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

**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES**

**SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PRO**

**FORMATO DERIVACIÓN DE**

**convenio de asociación o contrato : 7462** | **Nombre de la unidad operativa: GRATITUD** | **TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: Hipoglucida**

| SEMANA 1 | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **PATRÓN/DÍAS** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| | **DESAYUNO** | | | | | | |
| **LACTEO** | CAFE CON LECHE SIN AZUCAR | COLADA DE AVENA DEIN AZUCAR | TE EN LECHE | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO SIN AZUCAR | CHOCOLATE EN LECHE SIN AZUCAR | COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA SIN AZUCAR | AGUA DE PANELA CON LECHE |
| **PROTEINA** | CALDO CON CARNE | HUEVOS PERICOS | CALDO CON PECHUGA | HUEVOS REVUELTOS | QUESO DOBLE CREMA | CALDO CON HUEVO | TAMAL |
| **CEREAL/ TUBERCULO** | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL | AREPA | PAN TAJADO INTEGRAL | TOSTADA INTEGRALES | AREPUELAS | PAN INTEGRAL |
| **FRUTA** | GRANADILLA | PAPAYA PICADA | COMPOTA DE MANZANA CON CANELA | BANANO | PATILLA PICADA | EN LA COLADA | MANDARINA |
| | **NUEVES** | | | | | | |
| **LACTEO** | EN LA ENSALADA | BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS | SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR | SORBETE DE MORA SIN AZUCAR | LECHE CALIENTE | CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR | PICADO DE MANGO Y PAPAYA |
| **CEREAL** | GALLETAS INTEGRALES | | MOGOLLA INTEGRAL | GALLETA INTEGRAL | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL | |
| **FRUTA** | ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO | EN EL BATIDO | EN EL SORBETE | EN EL SORBETE | GRANADILLA | PICADO DE PIÑA Y BANANO | |
| | **ALMUERZO** | | | | | | |
| **PROTEINA** | 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 CON ESPINACA (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON AJONJOLÍ (1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PIMENTON(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL CILANTRO(1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO(1/2 PORCIÓN) | PASTA EN SALSA ROJA (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN) |
| **VERDURA O ENSALADA** | POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA | VERDURA ORIENTAL | ENSALADA CAMPESINA | CUBOS GUISADOS | TORTILLA DE ACELGA | ENSALADA ROJAS CON LIMON Y CILANTRO | ENSALADA PICO DE GALLO |
| **TUBERCULO O PLATANO** | PAPA EN SALSA CRIOLLA (1/2 PORCIÓN) | PAPA DORADA (1/2 PORCIÓN) | PAPA CRIOLLA GUISADA (1/2 PORCIÓN) | CHIPS DE ARRACACHA (1/2 PORCIÓN) | PLÁTANO MADURO COCIDO (1/2 PORCIÓN) | PAPA CHUPE (1/2 PORCIÓN) | PURE DE PAPA CRIOLLA (1/2 PORCIÓN) |
| **SOPA O CREMA** | SOPA DE CEBADA PERLADA | CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES | SOPA DE CONCHITAS | SOPA DE VERDURAS | SOPA DE PAJARILLA | SOPA DE PATACÓN | SOPA DE AVENA |
| **BEBIDA DE FRUTA** | LIMONADA CON AZÚCAR | JUGO DE MANGO SIN AZÚCAR | JUGO DE PIÑA SIN AZÚCAR | JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR | JUGO DE GUAYABA SIN AZÚCAR | JUGO TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR | JUGO DE MORA SIN AZÚCAR |
| | **ONCES** | | | | | | |
| **LACTEO** | COLADA DE FÉCULA MAÍZ CON GUAYABA | CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR | CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR | PETO DE MAIZ SIN AZÚCAR | COLADA DE AVENA CON BANANO SIN AZÚCAR | EN LA FRUTA | SORBETE DE MANGO SIN AZÚCAR |
| **CEREAL** | PAN INTEGRAL | AREPA | MOGOLLA INTEGRAL | | PAN INTEGRAL | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL |
| **FRUTA** | EN LA COLADA | MANDARINA | MANGO PICADO | UVAS | EN LA COLADA | FRUTA PICADA CON QUESO | EN EL SORBETE |
| | **CENA** | | | | | | |
| **PROTEINA** | 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 |
| **CEREAL O TUBERCULO** | ARROZ AL PEREJIL | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ BLANCO | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROA PAJARITO | PURE DE PAPA | PLATANO MADURO CON QUESO (1/2 PORCIÓN) |
| **VERDURA O ENSALADA** | EN LA SOPA | CALABAZA Y MAIZ GUISADOS | EN LA SOPA | VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTÓN) | EN LA SOPA | TORTILLA DE VERDAD | EN LA SOPA |
| **SOPA O CREMA** | 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 SIN AZÚCAR | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZÚCAR | LECHE CALIENTE | TE EN LECHE | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA SIN AZÚCAR | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZÚCAR | LECHE CALIENTE CON CANELA |

