSALADA ROJA DE REMOLACHA	ENSALADA CON AGUACATE (Tomate, pepino y aguacate)	ENSALADA COLOMBIANA (ZANAHORIA, MAIZ, HABICHUELA Y ARVEJA)	VEGETALES GUISADOS	ENSALADA PICO DE GALLO (Pepino, tomate,cebolla, cilantro)	ENSALADA CRIOLLA (APIO, ZANAHORIA, HABICHUELA, REPOLLO Y TOMATE)	CASQUITOS PEPINO Y LECHUGA
	OTRO	ARVEJAS GUISADAS			LENTEJAS COLOMBIANAS			
	POSTRE	GELATINA CON LECHERA	BOCADILLO DE LECHE	ESPONJADO DE MANGO CON LECHE	GALLETA WAFER	DULCE DE PIÑA	MOUSSE DE MORA	DULCE DE GUAYABA
ONCES	FRUTA O JUGO	JUGO DE MORA	JUGO DE MANGO	JUGO DE FRESA	JUGO DE MANGO	JUGO DE UVA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
	ACOMPAÑAMIENTO	PAN BOLA	GALLETAS WAFER	GALLETAS CRAKER	GALLETAS DE LECHE	GALLETA DE CHOCOLATE	GALLETA DE LECHE	GALLETAS SANDWICH
COMIDA	FRUTA O JUGO	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE FRESA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MARACUYA	JUGO TROPICAL
	CALDO, SOPA O CREMA	CALDO DE CARNE	CALDO DE POLLO	CALDO DE PAPA	CALDO DE CARNE	CALDO DE POLLO	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE CARNE
	PROTEINA	AREPA RELLENA DE CUBITOS DE RES CON VERDURAS	CREPE DE POLLO Y VEGETALES	PICADA DE POLLO Y CARNE	EMPAREDADO DE PECHUGA DE POLLO CON VEGETALES	PERNIL DE POLLO AL HORNO CON PAN	FLAUTA DE POLLO QUESO	DESMECHADA DE RES GUISADA CON MAIZ Y PIMENTON
	CEREAL	HARINA DE MAIZ EN AREPA			PAN EN EMPAREDADO			TORNILLOS NAPOLITANOS
	TUBERCULO			PAPA CRIOLLA FRITA		PAPA FRANCESA		MADURO HORNEADO
	VERDURA	PAPAYA	MELÓN	RODAJAS DE TOMATE	PAPAYA	GUISO AHUYAMA	SANDIA	MANGO
	OTRO	GALLETA DE LECHE	FLAN	GALLETA DE PUNTO ROJO	ESPONJADO DE LIMON	MANTECADA	DULCE DE MANGO	MASMELO

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

Mediterránea FACILITY MANAGEMENT S.A.S	MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS
	CICLO DE MENUS DIETA COMPLEMENTARIA 3

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13	DIA 14
DESAYUNO	FRUTA * 50 GR	UVA ISABELA	NARANJA	BANANO	SANDIA	MELON	MANGO	PIÑA
	LACTEO	MAICENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AGUADEPANELA CON LECHE	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
	ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS REVUELTOS	QUESO EN PORCION	POLLO EN EL CALDO	CUAJADA	SANDWICH DE JAMON Y QUESO	HUEVO ESCALFADO (EN EL CALDO)	QUESO
	CEREAL	MOGOLLA	PAN CASCARITA	PAN DE AVENA	AREPA DE MAÍZ		PAN ROLLO	AREPA SANTANDEREANA
	OTRO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA CON POLLO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO HILADO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA CELESTINO
NUEVES	FRUTA	PAPAYA PICADA	ASPIC DE DURAZNO	GRANADILLA	ASPIC DE MELÓN	MANDARINA	ASPIC DE MANZANAS	MANGO PICADO
ALMUERZO	FRUTA O JUGO	JUGO DE PIÑA	JUGO TROPICAL	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MORA	JUGO DE UVA	JUGO DE FRESA	LIMONADA DE PANELA
	SOPA O CREMA	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE CUCHUCO DE MAÍZ	SOPA DE PLATANO	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE AVENA	CREMA DE TOMATE
	PROTEINA	DESMECHADO DE RES	FILETE DE PECHUGA CON S. CAZADORA	GOULASH HUNGARO	CERDO TERIYAKI	PERNIL DE POLLO AL HORNO	FILETE DE PESCADO EN SS CRIOLLA	PERNIL EN SALSA CRIOLLA
	CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ ZANAHORIA	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL AJILLO	ARROZ CON VERDURAS	ARROZ BLANCO
	TUBERCULO	YUCA AL CILANTRO	MADURO APANELADO	CASQUITOS DE PAPA ARTESANALES	PLATANO AL HORNO DORADO	YUCA EN S. CREMOSA DE CILANTRO	DEDITOS DE YUCA	CUADROS DE PAPA AL CILANTRO
	VERDURA	ENSALADA CAMPESINA (Zanahoria, Cebolla cabezona, maiz)	ENSALADA CRIOLLA (APIO, ZANAHORIA, HABICHUELA, REPOLLO Y TOMATE)	CASQUITOS DE TOMATE AL LIMON	ENSALADA DE MELON (ZANAHORIA, MELON, LECHUGA, UVAS)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO, LECHUGA	ENSALADA CON AGUACATE (Tomate, pepino y aguacate)	ENSALADA ROJA DE REMOLACHA
	OTRO			FRIJOL BLANCO		ARVEJAS GUISADAS		
	POSTRE	MERENGUE	MASMELO	GELATINA	GALLETA WAFER	ASPIC	BOCADILLO DE LECHE	MANTECADA
ONCES	BEBIDA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MORA	JUGO DE CURUBA	JUGO DE FRESA	JUGO DE MANGO	JUGO DE DURAZNO	JUGO MANGO
	COMPAÑAMIENTO	MINI LENGUA	GALLETA WAFER	GALLETA RIZADA	PAN ROLLO	GALLETA RONDALLA	GALLETA CRAQUEÑA	PAN CASCARITA
COMIDA	FRUTA O JUGO	JUGO DE MORA	JUGO DE LULO	JUGO TROPICAL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE MANGO	JUGO DE FRESA
	CALDO, SOPA O CREMA	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE CARNE	CALDO DE POLLO	CALDO DE CARNE	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE POLLO	CALDO DE CARNE
	PROTEINA	PECHUGA DE POLLO NAPOLITANA	PANZEROTTI RELLENO DE RES Y VERDURAS	BURRITO DE RES CON VEGETALES	SANWICH DE POLLO Y VEGETALES	MINIHAMBURGUESA DE RES	LASAGNA DE RES Y QUESO	FLAUTA DE POLLO
	CEREAL		HARINA DE TRIGO EN EL PANZEROTTI	TORTILLA EN EL BURRITO	PAN EN EL SANDWICH			
	TUBERCULO	MOLDE DE ARRACACHA				PAPA A LA FRANCESA	TOSTADAS	
	VERDURA	GUISO DE YOTA	MANGO	PAPAYA	UVA ISABELLA	PIÑA	RODAJAS DE TOMATE	MANZANA ROYAL
	OTRO	GELATINA	DULCE DE MORA	GALLETA DE LECHE	GELATINA	MASMELO	DULCE DE PIÑA	ESPONJADO DE MANGO