| SEMANA 2 | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **PATRÓN/DÍAS** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** |
| | **DESAYUNO** | | | | | | |
| **LACTEO** | COLADA DE AVENA SIN AZÚCAR | COLADA DE FECULA DE MAÍZ CON GUAYABA SIN AZÚCAR | COLADA DE HARINA DE PLATANO SIN AZÚCAR | TE EN LECHE | AGUA DE PANELA | CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR | CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR |
| **PROTEINA** | CALDO CON PECHUGA | HUEVO EN TORTILLA | QUESO CAMPESINO | EMPAREDADO DE QUESO | CHANGUA CON HUEVO | CALDO CON CARNE | TAMAL |
| **CEREAL/ TUBERCULO** | PAN INTEGRAL | ARROZ BLANCO | AREPA | | TOSTADA INTEGRAL | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL |
| **FRUTA** | GRANADILLA | EN LA COLADA | MANGO Y PIÑA PICADO | PAPAYA PICADA | COMPOTA DE PERA Y MORA | PATILLA PICADA | NARANJA |
| | **NUEVES** | | | | | | |
| **LACTEO** | HELADO | CUAJADA | BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS | SORBETE DE FEIJOA SIN AZÚCAR | EN LA ENSALADA | TE EN LECHE | UVAS |
| **CEREAL** | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL | | MOGOLLA INTEGRAL | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL | |
| **FRUTA** | FRESA PICADA | PICADO DE PAPAYA Y MELÓN | EN EL BATIDO | EN EL SORBETE | ENSLADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA | MANDARINA | |
| | **ALMUERZO** | | | | | | |
| **PROTEINA** | CARNE DE CERDO A LA NARANJA | CARNE DE RES MOLIDA GUISDA | 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 |
| **CEREAL** | ARROZ PAJARITO (1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PEREJIL (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON COCO (1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON FIDEOS (1/2 PORCIÓN) |
| **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 PLATANO** | PAPA CRIOLLA DORADA (1/2 PORCIÓN) | PLÁTANO MADURO COCIDO (1/2 PORCIÓN) | PAPA EN CHUPE (1/2 PORCIÓN) | PURE DE YUCA (1/2 PORCIÓN) | TORTA DE PLÁTANO No brindar | PAPA AL PEREJIL (1/2 PORCIÓN) | YUCA COCIDA (1/2 PORCIÓN) |
| **SOPA O CREMA** | SOPA DE GUINEO | CAZUELA DE FRIJOLES | 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 SIN AZÚCAR | LIMONADA CON PANELA | JUGO DE GUAYABA SIN AZÚCAR | JUGO DE MARACUYA SIN AZÚCAR | JUGO DE LULO SIN AZÚCAR | JUGO DE MORA SIN AZÚCAR | JUGO DE GUANABANA SIN AZÚCAR |
| | **ONCES** | | | | | | |
| **LACTEO** | YOGURT NATURAL DE PLÁTANO CON GUAYABA SIN AZÚCAR | FLAN SIN AZÚCAR | EN LA ENSALADA | ARROZ CON LECHE | COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO SIN AZÚCAR | CANDIL SIN AZÚCAR | COLADA DE FÉCULA DE MÁIZ CON MORA SIN AZÚCAR |
| **CEREAL** | PAN INTEGRAL | | GALLETA DE AVENA | | PAN INTEGRAL | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL |
| **FRUTA** | EN LA COLADA | PATILLA PICADA | ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT | 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 BBQ | TERNERA A LAS FINAS HIERBAS |
| **CEREAL O TUBERCULO** | VERDURAS SALTEADAS | EN LA SOPA | TORTILLA DE ACELGA | EN LA SOPA | ENSALADA CAMPESINA | EN LA SOPA | VERDURAS CHINAS(REPOLLO, CALABACIN, ZANAHORIA Y APIO) |
| **VERDURA O ENSALADA** | ARROZ AL CILANTRO | ARROZ CON ESPINACA | SPAGUETTI | ARROZ BLANCO | ARROZ ATOMATADO | ARROZ AL PIMENTON | ARROZ CON AJONJOLÍ |
| **SOPA O CREMA** | SIN SOPA | SOP DE FIDEOS | SIN SOPA | SANCOCHITO | SIN SOPA | SOPA DE MAZORCA | SIN SOPA |
| **BEBIDA CALIENTE** | TE EN LECHE | ARMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZÚCAR | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA SIN AZÚCAR | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA SIN AZÚCAR | LECHE CALIENTE | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVAS SIN AZÚCAR | LECHE CALIENTE |

S PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

TECCIÓN SOCIAL

E MENU

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

**año: 2021**

| SEMANA 3 | | | | | | | | SEMANA 4 | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **PATRÓN/DÍAS** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** | **21** | **PATRÓN/DÍAS** | **22** | **23** | **24** | **25** | **26** | **27** | **28** |
| **DESAYUNO** | | | | | | | | **DESAYUNO** | | | | | | | |
| **LACTEO** | COLADA DE AVENA | CHOCOLATE EN LECHE | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZÚCAR | AGUA DE PANELA | TE EN LECHE | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO SIN AZÚCAR | CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR | **LACTEO** | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZÚCAR | LECHE CALIENTE | CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA SIN AZÚCAR | CAFÉ CON LECHE AZÚCAR | COLADA DE AVENA AZÚCAR | AGUA DE PANELA EN LECHE |
| **PROTEINA** | HUEVOS PERICOS | CALDO CON PESCADO | | CHANGUA CON HUEVO | CALDO CON CARNE | HUEVOS REVUELTOS CON QUESO | TAMAL | **PROTEINA** | HUEVO COCIDO | CALDO CON PECHUGA | QUESO CAMPESINO | CALDO CON CARNE | CALDO CON PESCADO | HUEVO EN TORTILLA | TAMAL |
| **CEREAL/ TUBERCULO** | ARROZ BLANCO | AREPA | EMPAREDADO DE QUESO CON JAMÓN | TOSTADA INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL | **CEREAL/ TUBERCULO** | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL | AREPA | PAN INTEGRAL | PAN TAJADO INTEGRAL | AREPUELAS | PAN INTEGRAL |
| **FRUTA** | FRESA PICADA | PAPAYA PICADA | MANDARINA | BANANO | COMPOTA DE PERA CON CANELA | PATILLA PICADA | GRANADILLA | **FRUTA** | COMPOTA DE MANZANA CON CANELA | NARANJA | MANGO PICADO | EN LA COLADA | PAPAYA PICADA | MANDARINA | UVAS |
| **NUEVES** | | | | | | | | **NUEVES** | | | | | | | |
| **LACTEO** | HELADO(1/2 PORCIÓN) | SORBETE DE MARACUYÁ SIN AZÚCAR | BATIDO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS SIN AZÚCAR | EN LA FRUTA | CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR | LECHE CALIENTE | PAPAYA PICADA | **LACTEO** | CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR | SORBETE DE MORA SIN AZÚCAR | BATIDO DE BANANO CON AVENA EN HOJUELAS SIN AZÚCAR | LECHE CALIENTE CON CANELA | SORBETE DE CURUBA SIN AZÚCAR | KUMIS | PATILLA PICADA |
| **CEREAL** | PAN INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | | GALLETA DE AVENA | PAN INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | | **CEREAL** | PAN INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | | TORTILLA DE AVENA CON BANANO | GALLETAS INTEGRALES | GALLETAS INTEGRALES | |
| **FRUTA** | MANGO PICADO | EN EL SORBETE | EN EL BATIDO | ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT | UVAS | GRANADILLA | | **FRUTA** | PICADO DE PATILLA Y MELÓN | EN EL SORBETE | EN EL BATIDO | FRESA PICADA | EN EL SORBETE | GRANADILLA | |
| **ALMUERZO** | | | | | | | | **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 | **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 AL PEREJIL(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PIMENTON(1/2 PORCIÓN) | ARROZ ATOMATADO(1/2 PORCIÓN) | SPAGUETTI(1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON AJONJOLÍ(1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON ZANAHORIA(1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO(1/2 PORCIÓN) | **CEREAL** | ARROZ PAJARITO(1/2 PORCIÓN) | SPAGUETTI(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PEREJIL(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL CILANTRO(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PIMENTÓN(1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON AJONJOLÍ(1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO(1/2 PORCIÓN) |
| **VERDURA O ENSALADA** | ENSALADA CAMPESINA | EL GOULASH | VERDURA ORIENTAL | ENSALADA ROJA CON LIMPON Y CILANTRO | ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE | GUACAMOLE | COCIDO BOYACENSE | **VERDURA O ENSALADA** | POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA | ARVEJA, ZANAHORIA, MAÍZ Y MAYONESA | RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA | ENSALADA AGRIDULCE | VERDURAS SALTEADAS | TAJADA DE AGUACATE | ZANAHORIA RALLADA CON LIMÓN Y CILANTRO |
| **TUBERCULO O PLATANO** | PAPA COCIDA CON CASCARA (1/2 PORCIÓN) | PAPA CRIOLLA DORDA (1/2 PORCIÓN) | PATANO CON QUESO (1/2 PORCIÓN) | TAJADA DE PLÁTANO MADURO(1/2 | PAPA CRIOLLA GUISADA (1/2 PORCIÓN) | PAPAL VAPOR (1/2 PORCIÓN) | | **TUBERCULO O PLATANO** | PAPA CRIOLLA AL PEREJIL(1/2 PORCIÓN) | PAPA AL VAPOR( 1/2 PORCIÓN) | PLATANO MADURO COCIDO(1/2 PORCIÓN) | PURE DE PAPA(1/2 PORCIÓN) | PAPAS A LA FRANCESA(1/2 PORCIÓN) | CHIPS DE YUCA(1/2 PORCIÓN) | TAJADA DE PLÁTANO MADURO(1/2 |
| **SOPA O CREMA** | SOPA DE VERDURAS | SOPA DE CONCHITAS | SOPA DE AVENA | SOPA DE MENUDENCIAS | SANCOCHITO DE PESCADO | CAZUELA DE LENTEJAS | | **SOPA O CREMA** | SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO | SOPA DE VERDURAS | ARVEJA VERDE FRESA | SOPA DE AVENA | SOPA DE PATACÓN | SOPA DE CONCHITAS | AJIACO |
| **BEBIDA DE FRUTA** | NARANJADA SIN AZÚCAR | JUGO DE UVA SIN AZÚCAR | JUGO DE LULO SIN AZÚCAR | JUGO DE CURUBA SIN AZÚCAR | LIMONADA CON AZÚCAR | JUGO DE PIÑA SIN AZÚCAR | JUGO DE MORA SIN AZÚCAR | **BEBIDA DE FRUTA** | JUGO DE MANGO SIN AZÚCAR | JUGO DE PIÑA SIN AZÚCAR | JUGO DE GUAYABA SIN AZÚCAR | JUGO DE MARACUYA SIN AZÚCAR | JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR | JUGO DE MORA SIN AZÚCAR | LIMONADA DE PANELA |
| **ONCES** | | | | | | | | **ONCES** | | | | | | | |
| **LACTEO** | SORBETE DE CURUBA SIN AZÚCAR | AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO | PETO DE MAIZ SIN AZÚCAR | COLADA DE AVENA CON GUAYABA SIN AZÚCAR | SORBETE DE GUANABANA SIN AZÚCAR | SORBETE DE MANGO SIN AZÚCAR | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON FRESA SIN AZÚCAR | **LACTEO** | COLADA DE AVENA CON GUAYABA SIN AZÚCAR | COLADA DE HARINA PLÁTANO SIN AZÚCAR | ARROZ CON LECHE SIN AZÚCAR | FLAN | CANDIL SIN AZÚCAR | SORBETE DE CURUBA SIN AZÚCAR | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA SIN AZÚCAR |
| **CEREAL** | MOGOLLA INTEGRAL | PAN TAJADO INTEGRAL | | GALLETA INTEGRAL | GALLETA INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | PAN INTEGRAL | **CEREAL** | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL | | | PAN INTEGRAL | GALLETAS INTEGRALES | GALLETAS INTEGRALES |
| **FRUTA** | EN EL SORBETE | COMPOTA DE MANZANA Y BANANO | PATILLA PICADA | EN LA COLADA | EN EL SORBETE | EN EL SORBETE | EN LA COALDA | **FRUTA** | EN LA COLADA | MANDARINA | FRESA PICADA | PAPAYA PICADA | MELÓN PICADO | EN EL SORBETE | EN LA COLADA |
| **CENA** | | | | | | | | **CENA** | | | | | | | |
| **PROTEINA** | POLLO GUISADO | LENSGUA EN SALSA | CARNE DE RES PICADA | FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA | CARNE DE CERDO MECHADA | CARNE DE RES AL CILANTRO | PECHUGA GRATINADA | **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 |
| **CEREAL O TUBERCULO** | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROZ CON FIDEOS | RROZ BLANCO | ARROZ AL CILANTRO | ARROZ CON ESPINACA | SPAGUETTI | ARROZ AL PEREJIL | **CEREAL O TUBERCULO** | ARROZ AL PIMENTÓN | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ ATOMATADO | ARROZ BLANCO | SPAGUETTI | ARROZ CON ESPINACA |
| **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 | **VERDURA O ENSALADA** | TORTA DE AHUYAMA | EN LA SOPA | ENSALADA CAMPESINA | EN LA SOPA | CALABAZA GUISADA | EN LA SOPA | VERDURA CALIENTE |
| **SOPA O CREMA** | SOPA DE ARRACACHA | SIN SOPA | SOPA CARMELITA | SIN SOPA | SOPA DE PATACON | SIN SOPA | SOPA DE CUCHUCO DE MAÍZ | **SOPA O CREMA** | SIN SOPA | MAZAMORRA CHIQUITA | SIN SOPA | SOPA DE PASTA | SIN SOPA | SOPA DE CUCHUCCOO DE TRIGO | SIN SOPA |
| **BEBIDA CALIENTE** | LECHE CALIENTE | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA SIN AZÚCAR | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZÚCAR | LECHE CALIENTE CON CANELA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN SIN AZÚCAR | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA SIN | LECHE CALIENTE | **BEBIDA CALIENTE** | LECHE CALIENTE | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZÚCAR | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR | TE EN LECHE | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVAS SIN AZÚCAR | AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZÚCAR | LECHE CALIENTE |

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PRO

FORMATO DERIVACIÓN DE

**convenio de asociación o contrato : 7462** | **Nombre de la unidad operativa: GRATITUD** | **TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: SIN LACTOSA**

## SEMANA 1

| PATRÓN/DÍAS | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **DESAYUNO** | | | | | | | |
| LACTEO | CAFE CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE AVENACON LECHE DESLACTOSADA | TE EN LECHE CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON LECHE DESLACTOSADA | CHOCOLATE EN LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA CON LECHE DESLACTOSADA | AGUA DE PANELA CON LECHE DESLACTOSADA |
| PROTEINA | QUESO | HUEVOS PERICOS | CALDO DE PAPA CON PECHUGA | HUEVOS REVUELTOS | QUESO DOBLE CREMA | CALDO DE PAPA CON HUEVO | TAMAL |
| CEREAL/ TUBERCULO | PAN DE MAIZ | PAN HOJALDRADO | AREPA | PAN TAJADO INTEGRAL | TOSTADA | AREPUELAS | PAN ROLLO |
| FRUTA | GRANADILLA | PAPAYA PICADA | COMPOTA DE MANZANA CON CANELA | BANANO | PATILLA PICADA | EN LA COLADA | MANDARINA |
| **NUEVES** | | | | | | | |
| LACTEO | EN LA ENSALADA | BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL CON LECHE DESLACTOSADA | SORBETE DE GUANABANA CON LECHE DESLACTOSADA | SORBETE DE MORA CON LECHE DESLACTOSADA | LECHE CALIENTE CON LECHE DESLACTOSADA | CAFÉ CONCON LECHE DESLACTOSADA | PICADO DE MANGO Y PAPAYA |
| CEREAL | GALLETA WAFFER | | CRIOISSANT | PAN DE QUESO | TORTA NEGRA | MANTECADA | |
| FRUTA | ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO | EN EL BATIDO | EN EL SORBETE | EN EL SORBETE | GRANADILLA | PICADO DE PIÑA Y BANANO | |
| **ALMUERZO** | | | | | | | |
| PROTEINA | 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 CON ESPINACA | ARROZ CON AJONJOLÍ | ARROX AL PIMENTON | ARROA 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 | ENSALADA ROJAS CON LIMON Y CILANTRO | ENSALADA PICO DE GALLO |
| TUBERCULO O PLATANO | PAPA EN SALSA CRIOLLA | PAPA DORADA | PAPA CRIOLLA GUISADA | CHIPS DE ARRACACHA | PLÁTANO MADURO COCIDO | PAPA CHUPE | PURE DE PAPA CRIOLLA |
| SOPA O CREMA | SOPA DE CEBADA PERLADA | CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES | SOPA DE CONCHITAS | SOPA DE VERDURAS | SOPA DE PAJARILLA | SOPA DE PATACÓN | SOPA DE AVENA |
| BEBIDA DE FRUTA | LIMONADA CON AZÚCAR | JUGO DE MANGO | JUGO DE PIÑA | JUGO DE GUANABANA | JUGO DE GUAYABA | JUGO TOMATE DE ARBOL | JUGO DE MORA |
| **ONCES** | | | | | | | |
| LACTEO | COLADA DE FÉCULA MAIZ CON GUAYABA CON LECHE DESLACTOSADA | CHOCOLATE CON LECHE DESLACTOSADA | CAFÉ CON LECHE DESLACTOSADA | PETO DE MAIZ DULCE | COLADA DE AVENA CON BANANO CON LECHE DESLACTOSADA | EN LA FRUTA | SORBETE DE MANGO CON LECHE DESLACTOSADA |
| 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** | | | | | | | |
| PROTEINA | 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 |
| CEREAL O TUBERCULO | ARROZ AL PEREJIL | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ BLANCO | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROA PAJARITO | PURE DE PAPA | PLATANO MADURO CON QUESO Y BOCADILLO |
| VERDURA O ENSALADA | EN LA SOPA | CALABAZA Y MAIZ GUISADOS | EN LA SOPA | VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTÓN) | EN LA SOPA | TORTILLA DE VERDAD | EN LA SOPA |
| SOPA O CREMA | 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 CON LECHE DESLACTOSADA | TE EN LECHE CON LECHE DESLACTOSADA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA | LECHE CALIENTE CON CANELA CON LECHE DESLACTOSADA |

## SEMANA 2

| PATRÓN/DÍAS | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **DESAYUNO** | | | | | | | |
| LACTEO | COLADA DE AVENACON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE FECUAL DE MÁIZ CON GUAYABA CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE HARINA DE PLATANO CON LECHE DESLACTOSADA | TE EN LECHE CON LECHE DESLACTOSADA | AGUA DE PANELA | CAFÉ CON LECHE DESLACTOSADA | CHOCOLATE CON LECHE DESLACTOSADA |
| PROTEINA | CALDO DE PAPA CON PECHUGA | HUEVO EN TORTILLA | QUESO CAMPESINO | EMPAREDADO DE QUESO | CHANGUA CON HUEVO CON LECHE DESLACTOSADA | 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 | PAPAYA PICADA | COMPOTA DE PERA Y MORA | PATILLA PICADA | NARANJA |
| **NUEVES** | | | | | | | |
| LACTEO | HELADO | CUAJADA | BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS CON LECHE DESLACTOSADA | SORBETE DE FEIJOA CON LECHE DESLACTOSADA | EN LA ENSALADA | TE EN LECHE CON LECHE DESLACTOSADA | UVAS |
| CEREAL | GALLETAS DE LECHE | PAN DE COCO | | MANTECADA | GALLETA CRACKER SABORIZADA | PAN DE MAIZ | |
| FRUTA | FRESA PICADA | PICADO DE PAPAYA Y MELÓN | EN EL BATIDO | EN EL SORBETE | ENSLADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA | MANDARINA | |
| **ALMUERZO** | | | | | | | |
| PROTEINA | CARNE DE CERDO A LA NARANJA | CARNE DE RES MOLIDA GUISDA | 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 |
| 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 PLATANO | PAPA CRIOLLA DORADA | PLÁTANO MADURO COCIDO | PAPA EN CHUPE | PURE D EYUCA | TORTA DE PLÁTANO | PAPA AL PEREJIL | YUCA COCIDA |
| SOPA O CREMA | SOPA DE GUINEO | CAZUELA DE FRIOJOLES | 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 GUAYABA | JUGO DE MARACUYA | JUGO DE LULO | JUGO DE MORA | JUGO DE GUANABANA |
| **ONCES** | | | | | | | |
| LACTEO | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON GUAYABA | FLAN CON LECHE DESLACTOSADA | EN LA ENSALADA | ARROZ CON LECHE CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO CON LECHE DESLACTOSADA | CANDIL CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE FÉCULA DE MÁIZ CON MORA CON LECHE DESLACTOSADA |
| 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 | 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 BBQ | TERNERA A LAS FINAS HIERBAS |
| CEREAL O TUBERCULO | VERDURAS SALTEADAS | EN LA SOPA | TORTILLA DE ACELGA | EN LA SOPA | ENSALADA CAMPESINA | EN LA SOPA | VERDURAS CHINAS(REPOLLO, CALABACIN, ZANAHORIA Y ARVO) |
| VERDURA O ENSALADA | ARROZ AL CILANTRO | ARROZ CON ESPINACA | SPAGUETTI | ARROZ BLANCO | ARROZ ATOMATADO | ARROZ AL PIMENTON | ARROZ CON AJONJOLÍ |
| SOPA O CREMA | SIN SOPA | SOP DE FIDEOS | SIN SOPA | SANCOCHITO | SIN SOPA | SOPA DE MAZORCA | SIN SOPA |
| BEBIDA CALIENTE | TE EN LECHE CON LECHE DESLACTOSADA | ARMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA | AROMATICA DE HEIRBAS NATURALES CON MARACUYA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA | LECHE CALIENTE CON MIEL CON LECHE DESLACTOSADA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVAS | AGUA DE PANELA EN LECHE CON LECHE DESLACTOSADA |