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

Mediterránea FACILITY MANAGEMENT S.A.S	MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS
	CICLO DE MENUS DIETA COMPLEMENTARIA 3

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTO	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20	DIA 21
DESAYUNO	FRUTA * 50 GR	MANDARINA	UVA ISABELLA	PAPAYA	MELON	SANDIA	PIÑA	NARANJA
	LACTEO	AVENA CON LECHE	COLADA DE MAICENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE MAICENA CON LECHE	AGUADEPANELA CON LECHE	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
	ALIMENTO PROTEICO	HUEVOS CON MAICITOS	CUAJADA	HUEVOS PERICOS	QUESO	HUEVO COCIDO	HUEVOS CON JAMON	SANDWICH DOBLE QUESO
	CEREAL	PAN DE UVAS	MANTECADA	AREPA DE MAIZ BLANCO	PAN MOJICON	PAN DE LECHE	AREPA DE MAÍZ	
	OTRO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA	CALDO HILADO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE PAPA CON LECHE	CALDO DE PAPA
NUEVES	FRUTA	ASPIC DE MANZANAS	GRANADILLA	ASPIC DE DURAZNO	MANGO PICADO	ASPIC DE MELÓN	PAPAYA PICADA	APIC DE MANGO
ALMUERZO	FRUTA O JUGO	JUGO DE MORA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE LULO	JUGO DE MANGO	JUGO DE FRESA	JUGO DE PIÑA	JUGO TROPICAL
	SOPA O CREMA	SOPA DE SANCOCHO	SOPA DE PLATANO RAYADO	SOPA DE AVENA	SOPA DE VEGETALES	CREMA DE AUYAMA	SOPA DE CEBADA	SOPA DE ARRACACHA
	PROTEINA	CARNE GUISADA	POLLO MANDARIN	FILETE DE PESCADO EN SS CILANTRO	PECHUGA GRILLE	GOULASH DE RES	SOUFFLÉ DE PESCADO CON VEGETALES	SPAGUETTIS CON POLLO MECHADO
	CEREAL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ PAJARITO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	
	TUBERCULO	PAPA ENCHAQUETADA	CUADROS DE YUCA AL CILANTRO	MADURO ACANELADO	YUCA AL VAPOR CON S. CRIOLLA	MADURO AL HORNO	YUCA CON SS. CREMOSA BECHAMEL	PAPA DORADA ARTESANAL
	VERDURA	ENSALADA PICO DE GALLO	ENSALADA DE ZANAHORIA, APIO, PEPINO Y TOMATE	ENSALADA CON AGUACATE (Tomate, lechuga, zanahoria y aguacate)	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA, LECHUGA	ENSALADA DE REPOLLO BLANCO, TOMATE, BROCOLI, ZANAHORIA	ENSALADA DE ARVEJA, HABICHUELA, ZANAHORIA, MAIZ	CHOP SUEY (Apio, zanahoria, habichuela, zuchini)
	OTRO	FRIJOL ROJO	LENTEJAS COLOMBIANAS		ARVEJAS			
	POSTRE	DULCE DE PIÑA	GELATINA	ESPONJADO DE LIIMÓN	GALLETA DE LECHE	FLAN DE AREQUIPE	GALLETA PUNTO ROJO	MANTECADA
ONCES	BEBIDA	JUGO DE MORA	JUGO DE MANGO	JUGO DE FRESA	JUGO DE MANGO	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE PERA
	ACOMPAÑAMIENTO	GALLETA CRAKER	GALLETA RIZADA	GALLETA RONDALLA	MANTECADA	PAN MOJICON	GALLETA DE SODA	PAN CASCARA
COMIDA	FRUTA O JUGO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE MORA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MANGO	JUGO TROPICAL
	CALDO, SOPA O CREMA	CALDO DE CARNE	CALDO DE POLLO	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE POLLO	CALDO DE POLLO	CALDO DE PAPA CELESTINO	CALDO DE CARNE
	PROTEINA	FLAUTAS MIXTAS	PASTEL DE POLLO Y QUESO	MINIHAMBURGUESA DE RES	PICADA DE CARNES (POLLO, CERDO Y RES)	LASAGNA DE RES Y QUESO	CREPE DE POLLO Y VEGETALES	AREPA RELLENA DE POLLO EN GOULASH
	CEREAL			PAN EN HAMBURGUESA				
	TUBERCULO			PAPA A LA FRANCESA	PAPA CRIOLLA FRITA			
	VERDURA	PIÑA	SANDIA	MANDARINA	ENSALADA CRIOLLA	MANZANA VERDE	MELON	PAPAYA
	OTRO	MASMELOS	BOCADILLO	GELATINA	MERENGUE	ESPONJADO DE LIMON	GELATINA	DULCE DE GUAYABA

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **1**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Huevos Pericos	Cebolla Larga	2,6	1,6
		Huevo De Gallina	90,0	75
		Tomate Guiso	9,6	8
		Aceite vegetal	5,0	5
	Arepa santandereana	Harina de maíz amarillo para arepas	40,0	40
		Margarina	5,0	5
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Banano	Banano	65,0	50
NUEVES	Aspic de Manzanas	Gelatina Sabor	10,0	10
		Manzana Royal	0,2	0,17
		Manzana Verde	0,2	0,17
ALMUERZO	Sopa De Mazorca	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Mazorca	58,8	42
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
	Filete de Pechuga a las Finas Hierbas	Pechuga	120,0	120
		Crema de leche	20,0	20
		Leche entera	10,0	10
		Finas hierbas molidas	---	5
	Papa artesanal al Horno	Papa común	165,0	150
	Ensalada Roja De Remolacha	Arveja Verde Fresca	20,0	20
		Mayonesa	5,0	5
		Papa Común	29,7	27
		Remolacha	48,0	40
		Zanahoria	29,3	25,5
	Arroz con fideos	Arroz	15,0	15
		Pasta fideos	2,0	2
	Arvejas Guisadas	Ahuyama	13,2	9,75
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Común	24,8	22,5
		Tomate Guiso	14,4	12
	Jugo De Fresa	Pulpa De Fresa	50,0	50
	Gelatina con lechera	Gelatina Sabor	3,0	3
		Leche condensada	2,0	2
ONCES	Jugo de Mora	Pulpa De Mora	65,0	65
	Pan bola	Pan bola	35,0	35
COMIDA	Caldo De Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cogote De Res	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Arepa Rellena De Carne Desmechada	Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Harina De Maíz	30,0	30
		Margarina	3,0	3
		Carne de res	50,0	50
		Tomate Guiso	14,4	12
	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
	Jugo De Papaya	Pulpa De Papaya	50,0	50
	Galleta de leche	Galleta de leche	20,0	20

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **2**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo Hilado	Huevo de gallina	6,0	5
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Queso en porción	Queso entero	30,0	30
	Pan rollo	Pan rollo	40,0	40
	Aguadepanela Con Leche	Leche Entera	100,0	100
		Panela	25,0	25
	Sandía	Patilla	80,0	50
NUEVES	Mango Tommy	Mango Tommy	75,0	50
ALMUERZO	Crema De Cebolla	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Leche Entera	30,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	25,0	25
		Papa Común	59,4	54
		Cebolla cabezona blanca	46,8	42,5
	Filete de pescado al horno	Filete De Pescado	120,0	120
		Miga de pan	20,0	20
		Harina de maíz	20,0	20
		Ajo En Pepa	1,2	1
		Cebolla larga	4,8	3
	Arroz blanco	Arroz	15,0	15
	Cuadritos de Yuca en s. Blanca	Yuca	99,0	90
		Mayonesa	5,0	5
	Ensalada Con Aguacate	Aguacate	25,2	18
		Lechuga Batavia	31,9	22
		Tomate Chonto Pinton	19,2	16
		Zanahoria	39,1	34
	Limonada	Pulpa De Limon	50,0	50
ONCES	Jugo de Mango	Pulpa De Mango	65,0	65
	Galletas Wafer	Galleta Wafer	30,0	30
COMIDA	Caldo De Pollo	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	10,0	10
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Crep de Pollo con Vegetales	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Habichuela	9,9	9
		Pechuga	45,0	45
		Zanahoria	9,8	8,5
		Harina De Trigo	30,0	30
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Leche Entera	20,0	20
		Margarina	2,0	2
	Cascos de Papa al Horno	Finas Hierbas en polvo	1,0	1
		Papa Común	88,0	80
	Melón	Melón	225,0	150
	Jugo De Fresa	Pulpa De Fresa	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **3**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Huevo Cocido	Huevo De Gallina	60,0	50
	Pan De Coco	Pan De Coco	1,0	1
	Mango Tommy	Mango Tommy	75,0	50
NUEVES	Mandarina	Mandarina Corriente	7,0	7
ALMUERZO	Sopa De Guineo	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	24,0	20
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Guineo	42,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	29,3	25,5
	Julianas de Res Salteadas	Julianas De Res	50,0	50
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Pimentón rojo	4,6	4
		Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Zanahoria	9,2	8
		Habichuela	24,8	22,5
		Salsa De Tomate	5,0	5
	Papa Cocida en S. Criolla	Papa común	42,9	39
		Tomate Guiso	24,0	20
		Cebolla Larga	1,3	0,8
	Arroz atomatado	Arroz	15,0	15
		Tomate Guiso	2,4	2
	Ensalada Colombiana	Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Cilantro	0,1	0,1
		Pepino Cohombro	28,1	22,5
		Tomate Chonto Pinton	38,4	32
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50
ONCES	Jugo de fresa	Pulpa de fresa	60,0	60
		Azúcar corriente	15,0	15
	Galletas Cracker	Galleta Ducales	30,0	30
COMIDA	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Picada de carne y pollo	Carne de res	30,0	30
		Pechuga	30,0	30
		Cebolla larga	4,8	3
		Aceite vegetal	5,0	5
	Papa criolla frita	Papa Amarilla (Criolla)	80,0	80
	Rodajas de tomate	Tomate Chonto	72,0	60
	Jugo De fresa	Pulpa De fresa	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **4**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Maicena Con Leche	Fécula De Maíz	25,0	25
		Leche Entera	100,0	100
		Panela	20,0	20
	Cuajada	Cuajada	30,0	30
	Mantecada	Mantecada Porción	40,0	40
	Uva	Uva Isabella	55,0	50
NUEVES	Naranja	Naranja valenciana	112,0	80
ALMUERZO	Sopa De Cuchuco De Cebada	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Cuchuco De Cebada	15,0	15
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	24,4	21,25
	Pechuga de pollo a la Criolla	Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Pechuga	70,0	70
		Tomate Chonto	14,4	12
		Aceite vegetal	5,0	5
	Plátano Acaramelado	Panela	15,0	15
		Plátano Maduro	118,5	87,75
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
		Aceite vegetal	5,0	5
	Vegetales Guisados	Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Habichuela	39,6	36
		Tomate Guiso	14,4	12
		Zanahoria	39,1	34
	Lentejas Colombianas	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Lentejas	50,0	50
		Papa Común	19,8	18
		Tomate Guiso	14,4	12
		Aceite vegetal	5,0	5
	Jugo De Maracuyá	Pulpa De Maracuya	50,0	50
ONCES	Jugo de mango	Pulpa de mango	50,0	50
		Azúcar Corriente	10,0	10
	Galleta de leche	Galleta de leche	30,0	30
COMIDA	Caldo De Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cogote De Res	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Emparedado de Pollo con Vegetales	Lechuga Batavia	27,9	19,25
		Pan cuadrado	100,0	100
		Pechuga	45,0	45
		Tomate Chonto Pinton	24,0	20
	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **5**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Aguadepanela Con Leche	Leche Entera	100,0	100
		Panela	25,0	25
	Sandwich De Jamón y Queso	Pan Tajado	2,0	2
		Queso Tajado	30,0	30
		Jamón De Pollo	80,0	80
	Piña	Piña común	79,8	55
NUEVES	Melón	Melón	255,0	170
ALMUERZO	Sopa De platano rayado	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	24,0	20
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Guineo	42,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	29,3	25,5
	Pechuga con Vegetales Al Wok	Pechuga	100,0	100
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Pimentón rojo	4,6	4
		Zanahoria	23,0	20
		Calabacín Amarillo	22,0	20
		Calabacín Verde	22,0	20
		Salsa Soya	3,0	3
	Rodajas de Papa al Horno	Papa Común	99,0	90
		Finas hierbas en polvo	1,0	1
	Arroz blanco	Arroz	15,0	15
	Ensalada pico de gallo	Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Cilantro	0,0	0
		Pepino Cohombro	28,1	22,5
		Tomate Chonto Pinton	38,4	32
	Naranjada	Pulpa De Naranja	60,0	60
ONCES	Jugo de uva	Pulpa de uva	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Galleta de chocolate	Galleta de chocolate	30,0	30
COMIDA	Caldo De Pollo	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	10,0	10
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Pernil de pollo al horno con pan	Pernil de pollo	80,0	80
	Papa a la francesa	Papa Común	99,0	90
		Aceite vegetal	0,2	0,2
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **6**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Huevos Con Maicitos	Huevo De Gallina	90,0	75
		Maíz Tierno Desgranado	5,0	5
		Margarina	5,0	5
	Pan bolita	Pan bolita	40,0	40
	Melón	Melón	255,0	170
NUEVES	Papaya	Papaya madura	78,0	60
ALMUERZO	Crema De Arracacha	Arracacha	43,9	32,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	49,5	45
	Carne de Res Sudada	Cogote de res	120,0	120
		Tomate guiso	18,0	15
		Cebolla Larga	16,0	10
		Papa Común	22,0	20
		Aceite vegetal	5,0	5
	Arroz blanco	Arroz	15,0	15
	Maduro acanelado	Plátano Maduro	118,5	87,75
		Canela en astilla	1,0	1
	Ensalada Criolla	Apio En Rama	3,8	2,5
		Habichuela	24,8	22,5
		Repollo Blanco	18,2	14
		Tomate Chonto Pinton	28,8	24
		Zanahoria	24,4	21,25
	Jugo de Mango	Pulpa de Mango	50,0	50
ONCES	Jugo de Manzana	Pulpa de Manzana	50,0	50
		Azúcar Corriente	10,0	10
	Galleta de leche	Galleta de leche	30,0	30
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	10,0	10
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Flautas de Pollo Queso	Arroz	15,0	15
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Huevo De Gallina	0,4	0,3
		Pasta De Flautas	1,0	1
		Pechuga	45,0	45
		Tomate Guiso	14,4	12
		Queso Tajado	16,0	16
	Sandia	Patilla	240,0	150
	Jugo De Maracuyá	Pulpa De Maracuya	40,0	40