| | |
|---|---|
| S PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL | Código: FOR-PSS-206 |
| TECCIÓN SOCIAL | Versión: 0 |
| | Fecha: Memo INT 2019026406 - 31/05/2019 |
| E MENU | Página: 1 de 1 |

**año: 2021**

| SEMANA 3 | | | | | | | | SEMANA 4 | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **PATRÓN/DÍAS** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** | **21** | **PATRÓN/DÍAS** | **22** | **23** | **24** | **25** | **26** | **27** | **28** |
| **DESAYUNO** | | | | | | | | **DESAYUNO** | | | | | | | |
| **LACTEO** | COLADA DE AVENA CON LECHE DESLACTOSADA | CHOCOLATE CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZCON LECHE DESLACTOSADA | AGUA DE PANELA | TE EN LECHE CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON LECHE DESLACTOSADA | CAFÉ CON LECHE DESLACTOSADA | **LACTEO** | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON LECHE DESLACTOSADA | LECHE CALIENTE CON LECHE DESLACTOSADA | CHOCOLATECON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA CON LECHE DESLACTOSADA | CAFÉ CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE AVENA CON LECHE DESLACTOSADA | AGUA DE PANELA CON LECHE DESLACTOSADA |
| **PROTEINA** | HUEVOS PERICOS | CALDO DE PAPA CON PESCADO | | CHANGUA CON HUEVO CON LECHE DESLACTOSADA | CALDO DE PAPA CON CARNE | HUEVOS REVUELTOS CON QUESO | TAMAL | **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** | ARROZ BLANCO | AREPA | EMPAREDADO DE QUESO CON JAMÓN | TOSTADA | MOGOLLA | PAN DE MAIZ | PAN ROLLO | **CEREAL/ TUBERCULO** | CROISSANT | ALMOJABANA | AREPA | PAN DE MAIZ | PAN TAJADO INTEGRAL | AREPUELAS | PAN BLANDO |
| **FRUTA** | FRESA PICADA | PAPAYA PICADA | MANDARINA | BANANO | COMPOTA DE PERA CON CANELA | PATILLA PICADA | GRANADILLA | **FRUTA** | COMPOTA DE MANZANA CON CANELA | NARANJA | MANGO PICADO | EN LA COLADA | PAPAYA PICADA | MANDARINA | UVAS |
| **NUEVES** | | | | | | | | **NUEVES** | | | | | | | |
| **LACTEO** | HELADO | SORBETE DE MARACUYÁ CON LECHE DESLACTOSADA | BATIDO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL CON LECHE DESLACTOSADA | EN LA FRUTA | CAFÉ CON LECHE DESLACTOSADA | LECHE CALIENTE CON LECHE DESLACTOSADA | PAPAYA PICADA | **LACTEO** | CHOCOLATE CON LECHE DESLACTOSADA | SORBETE DE MORA CON LECHE DESLACTOSADA | BATIDO DE BANANO CON AVENA EN HOJUELAS CON LECHE DESLACTOSADA | LECHE CALIENTE CON CANELA CON LECHE DESLACTOSADA | SORBETE DE CURUBA CON LECHE DESLACTOSADA | KUMIS | PATILLA PICADA |
| **CEREAL** | MANTECADA | PAN DE MAIZ | | GALLETA DE AVENA | ALMOJABANA | MOGOLLA INTEGRAL | | **CEREAL** | PONQUE TAJADO | PAN COCO | | TORTILLA DE AVENA CON BANANO | ROSCON | GALLETAS CRACKER SABORIZADA | |
| **FRUTA** | MANGO PICADO | EN EL SORBETE | EN EL BATIDO | ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT | UVAS | GRANADILLA | | **FRUTA** | PICADO DE PATILLA Y MELÓN | EN EL SORBETE | EN EL BATIDO | FRESA PICADA | EN EL SORBETE | GRANADILLA | |
| **ALMUERZO** | | | | | | | | **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 | **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 AL PEREJIL | RROZ AL PIMENTON | ARROZ ATOMATADO | SPAGUETTI | ARROZ CON AJONJOLÍ | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROZ BLANCO | **CEREAL** | ARROZ PAJARITO | SPAGUETTI | ARROZ AL PEREJIL | ARROZ AL CILANTRO | ARROZ AL PIMENTÓN | ARROZ CON AJONJOLÍ | ARROZ BLANCO |
| **VERDURA O ENSALADA** | ENSALADA CAMPESINA | EL GOULASH | VERDURA ORIENTAL | ENSALADA ROJA CON LIMPON Y CILANTRO | ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE | GUACAMOLE | COCIDO BOYACENSE | **VERDURA O ENSALADA** | POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA | ARVEJA, ZANAHORIA, MAÍZ Y MAYONESA | RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA | ENSALADA AGRIDULCE | VERDURAS SALTEADAS | TAJADA DE AGUACATE | ZANAHORIA RALLADA CON LIMÓN Y CILANTRO |