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **7**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	v	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
		Huevo de gallina	6,0	5
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Crepe De Queso	Harina De Trigo	30,0	30
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Leche Entera	20,0	20
		Margarina	2,0	2
		Queso Tajado	16,0	16
	Mandarina	Mandarina corriente	85,0	85
NUEVES	Uva	Uva Isabella	132,0	120
ALMUERZO	Sopa de Verduras	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
	Soufle de pollo	Pechuga	130,0	130
		Huevo de gallina	0,2	0,2
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Ajo En Pepa	1,2	1
		Zanahoria	23,0	20
		Miga de Pan	20,0	20
	Arroz Blanco	Arroz	40,0	40
		Aceite vegetal	5,0	5
		Cilantro	0,0	0
	Cuadros de Yuca con S. Criolla	Yuca	99,0	90
		Cebolla larga	16,0	10
		Tomate guiso	9,6	8
		Aceite vegetal	5,0	5
	Ensalada De Tomate Y Pepino	Pepino Cohombro	46,9	37,5
		Tomate Chonto Pinton	38,4	32
		Lechuga batavia	58,0	40
	Jugo De Lulo	Pulpa De Lulo	50,0	50
ONCES	Jugo de tomate de arbol	Pulpa de tomate de arbol	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Galleta sandwich	Galleta festival	30,0	30
COMIDA	Caldo De Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cogote De Res	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Desmechado de res guisada con maiz y p	Pasta coditos	15,0	15
		Cogote de res	50,0	50
		Tomate chonto	18,0	15
		Maíz Tierno Desgranado	10,0	10
		Pimentón Pintón	19,6	17
		Cebolla cabezona blanca	8,8	8
	Pasta Tornillo	Pasta Tornillo	30,0	30
		Aceite vegetal	0,2	0,2
	Maduro horneado	Plátano maduro	94,5	70
	Mango Tommy	Mango Tommy	150,0	100
	Jugo Tropical	Pulpa Tropical	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **8**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Maicena Con Leche	Fécula De Maíz	25,0	25
		Leche Entera	100,0	100
		Panela	20,0	20
	Huevos revueltos	Huevo De Gallina	90,0	75
		Margarina	5,0	5
	Mogolla	Pan Mogolla	35,0	35
	Uva	Uva Isabella	132,0	120
NUEVES	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
ALMUERZO	Sopa de Pastas	Pasta Conchitas	15,0	15
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
	Desmechada de res	Cebolla Larga	5,1	3,2
		Cogote de res	50,0	50
		Tomate Guiso	11,5	9,6
	Yuca al cilantro	Yuca	99,0	90
		Cilantro	1,2	1
	Arroz blanco	Arroz	15,0	15
	Ensalada Campesina	Tomate Chonto Pinton	36,0	30
		Cebolla Cabezona Blanca	30,8	28
		Maíz Tierno Desgranado	10,0	10
		Pepino cohombro	37,5	30
	Jugo De Piña	Pulpa De Piña	50,0	50
ONCES	Jugo de Mango	Pulpa de Mango	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Minilengua	Minilengua	35,0	35
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	10,0	10
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Pechuga de Pollo Napolitana	Pechuga	45,0	45
		Tomate Guiso	6,0	5
		Cebolla larga	4,8	3
	Papa Francesa	Papa Común	99,0	90
	Sandía	Patilla	96,0	60
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **9**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Queso En Porción	Queso Entero	37,0	37
	Pan Cascarita	Pan Cascarita	60,0	60
	Naranja	Naranja valenciana	119,0	85
NUEVES	Aspic de Durazno	Gelatina Sabor	10,0	10
		Durazno Común	0,2	0,17
ALMUERZO	Crema De Ahuyama	Ahuyama	43,9	32,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	49,5	45
	Fricassé de pollo	Pechuga	45,0	45
		Papa Común	11,0	10
		Zanahoria	5,8	5
		Harina de trigo	5,0	5
	Arroz blanco	Arroz	15,0	15
		Perejil Liso	0,5	0,45
	Maduro apanelado	Plátano maduro	135,0	100
		Panela	20,0	20
	Ensalada Criolla	Apio En Rama	3,8	2,5
		Habichuela	24,8	22,5
		Repollo Blanco	18,2	14
		Tomate Chonto Pinton	28,8	24
		Zanahoria	24,4	21,25
	Jugo Tropical	Pulpa tropical	50,0	50
ONCES	Jugo de mora	Pulpa de mora	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Galleta Wafer	Galleta wafer	30,0	30
COMIDA	Caldo De Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cogote De Res	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Panzzerotti Relleno de Res con Verduras	Cebolla Larga	5,1	3,2
		Cogote de res	50,0	50
		Zanahoria	11,5	10
		Arveja verde fresca	3,0	3
		Huevo De Gallina	3,6	3
		Harina De Trigo	10,0	10
		Margarina	5,0	5
		Aceite vegetal	5,0	5
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
	Cuadros de Papa en S. Cremosa	Yuca	99,0	90
		Mayonesa	10,0	10
		Cilantro	1,2	1
	Mango Tommy	Mango Tommy	152,3	101,5
	Jugo De Lulo	Pulpa De Lulo	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **10**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa con Pollo	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,6	0,5
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
		Pechuga	60,0	60
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Pan de Avena	Pan de Avena	60,0	60
	Banano	Banano	0,9	0,7
NUEVES	Granadilla	Granadilla	144,5	85
ALMUERZO	Sopa De Cuchuco De Maíz	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Cuchuco De Maíz	15,0	15
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	24,4	21,25
	Hamburguesa De Res a la criolla	Harina De Trigo	4,0	4
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Molida de Res	45,0	45
	Papa dorada al Horno	Papa común	143,0	130
	Arroz con zanahoria	Arroz	15,0	15
		Zanahoria	2,0	1,7
	Ensalada De Tomate Y Pepino	Pepino Cohombro	46,9	37,5
		Tomate Chonto Pinton	38,4	32
	Fríjol Blanco	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Frijol Blanco	50,0	50
		Papa Común	29,7	27
		Tomate Guiso	14,4	12
	jugo de guayaba	pulpa de guayaba	50,0	50
ONCES	Jugo de Curuba	Pulpa de Curuba	50,0	50
		Azúcar Corriente	10,0	10
	Galleta Rizada	Galleta Rizada	35,0	35
COMIDA	Caldo De Pollo	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	10,0	10
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Burrito De Res	Aletón de res	50,0	50
		Cebolla Cabezona Blanca	3,0	2,7
		Harina De Trigo	10,0	10
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
	Cascos de Papa Artesanal	Papa Común	99,0	90
		Margarina	5,0	5
	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
	Jugo Tropical	Pulpa Tropical	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **11**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Cuajada	Cuajada	30,0	30
	Arepa De Maíz	Harina De Maíz	60,0	60
	Sandia	Patilla	232,0	145
NUEVES	Aspic de Melón	Gelatina Sabor	10,0	10
		Melón	120,0	80