| **TUBERCULO O PLATANO** | PAPA COCIDA CON CASCARA | PAPA CRIOLLA DORDA | PATACÓN CON QUESO Y BOCADILLO | TAJADA DE PLÁTANO MADURO | PAPA CRIOLLA GUISADA | PAP AL VAPOR | | **TUBERCULO O PLATANO** | PAPA CRIOLLA AL PEREJIL | PAPA AL VAPOR | PLÁTANO MADURO COCIDO | PURE DE PAPA | PAPAS A LA FRANCESA | CHIPS DE YUCA | TAJADA DE PLÁTANO MADURO |
| **SOPA O CREMA** | SOPA DE VERDURAS | SOPA DE CONCHITAS | SOPA DE AVENA | SOPA DE MENUDENCIAS | SANCOCHITO DE PESCADO | CAZUELA DE LENTEJAS | | **SOPA O CREMA** | SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO | SOPA DE VERDURAS | CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA | SOPA DE AVENA | SOPA DE PATACÓN | SOPA DE CONCHITAS | AJIACO |
| **BEBIDA DE FRUTA** | NARANJADA | JUGO DE UVA | JUGO DE LULO | JUGO DE CURUBA | LIMONADA CON AZPUCAR | JUGO DE PIÑA | JUGO DE MORA | **BEBIDA DE FRUTA** | JUGO DE MANGO | JUGO DE PIÑA | JUGO DE GUAYABA | JUGO DE MARACUYA | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | JUGO DE MORA | LIMONADA DE PANELA |
| **ONCES** | | | | | | | | **ONCES** | | | | | | | |
| **LACTEO** | SORBETE DE CURUBA CON LECHE DESLACTOSADA | AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO | PETO DE MAIZ DULCE | COLADA DE AVENA CON GUAYABA CON LECHE DESLACTOSADA | SORBETE DE GUANABANA CON LECHE DESLACTOSADA | SORBETE DE MANGO CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON FRESA CON LECHE DESLACTOSADA | **LACTEO** | COLADA DE AVENA CON GUAYABA CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE HARINA PLÁTANO CON LECHE DESLACTOSADA | ARROZ CON LECHE CON LECHE DESLACTOSADA | FLAN | CANDIL CON LECHE DESLACTOSADA | SORBETE DE CURUBA CON LECHE DESLACTOSADA | COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON MORA CON LECHE DESLACTOSADA |
| **CEREAL** | CROISSANT | PAN TAJADO INTEGRAL | | TORTA DE BANANO | MANTECADA | ROSCON | PAN D EMÁIZ | **CEREAL** | GALLETA CRACKER SABORIZADA | PAN ROLLO | | | MAIZ PIRA | TORTA NEGRA | TORTA DE NARANJA |
| **FRUTA** | EN EL SORBETE | COMPOTA DE MANZANA Y BANANO | PATILLA PICADA | EN LA COLADA | EN EL SORBETE | EN EL SORBETE | EN LA COALDA | **FRUTA** | EN LA COLADA | MANDARINA | FRESA PICADA | PAPAYA PICADA | MELÓN PICADO | EN EL SORBETE | EN LA COLADA |
| **CENA** | | | | | | | | **CENA** | | | | | | | |
| **PROTEINA** | POLLO GUISADO | LENSGUA EN SALSA | CARNE DE RES PICADA | FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA | CARNE DE CERDO MECHADA | CARNE DE RES AL CILANTRO | PECHUGA GRATINADA | **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 |
| **CEREAL O TUBERCULO** | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROZ CON FIDEOS | RROZ BLANCO | ARROZ AL CILANTRO | ARROZ CON ESPINACA | SPAGUETTI | ARROZ AL PEREJIL | **CEREAL O TUBERCULO** | ARROZ AL PIMENTÓN | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ ATOMATADO | ARROZ BLANCO | SPAGUETTI | ARROZ CON ESPINACA |
| **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 | **VERDURA O ENSALADA** | TORTA DE AHUYAMA | EN LA SOPA | ENSALADA CAMPESINA | EN LA SOPA | CALABAZA GUISADA | EN LA SOPA | VERDURA CALIENTE |
| **SOPA O CREMA** | SOPA DE ARRACACHA | SIN SOPA | SOPA CARMELITA | SIN SOPA | SOPA DE PATACON | SIN SOPA | SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ | **SOPA O CREMA** | SIN SOPA | MAZAMORRA CHIQUITA | SIN SOPA | SOPA DE PASTA | SIN SOPA | SOPA DE CUCHUCOO DE TRIGO | SIN SOPA |
| **BEBIDA CALIENTE** | LECHE CALIENTE CON MIEL | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA | LECHE CALIENTE CON CANELA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA | AGUA DE PANELA EN LECHE | **BEBIDA CALIENTE** | LECHE CALIENTE CON LECHE DESLACTOSADA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL | TE EN LECHE CON LECHE DESLACTOSADA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVAS | AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON LULO | LECHE CALIENTE CON MIEL CON LECHE DESLACTOSADA |

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PRO

FORMATO DERIVACIÓN DE

| convenio de asociación o contrato : 7462 | Nombre de la unidad operativa: GRATITUD | TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: BLANDA |
|---|---|---|