ALMUERZO	Sopa De platano rayado	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	24,0	20
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Guineo	42,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	29,3	25,5
	Torta española de pescado	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Filete de pescado	230,0	230
		Cebolla Cabezona Blanca	3,0	2,7
		Habichuela	29,7	27
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	34,2	29,75
		Huevo de gallina	6,0	5
		Harina de trigo	10,0	10
	Arroz al pimentón	Arroz	15,0	15
		Pimentón rojo	1,8	1,6
	Plátano Acaramelado	Panela	15,0	15
		Plátano Maduro	118,5	87,75
	Ensalada de melón	Zanahoria	34,5	30
		Melón	60,0	40
		Lechuga batavia	43,5	30
		Uvas pasas	10,0	10
		Crema de leche	5,0	5
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50
ONCES	Jugo de Fresa	Pulpa de Fresa	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Pan Rollo	Pan Rollo	30,0	30
COMIDA	Caldo De Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cogote De Res	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Sandwich de Pollo con Vegetales	Lechuga Batavia	27,9	19,25
		Pan cuadrado	100,0	100
		Pechuga	45,0	45
		Tomate Chonto Pinton	24,0	20
	Casquitos de Papa al Horno	Papa Común	66,0	60
	Uva	Uva Isabella	132,0	120
	Jugo De Tomate De Arbol	Pulpa De Tomate De Arbol	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **12**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo Hilado	Huevo de gallina	6,0	5
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Aguadepanela Con Leche	Leche Entera	100,0	100
		Panela	25,0	25
	Sandwich De Jamón Y Queso	Jamón De Pollo Tajado	80,0	80
		Pan Tajado	2,0	2
		Queso Tajado	25,0	25
		Margarina	5,0	5
	Melón	Melón	150,0	100
NUEVES	Mandarina	Mandarina corriente	150,0	150
ALMUERZO	Crema de Verduras	Ahuyama	21,6	16
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	23,0	20
	Soufflé de pollo	Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Pechuga	45,0	45
		Tomate Guiso	14,4	12
		Huevo de gallina	6,0	5
		Harina de trigo	10,0	10
	Yuca en s. cremosa de cilantro	Yuca	99,0	90
		Mayonesa	5,0	5
		Cilantro	1,2	1
	Ensalada De Zanahoria Lechuga Pepino \	Lechuga Batavia	19,9	13,75
		Pepino Cohombro	28,1	22,5
		Tomate Chonto Pinton	28,8	24
		Zanahoria	29,3	25,5
	Jugo De Uva	Pulpa De Uva	50,0	50
	Arroz al Ajillo	Arroz	15,0	15
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
	Arvejas Guisadas	Ahuyama	13,2	9,75
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Común	24,8	22,5
		Tomate Guiso	14,4	12
ONCES	Jugo de Mango	Pulpa de mango	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Galleta rondalla	Galleta rondalla	30,0	30
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	10,0	10
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Minihamburguesa	Cogote de res	50,0	50
		Pan Mini Hamburguesa	30,0	30
		Queso Tajado	8,0	8
		Jamón de pollo	35,0	35
	Papa a la Francesa	Papa común	99,0	90
		Aceite vegetal	5,0	5
	Piña	Piña común	79,8	55
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **13**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Huevo escalfado en el caldo	Huevo De Gallina	30,0	25
	Pan rollo	Pan rollo	35,0	35
	Mango Tommy	Mango Tommy	152,3	101,5
NUEVES	Aspic de Manzanas	Gelatina Sabor	10,0	10
		Manzana Royal	0,2	0,17
		Manzana Verde	0,2	0,17
ALMUERZO	Sopa De Avena	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	19,2	16
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Avena En Hojuelas	18,0	18
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	19,6	17
	Filete de Pescado en S. Criolla	Harina De Trigo	5,0	5
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Filete de pescado	230,0	230
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Zanahoria	4,6	4
		Tomate Guiso	14,4	12
	Yuca en s. Blanca	Yuca	99,0	90
		Mayonesa	10,0	10
	Arroz Con Verduras	Arroz	40,0	40
		Arveja Verde Fresca	5,0	5
		Habichuela	9,9	9
		Zanahoria	19,6	17
		Aceite vegetal	5,0	5
	Ensalada De Aguacate	Aguacate	25,2	18
		Lechuga Batavia	31,9	22
		Tomate Chonto Pinton	19,2	16
		Zanahoria	39,1	34
		Pepino Cohombro	28,1	22,5
	Jugo De Fresa	Pulpa De Fresa	50,0	50
ONCES	Jugo de Durazno	Pulpa de Durazno	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Galleta Craqueña	Galleta Crakeña	30,0	30
COMIDA	Caldo De Pollo	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	10,0	10
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Lasaña de Res y Queso	Harina De Trigo	10,0	10
		Margarina	5,0	5
		Aceite vegetal	5,0	5
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Queso Tajado	12,5	12,5
		Cogote de res	100,0	100
	Tostadas	Tostadas	40,0	40
	Mandarina	Mandarina corriente	140,0	140
	Jugo De Mango	Pulpa De Mango	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **14**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,6	0,5
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
		Zanahoria	11,5	10
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Queso En Porción	Queso Entero	37,0	37
	Arepa santandereana	Harina de maíz amarillo para arepas	40,0	40
		Margarina	5,0	5
	Piña	Piña Común	72,5	50
NUEVES	Mango Tommy	Mango Tommy	1,3	0,85
ALMUERZO	Crema De Tomate	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Leche Entera	30,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	60,0	60
		Papa Común	49,5	45
		Tomate Chonto	38,4	32
	Res sudada	Cogote de res	120,0	120
		Tomate guiso	18,0	15
		Cebolla Larga	16,0	10
		Papa Común	22,0	20
		Aceite vegetal	5,0	5
	Rollo de papa al cilantro	Papa común	148,5	135
		Margarina	5,0	5
		Cilantro	1,7	1,5
	Arroz Blanco	Arroz	15,0	15
	Ensalada Roja De Remolacha	Arveja Verde Fresca	20,0	20
		Mayonesa	2,0	2
		Papa Común	29,7	27
		Remolacha	48,0	40
		Zanahoria	29,3	25,5
	Limonada de panela	Pulpa De Limon	50,0	50
ONCES	Jugo de Mango	Pulpa de Mango	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Pan Cascarita	Pan Cascarita	35,0	35
COMIDA	Caldo De Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cogote De Res	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Flauta De Pollo	Arroz	10,0	10
		Cebolla Cabezona Blanca	5,0	4,5
		Huevo De Gallina	0,6	0,5
		Pechuga	45,0	45
		Tomate Guiso	14,4	12
		Pasta De Empanadas	1,0	1
	Cascos de papa al Horno	Papa Común	99,0	90
		Margarina	5,0	5
	Manzana Royal	Manzana Royal	80,5	70
	Jugo De Maracuyá	Pulpa De Maracuya	40,0	40