| SEMANA 1 | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| PATRÓN/DÍAS | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| DESAYUNO | | | | | | | |
| LACTEO | CAFE CON LECHE | COLADA DE AVENA | TE EN LECHE | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO | CHOCOLATE EN LECHE | COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA | AGUA DE PANELA CON LECHE |
| PROTEINA | CALDO CON CARNE | HUEVOS PERICOS | CALDO CON PECHUGA | HUEVOS REVUELTOS | QUESO DOBLE CREMA | CALDO CON HUEVO | TAMAL |
| CEREAL/ TUBERCULO | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL | AREPA BLANDA | PAN TAJADO INTEGRAL | TOSTADA INTEGRALES | AREPUELAS | PAN INTEGRAL |
| FRUTA | GRANADILLA | PAPAYA PICADA | COMPOTA DE MANZANA CON CANELA | BANANO | PATILLA PICADA | EN LA COLADA | MANDARINA |
| NUEVES | | | | | | | |
| LACTEO | EN LA ENSALADA | BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS | SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR | SORBETE DE MORA SIN AZUCAR | LECHE CALIENTE | CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR | PICADO DE MANGO Y PAPAYA |
| CEREAL | GALLETAS INTEGRALES | | MOGOLLA INTEGRAL | GALLETA INTEGRAL | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL | |
| FRUTA | ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO | EN EL BATIDO | EN EL SORBETE | EN EL SORBETE | GRANADILLA | PICADO DE PIÑA Y BANANO | |
| ALMUERZO | | | | | | | |
| PROTEINA | CARNE DE RES GUISADA PICADA | CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL PICADA | FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA | POLLO EN SALSA BBQ | CARNE DE RES EN BISTECK ICADA | CARNE DE CERDO MECHADA PICADA | PECHUGA EN SALSA CRIOLLA |
| CEREAL | ARROZ CON ESPINACA (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON AJONJOLÍ (1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PIMENTON(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL CILANTRO(1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO(1/2 PORCIÓN) | PASTA EN SALSA ROJA (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN) |
| VERDURA O ENSALADA | POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA | VERDURA ORIENTAL | ENSALADA CAMPESINA | CUBIOS GUISADOS PICADOS | TORTILLA DE ACELGA | ENSALADA ROJAS CON LIMON Y CILANTRO | ENSALADA PICO DE GALLO |
| TUBERCULO O PLATANO | PAPA EN SALSA CRIOLLA PURE | PAPA DORADA PURE | PAPA CRIOLLA GUISADA PURE | CHIPS DE ARRACACHA (1/2 PORCIÓN) | PLÁTANO MADURO COCIDO MACERADO | PAPA CHUPE PURE | PURE DE PAPA CRIOLLA |
| SOPA O CREMA | SOPA DE CEBADA PERLADA | CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES | SOPA DE CONCHITAS | SOPA DE VERDURAS | SOPA DE PAJARILLA | SOPA DE PATACÓN | SOPA DE AVENA |
| BEBIDA DE FRUTA | LIMONADA CON AZÚCAR | JUGO DE MANGO | JUGO DE PIÑA | JUGO DE GUANABANA | JUGO DE GUAYABA | JUGO TOMATE DE ARBOL | JUGO DE MORA |
| ONCES | | | | | | | |
| LACTEO | COLADA DE FÉCULA MAÍZ CON GUAYABA | CHOCOLATE EN LECHE | CAFÉ CON LECHE | PETO DE MAIZ | COLADA DE AVENA CON BANANO | EN LA FRUTA | SORBETE DE MANGO |
| CEREAL | PAN INTEGRAL | AREPA BLANDA | MOGOLLA INTEGRAL | | PAN INTEGRAL | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL |
| FRUTA | EN LA COLADA | MANDARINA | MANGO PICADO | UVAS | EN LA COLADA | FRUTA PICADA CON QUESO | EN EL SORBETE |
| CENA | | | | | | | |
| PROTEINA | PECHUGA MECHADA | CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS DESMECHADA | POLLO DORADO | TERNERA GUISADA DESECHADA | GOULASH DE CARNE DE CERDO | FILETE DE PESCADO GUISADO | CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES PICADA |
| CEREAL O TUBERCULO | ARROZ AL PEREJIL | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ BLANCO | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROA PAJARITO | PURE DE PAPA | PLATANO MADURO CON QUESO (1/2 PORCIÓN) |
| VERDURA O ENSALADA | EN LA SOPA | CALABAZA Y MAIZ GUISADOS | EN LA SOPA | VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTÓN) | EN LA SOPA | TORTILLA DE VERDAD | EN LA SOPA |
| SOPA O CREMA | 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 | TE EN LECHE | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA | LECHE CALIENTE CON CANELA |

| SEMANA 2 | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| PATRÓN/DÍAS | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| DESAYUNO | | | | | | | |
| LACTEO | COLADA DE AVENA | COLADA DE FECUAL DE MÁIZ CON GUAYABA | COLADA DE HARINA DE PLATANO | TE EN LECHE | AGUA DE PANELA | CAFÉ CON LECHE | CHOCOLATE EN LECHE |
| PROTEINA | CALDO CON PECHUGA | HUEVO EN TORTILLA | QUESO CAMPESINO | EMPAREDADO DE QUESO NO TOSTADO | CHANGUA CON HUEVO | CALDO CON CARNE | TAMAL |
| CEREAL/ TUBERCULO | PAN INTEGRAL | ARROZ BLANCO | AREPA BLANDA | | TOSTADA INTEGRAL | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL |
| FRUTA | GRANADILLA | EN LA COLADA | MANGO Y PIÑA PICADO | PAPAYA PICADA | COMPOTA DE PERA Y MORA | PATILLA PICADA | NARANJA |
| NUEVES | | | | | | | |
| LACTEO | HELADO | CUAJADA | BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA EN HOJUELAS | SORBETE DE FEIJOA | EN LA ENSALADA | TE EN LECHE | UVAS |
| CEREAL | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL | | MOGOLLA INTEGRAL | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL | |
| FRUTA | FRESA PICADA | PICADO DE PAPAYA Y MELÓN | EN EL BATIDO | EN EL SORBETE | ENSLADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA | MANDARINA | |
| ALMUERZO | | | | | | | |
| PROTEINA | CARNE DE CERDO A LA NARANJA PICADA | CARNE DE RES MOLIDA GUISDA | CARNE DE CERDO CARAMELIZADO PICADA | POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES | FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS | SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA PICADA | CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA |
| CEREAL | ARROZ PAJARITO (1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PEREJIL (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON ZANAHORIA (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON COCO (1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO (1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON FIDEOS (1/2 PORCIÓN) |
| 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 PLATANO | PAPA CRIOLLA DORADA PURE | PLÁTANO MADURO COCIDO PICADO | PAPA EN CHUPE PURE | PURE DE YUCA | TORTA DE PLÁTANO | PAPA AL PEREJIL PURE | YUCA COCIDA PURE |
| SOPA O CREMA | SOPA DE GUINEO | CAZUELA DE FRIOJOLES | 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 GUAYABA | JUGO DE MARACUYA | JUGO DE LULO | JUGO DE MORA | JUGO DE GUANABANA |
| ONCES | | | | | | | |
| LACTEO | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON GUAYABA | FLAN | EN LA ENSALADA | ARROZ CON LECHE | COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO | CANDIL | COLADA DE FÉCULA DE MÁIZ CON MORA |
| CEREAL | PAN INTEGRAL | | GALLETA DE AVENA | | PAN INTEGRAL | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL |
| FRUTA | EN LA COLADA | PATILLA PICADA | ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT | 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 PICADA | CARNE DE RES PICADA | POLLO A LA JARDINERA | CARNE DE CERDO BBQ PICADA | TERNERA A LAS FINAS HIERBAS DESMECHADA |
| CEREAL O TUBERCULO | VERDURAS SALTEADAS | EN LA SOPA | TORTILLA DE ACELGA | EN LA SOPA | ENSALADA CAMPESINA | EN LA SOPA | VERDURAS CHINAS(REPOLLO, CALABACIN, ZANAHORIA Y APIO) |
| VERDURA O ENSALADA | ARROZ AL CILANTRO | ARROZ CON ESPINACA | SPAGUETTI | ARROZ BLANCO | ARROZ ATOMATADO | ARROZ AL PIMENTON | ARROZ CON AJONJOLÍ |
| SOPA O CREMA | SIN SOPA | SOP DE FIDEOS | SIN SOPA | SANCOCHITO | SIN SOPA | SOPA DE MAZORCA | SIN SOPA |
| BEBIDA CALIENTE | TE EN LECHE | ARMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA | LECHE CALIENTE | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVAS | LECHE CALIENTE |