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **15**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Huevos Con Maicitos	Huevo De Gallina	90,0	75
		Maíz Tierno Desgranado	5,0	5
		Margarina	5,0	5
	Pan De Uvas	Pan De Uvas	35,0	35
	Mandarina	Mandarina corriente	150,0	150
NUEVES	Aspic de Manzanas	Gelatina Sabor	10,0	10
		Manzana Royal	0,2	0,17
		Manzana Verde	0,2	0,17
ALMUERZO	Sopa De Sancocho	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	48,0	40
		Arroz Cabezote	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Costilla De Res	20,0	20
		Mazorca	25,2	18
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	39,6	36
		Plátano Verde	26,3	19,5
		Yuca	29,7	27
		Zanahoria	24,4	21,25
	Pernil de pollo a la Crema	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Pernil de pollo	120,0	120
		Tomate Guiso	14,4	12
		Zanahoria	24,4	21,25
		Crema De Leche	20,0	20
	Papa Cocida	Papa Común	88,0	80
	Arroz blanco	Arroz	15,0	15
	Ensalada pico de gallo	Cebolla Cabezona Blanca	19,8	18
		Cilantro	0,0	0
		Pepino Cohombro	28,1	22,5
	Fríjol Rojo	Ahuyama	17,6	13
		Aceite vegetal	5,0	5
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Frijol Rojo	50,0	50
		Papa Común	29,7	27
		Tomate Guiso	14,4	12
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50
ONCES	Jugo de mora	Pulpa de mora	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Galleta Crakeña	Galleta Crakeña	30,0	30
COMIDA	Caldo De Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cogote De Res	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Flautas Mixtas	Arroz	15,0	15
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Huevo De Gallina	0,4	0,3
		Pasta De Flautas	1,0	1
		Pechuga	45,0	45
		Tomate Guiso	14,4	12
	Piña	Piña Común	119,6	82,5
	Jugo De Maracuya	Pulpa De Maracuya	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **16**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Maicena Con Leche	Fécula De Maíz	25,0	25
		Leche Entera	100,0	100
		Panela	20,0	20
	Cuajada x 30gr	Cuajada	30,0	30
	Mantecada	Mantecada Porción	1,0	1
	Uva	Uva Isabella	132,0	120
NUEVES	Granadilla	Granadilla	255,0	150
ALMUERZO	Sopa De platano verde	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	24,0	20
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Guineo	42,0	30
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	29,3	25,5
	Rollo de Res con Verduras en S. BBQ	Miga de pan	10,0	10
		Cogote de Res	140,0	140
		Harina De Trigo	20,0	20
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Zanahoria	9,2	8
		Habichuela	9,9	9
		Salsa BBQ	5,0	5
	Rollo De Papa Festival	Papa Común	89,1	81
		Perejil Liso	2,0	1,8
		Pimentón Rojo	4,9	4,25
	Arroz pajarito	Arroz	15,0	15
		Plátano maduro	2,7	2
	Ensalada De Zanahoria Apio Pepino Y To	Apio En Rama	3,0	2
		Pepino Cohombro	28,1	22,5
		Tomate Chonto Pinton	28,8	24
		Zanahoria	29,3	25,5
	Jugo De Maracuyá	Pulpa De Maracuya	50,0	50
	Lentejas Guisadas	Ahuyama	17,6	13
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Lentejas	50,0	50
		Papa Común	19,8	18
		Tomate Guiso	14,4	12
		Aceite vegetal	5,0	5
ONCES	Jugo de Mango	Pulpa de mango	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Galleta Rizada	Galleta Rizada	30,0	30
COMIDA	Caldo de Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Cogote De Res	20,0	20
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Pastel de Pollo y Queso	Harina De Trigo	10,0	10
		Margarina	5,0	5
		Aceite vegetal	5,0	5
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Pechuga	120,0	120
		Queso Tajado	12,5	12,5
	Cascos de papa al Horno en Finas Hierba	Papa Común	99,0	90
		Finas hierbas en polvo	1,0	1
		Margarina	5,0	5
	Sandia	Patilla	232,0	145
	Jugo De Papaya	Pulpa De Papaya	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **17**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
		Leche Entera	100,0	100
	Huevos Pericos	Cebolla Larga	2,6	1,6
		Huevo De Gallina	90,0	75
		Tomate Guiso	9,6	8
		Aceite vegetal	5,0	5
	Arepa santandereana	Harina de maíz amarillo para arepas	40,0	40
		Margarina	5,0	5
	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
NUEVES	Aspic de Durazno	Gelatina Sabor	10,0	10
		Durazno Común	0,2	0,17
	Aspic de Durazno	Gelatina Sabor	10,0	10
		Durazno Común	0,2	0,17
ALMUERZO	Sopa De Avena	Ahuyama	21,9	16,25
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	19,2	16
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Avena En Hojuelas	18,0	18
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	19,6	17
	Filete de pescado en S. Cilantro	Harina De Trigo	5,0	5
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Filete de pescado	230,0	230
		Mayonesa	10,0	10
		Zanahoria	4,6	4
		Cilantro	2,3	2
	Arroz Atomatado	Arroz	40,0	40
		Tomate Chonto	4,8	4
		Aceite vegetal	5,0	5
	Cuadros de Yuca al Cilantro	Yuca	99,0	90
		Cilantro	1,2	1
	Ensalada De Aguacate	Aguacate	25,2	18
		Lechuga Batavia	31,9	22
		Tomate Chonto Pinton	19,2	16
		Zanahoria	39,1	34
	Jugo De Lulo	Pulpa De Lulo	50,0	50
ONCES	Jugo de fresa	Pulpa de fresa	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Galleta Rondalla	Galleta Rondalla	30,0	30
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	10,0	10
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Minihamburguesa	Cogote de res	50,0	50
		Pan Mini Hamburguesa	30,0	30
		Queso Tajado	8,0	8
		Jamón de pollo	35,0	35
	Papa a la Francesa	Papa común	99,0	90
		Aceite vegetal	5,0	5
	Jugo De Mora	Pulpa De Mora	50,0	50
	Mandarina	Mandarina Corriente	1,0	1

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **18**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Queso En Porción	Queso Entero	37,0	37
	Pan Mojicón	Pan Mojicon	60,0	60
	Melón	Melón	120,0	80
NUEVES	Mango Tommy	Mango Tommy	152,3	101,5
ALMUERZO	Sopa de Vegetales	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
	Hamburguesa de pollo y Zanahoria	Miga de pan	10,0	10
		Huevo de gallina	4,2	3,5
		Mostaza	2,0	2
		Pechuga	140,0	140
		Aceite vegetal	5,0	5
		Zanahoria	24,4	21,25
	Arroz al perejíl	Arroz	15,0	15
		Perejil liso	0,9	0,8
	Yuca al vapor con s. criolla	Yuca	99,0	90
		Cebolla larga	16,0	10
		Tomate guiso	9,6	8
		Aceite vegetal	5,0	5
	Ensalada Roja De Remolacha	Arveja Verde Fresca	20,0	20
		Mayonesa	2,0	2
		Papa Común	29,7	27
		Remolacha	48,0	40
		Zanahoria	29,3	25,5
	Arvejas Guisadas	Ahuyama	13,2	9,75
		Arveja Verde Seca	30,0	30
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Común	24,8	22,5
		Tomate Guiso	14,4	12
	Jugo De Mango	Pulpa De Mango	50,0	50
ONCES	Jugo de mango	Pulpa de mango	50,0	50
		Azúcar Corriente	10,0	10
	Mantecada	Mantecada Porción	1,0	1
COMIDA	Caldo De Pollo	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Pechuga	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Picada de Carne, Pollo, Res y Cerdo	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Papa común	11,0	10
		Julianas de res	50,0	50
		Pechuga	45,0	45
		Goulash de cerdo	30,0	30
		Tomate Guiso	14,4	12
	Cascos de Papa con finas Hierbas	Papa Común	108,9	99
		Aceite vegetal	5,0	5
		Finas hierbas en polvo	1,0	1
	Ensalada Criolla	Apio En Rama	3,8	2,5
		Habichuela	24,8	22,5
		Repollo Blanco	18,2	14
		Tomate Chonto Pinton	28,8	24
		Zanahoria	24,4	21,25
	Jugo De Piña	Pulpa De Piña	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **19**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	30,0	30
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Aguadepanela Con Leche	Leche Entera	100,0	100
		Panela	25,0	25
	Huevo Cocido	Huevo de gallina	60,0	50
	Pan de leche	Pan De Leche	40,0	40
	Sandia	Patilla	232,0	145
NUEVES	Aspic de Melón	Gelatina Sabor	10,0	10
		Melón	120,0	80
ALMUERZO	Crema De Ahuyama	Ahuyama	43,9	32,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	40,0	40
		Papa Común	49,5	45
	Goulash De Res	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Cabezona Blanca	5,0	4,5
		Goulash De Res	120,0	120
		Habichuela	19,8	18
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
		Aceite vegetal	5,0	5
	Arroz de fideos	Arroz	15,0	15
		Pasta fideos	2,0	2
	Maduro al Horno	Plátano Maduro	118,5	87,75
	Ensalada De Repollo Blanco Tomate Bro	Brocoli	19,2	12
		Repollo Blanco	22,8	17,5
		Tomate Chonto Pinton	24,0	20
		Zanahoria	19,6	17
	Jugo De Fresa	Pulpa De Fresa	50,0	50
ONCES	Jugo De Guayaba	Pulpa de Guayaba	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Pan Mojicon	Pan Mojicon	35,0	35
COMIDA	Caldo Hilado	Huevo de gallina	6,0	5
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Salchipapa	Papa Común	99,0	90
		Salchicha De Pollo	50,0	50
		Salsa De Tomate	5,0	5
	Manzana Verde	Manzana Verde	1,2	1
	Jugo De Tomate De Arbol	Pulpa De Tomate De Arbol	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **20**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa Con Leche	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Leche Entera	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Avena Con Leche	Avena Molida	30,0	30
		Azúcar Corriente	5,0	5
		Leche Entera	100,0	100
	Pan Salchicha	Pan Rollo	60,0	60
		Salchicha de Pollo	50,0	50
	Piña	Piña Común	119,6	82,5
NUEVES	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
ALMUERZO	Sopa De Cebada	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Apio Arracacha	14,4	12
		Arveja Verde Seca	8,0	8
		Cebada Perlada	20,0	20
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	25,0	25
		Papa Común	29,7	27
		Zanahoria	19,6	17
	Soufflé de pescado con Vegetales	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Filete de pescado	230,0	230
		Cebolla Cabezona Blanca	3,0	2,7
		Habichuela	29,7	27
		Papa Común	39,6	36
		Zanahoria	34,2	29,75
		Huevo de gallina	6,0	5
		Harina de trigo	10,0	10
	Arroz blanco	Arroz	15,0	15
	Yuca en s. cremosa Bechamel	Yuca	99,0	90
		Mayonesa	10,0	10
		Crema de leche	10,0	10
		Leche Entera	30,0	30
	Ensalada De Arveja Habichuela Zanahori	Arveja Verde Fresca	10,0	10
		Habichuela	29,7	27
		Maíz Tierno Desgranado	10,0	10
		Zanahoria	34,2	29,75
	Jugo De Piña	Pulpa De Piña	50,0	50
ONCES	Jugo de manzana	Pulpa de manzana	50,0	50
		Azúcar Corriente	10,0	10
	Galleta de Soda	Galleta Saltín	30,0	30
COMIDA	Caldo De Papa Celestino	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	3,2	2
		Papa Amarilla (Criolla)	50,0	50
		Papa Común	79,2	72
		Pechuga	10,0	10
		Perejil Liso	0,5	0,45
		Zanahoria	24,4	21,25
	Crepe De Pollo Y Vagetales	Harina De Trigo	10,0	10
		Huevo De Gallina	0,2	0,2
		Pechuga	45,0	45
		Queso Tajado	0,5	0,5
		Tomate Guiso	14,4	12
		Zanahoria	24,4	21,25
	Papa a la Francesa	Papa común	99,0	90
		Aceite vegetal	5,0	5
	Melón	Melón	112,5	75
	Jugo De Mango	Pulpa De Mango	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND
01483

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

ESTANDARIZACION MENU DIETA COMPLEMENTARIA 3 **MENU** **21**

Tiempo de comida	Nombre Preparación	Ingredientes	PB (Peso Bruto / mg-ml)-	PN (Peso Neto / mg-ml)-
DESAYUNO	Caldo De Papa	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cilantro	0,0	0
		Papa Común	79,2	72
		Tostado x 25 Gramos	0,2	0,2
	Chocolate Con Leche	Chocolate Tradicional	15,0	15
		Leche Entera	100,0	100
	Sandwich De Jamón Y Queso	Queso Tajado	25,0	25
		Pan Tajado	2,0	2
		Queso Tajado	25,0	25
	Pan De Avena x 40 Gramos	Pan De Avena	40,0	40
	Pan De Avena	Pan De Avena	35,0	35
	Naranja	Naranja Valenciana	182,0	130
NUEVES	Aspic de Mango Tommy	Gelatina Sabor	10,0	10
		Mango Tommy	152,3	101,5
ALMUERZO	Sopa de Arracacha	Ahuyama	26,3	19,5
		Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Arveja Verde Seca	10,0	10
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Papa Amarilla (Criolla)	30,0	30
		Papa Común	29,7	27
		Apio Arracacha	19,2	16
		Zanahoria	29,3	25,5
	Pechuga de Pollo en S. Mora	Pechuga	50,0	50
		Pulpa De Mora	60,0	60
	Puré De Papa	Perejil liso	1,1	1
		Papa Común	99,0	90
	Espaguetti	Tomate guiso	14,4	12
		Pimentón rojo	11,5	10
		Cebolla Cabezona Blanca	8,8	8
		Cebolla larga	12,8	8
		Ajo En Pepa	1,7	1,5
		Apio en rama	4,5	3
		Laurel	1,0	1
	Papa Dorada Artesanal	Papa Común	108,9	99
		Aceite vegetal	5,0	5
	Chop suey	Zanahoria	28,8	25
		Calabacín Amarillo	27,5	25
		Habichuela	27,5	25
	Jugo tropical	Pulpa De Mango	50,0	50
ONCES	Jugo de Pera	Pulpa de tomate de arbol	50,0	50
		Azúcar corriente	10,0	10
	Pan Cascara	Pan Cascarita	35,0	35
COMIDA	Caldo De Carne	Ajo En Pepa	1,1	0,95
		Cebolla Larga	1,3	0,8
		Cogote De Res	20,0	20
		Papa Común	79,2	72
	Arepa Rellena De Pollo en Goulash	Cebolla Cabezona Blanca	9,9	9
		Harina De Maíz	30,0	30
		Margarina	3,0	3
		Pechuga	120,0	120
		Tomate Guiso	14,4	12
	Papaya	Papaya Madura	132,0	101,5
	Jugo Tropical	Pulpa Tropical	50,0	50

ND ALEXANDER CASTRO MND 01483

Mediterránea FACILITY MANAGEMENT S.A.S

MEDITERRANEA FACILITY MANAGEMENT SAS

CONTENIDO DE ENERGIA Y NUTRIENTES PROPORCIONADO POR EQUIVALENTE DE ALIMENTO

DIETA COMPLEMENTO 3 (C3)

GRUPO DE ALIMENTOS	Nº interc	Energia	PROT	GRASA	CHO	Ca	P	Fe	Na	K	Mg	Zn	Cu	Mn	Se	VIT.E.	VIT K	VIT D	VIT A	VIT A	B1	RB	NIA	A. PANT.	B6	A.FOL.	B12	VITC.
		Kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	UI	ER	mcg	UI	UI	ER	mg	mg	mg	mg	mg	mcg	mcg	mg
LECHE	0,8	88	5,6	2,7	10,4	213,8	163,4	0,2	81,6	2,7	19,6	0,7	0,0	0,0	1,9	0,1	0,9	22,9	210,8	56,7	0,1	0,3	0,2	0,6	0,1	7,4	0,5	1,7
ALIMENTO PROTEICO	1	75	6,2	4,6	0,9	134,0	105,5	0,5	72,1	4,6	3,6	1,6	1,5	0,0	3,4	52,6	2,5	3,0	195,5	47,0	0,0	0,2	0,1	0,5	0,0	5,7	0,2	-
CARNES	1	150	14,4	6,9	0,5	8,7	147,2	3,5	54,0	6,9	15,0	7,2	0,2	0,0	16,1	0,1	2,7	1,6	1.806,3	539,3	0,2	0,4	4,6	7,3	0,3	47,3	5,1	4,7
PESCADOS	0,14	32	5,5	0,8	0,4	11,3	68,8	1,0	23,3	0,8	8,9	3,5	0,3	0,1	8,8	0,2	0,3	11,7	67,9	20,4	0,0	0,0	1,0	0,2	0,1	3,5	3,0	1,1
PRODUCTOS CARNICOS DE RES Y CERDO	0,14	18	1,1	1,4	0,1	2,5	8,2	0,4	53,9	1,4	0,6	0,1	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,5	0,6	0,2	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,1	0,0	0,2
LEGUMINOSAS FRESCAS	0,14	3	0,2	0,0	0,5	1,7	4,2	0,1	3,5	0,0	1,3	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,2	-	17,3	1,7	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	2,8	-	0,8
LEGUMINOSAS SECAS	0,32	44	3,0	0,3	7,5	15,8	55,8	0,9	1,8	0,3	22,2	0,4	0,2	0,2	1,1	0,0	7,6	-	4,8	0,5	0,1	0,2	0,3	0,2	0,1	58,8	-	0,3
HORTALIZAS Y VERDURAS	2	26	1,7	0,3	6,2	40,7	40,6	0,9	36,8	0,3	17,7	0,6	0,1	0,2	0,9	0,6	18,7	1,5	1.386,8	138,5	0,1	0,1	0,6	0,2	0,1	43,4	-	28,5
FRUTAS	4	120	2,1	0,6	30,8	42,7	47,6	1,2	3,7	0,6	17,8	0,2	0,1	0,2	0,7	0,6	1,0	-	1.172,4	117,2	0,1	0,1	1,6	0,9	0,2	20,0	-	109,2
CEREALES,HARINAS Y PRODUCTOS ELABORADOS	2,8	302	8,8	4,7	59,3	62,5	214,9	4,1	219,3	4,7	61,4	1,9	0,2	1,3	11,9	0,6	3,1	6,8	428,5	124,2	0,4	0,3	4,5	0,4	0,4	75,9	0,1	5,3
RAICES,TUBERCULOS Y PLATANOS	2	182	2,7	0,7	43,0	16,0	68,2	1,2	9,5	0,7	12,8	0,1	0,1	0,1	1,2	0,1	0,4	-	1.238,3	30,0	0,1	0,1	2,0	0,2	0,1	8,7	-	27,5
GRASAS Y ACEITES	2	90	0,7	9,4	0,7	2,8	10,8	0,1	32,9	9,4	4,4	0,1	0,0	0,0	0,3	166,2	1,4	1,0	117,4	30,3	-	-	0,3	0,1	0,0	3,5	-	-
EDULCORANTES	2	160	0,1	0,1	40,2	17,5	8,8	0,6	3,1	0,1	0,3	0,0	0,0	-	0,3	-	-	-	-	-	-	0,0	0,1	0,0	-	0,3	-	-
HIERBAS,CONDIMENTOS Y ESPECIAS	0,2	0	0,0	0,0	0,1	1,3	0,4	0,0	2,5	0,0	0,4	0,0	-	0,0	-	-	-	-	18,5	1,9	-	-	0,0	-	-	0,1	-	0,2
TOTAL		**1.290**	**52,0**	**32,5**	**200,6**	**571,2**	**944,5**	**14,6**	**597,9**	**32,5**	**186,1**	**16,4**	**2,7**	**2,2**	**47,0**	**221,0**	**38,8**	**49,0**	**6.665,2**	**1.107,8**	**1,2**	**1,8**	**15,5**	**10,6**	**1,2**	**277,6**	**8,9**	**179,5**
% de adecuacion		**99%**	**100%**	**97%**	**101%**																							

ND. Alexander Castro
MND 01483

Nutriente	Perfil Calorico Obtenido				Perfil Calorico Esperado			
	Kcal	g	Kcal	%	Kcal	g	Kcal	%
PROT	1290	52,03	208	16,1	1303	52,1	208	16
GRASA		32,46	292	22,6		33,3	300	23
CHO		200,63	803	62,2		198,7	795	61