| S PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL | Código: FOR-PSS-206 |
|---|---|
| TECCIÓN SOCIAL | Versión: 0 |
| | Fecha: Memo INT 2019026406 - 31/05/2019 |
| E MENU | Página: 1 de 1 |

**año: 2021**

| SEMANA 3 | | | | | | | | SEMANA 4 | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **PATRÓN/DÍAS** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** | **21** | **PATRÓN/DÍAS** | **22** | **23** | **24** | **25** | **26** | **27** | **28** |
| **DESAYUNO** | | | | | | | | **DESAYUNO** | | | | | | | |
| **LACTEO** | COLADA DE AVENA | CHOCOLATE EN LECHE | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ | AGUA DE PANELA | TE EN LECHE | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO | CAFÉ CON LECHE | **LACTEO** | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ | LECHE CALIENTE | CHOCOLATE EN LECHE | COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA | CAFÉ CON LECHE | COLADA DE AVENA | AGUA DE PANELA EN LECHE |
| **PROTEINA** | HUEVOS PERICOS | CALDO CON PESCADO | | CHANGUA CON HUEVO | CALDO CON CARNE | HUEVOS REVUELTOS CON QUESO | TAMAL | **PROTEINA** | HUEVO COCIDO | CALDO CON PECHUGA | QUESO CAMPESINO | CALDO CON CARNE | CALDO CON PESCADO | HUEVO EN TORTILLA | TAMAL |
| **CEREAL/ TUBERCULO** | ARROZ BLANCO | AREPA | EMPAREDADO DE QUESO CON JAMÓN | TOSTADA INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL | **CEREAL/ TUBERCULO** | PAN INTEGRAL | PAN INTEGRAL | AREPA | PAN INTEGRAL | PAN TAJADO INTEGRAL | AREPUELAS | PAN INTEGRAL |
| **FRUTA** | FRESA PICADA | PAPAYA PICADA | MANDARINA | BANANO | COMPOTA DE PERA CON CANELA | PATILLA PICADA | GRANADILLA | **FRUTA** | COMPOTA DE MANZANA CON CANELA | NARANJA | MANGO PICADO | EN LA COLADA | PAPAYA PICADA | MANDARINA | UVAS |
| **NUEVES** | | | | | | | | **NUEVES** | | | | | | | |
| **LACTEO** | HELADO | SORBETE DE MARACUYÁ | BATIDO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS | EN LA FRUTA | CAFÉ CON LECHE | LECHE CALIENTE | PAPAYA PICADA | **LACTEO** | CHOCOLATE EN LECHE | SORBETE DE MORA | BATIDO DE BANANO CON AVENA EN HOJUELAS | LECHE CALIENTE CON CANELA | SORBETE DE CURUBA | KUMIS | PATILLA PICADA |
| **CEREAL** | PAN INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | | GALLETA DE AVENA | PAN INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | | **CEREAL** | PAN INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | | TORTILLA DE AVENA CON BANANO | GALLETAS INTEGRALES | GALLETAS INTEGRALES | |
| **FRUTA** | MANGO PICADO | EN EL SORBETE | EN EL BATIDO | ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT | UVAS | GRANADILLA | | **FRUTA** | PICADO DE PATILLA Y MELÓN | EN EL SORBETE | EN EL BATIDO | FRESA PICADA | EN EL SORBETE | GRANADILLA | |
| **ALMUERZO** | | | | | | | | **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 MECHADA | CERDO Y RES EN EL COCIDO MECHADA | **PROTEINA** | CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS MECHADA | PECHUGA MECHADA | CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA MECHADA | FILETE DE PESCADO AL PIMENTÓN | CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI MECHADA | CARNE DE CERDO AL AJILLO MECHADA | POLLO GUISADO |
| **CEREAL** | ARROZ AL PEREJIL(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PIMENTON(1/2 PORCIÓN) | ARROZ ATOMATADO(1/2 PORCIÓN) | SPAGUETTI(1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON AJONJOLÍ(1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON ZANAHORIA(1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO(1/2 PORCIÓN) | **CEREAL** | ARROZ PAJARITO(1/2 PORCIÓN) | SPAGUETTI(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PEREJIL(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL CILANTRO(1/2 PORCIÓN) | ARROZ AL PIMENTÓN(1/2 PORCIÓN) | ARROZ CON AJONJOLÍ(1/2 PORCIÓN) | ARROZ BLANCO(1/2 PORCIÓN) |
| **VERDURA O ENSALADA** | ENSALADA CAMPESINA | EL GOULASH | VERDURA ORIENTAL | ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO | ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y VINAGRE | GUACAMOLE | COCIDO BOYACENSE | **VERDURA O ENSALADA** | POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA | ARVEJA, ZANAHORIA, MAÍZ Y MAYONESA | RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA | ENSALADA AGRIDULCE | VERDURAS SALTEADAS | TAJADA DE AGUACATE | ZANAHORIA RALLADA CON LIMÓN Y CILANTRO |
| **TUBERCULO O PLATANO** | PAPA COCIDA CON CASCARA PURE | PAPA CRIOLLA DORADA PICADA | PATANO CON QUESO Y BOCADILLO PICADO | TAJADA DE PLÁTANO MADURO | PAPA CRIOLLA GUISADA PURE | PAPAL VAPOR MACERADA | | **TUBERCULO O PLATANO** | PAPA CRIOLLA AL PEREJIL MACERADA | PAPA AL VAPOR PURE | PLÁTANO MADURO COCIDO PICADO | PURE DE PAPA | PAPAS A LA FRANCESA | CHIPS DE YUCA PURE | TAJADA DE PLÁTANO MADURO |
| **SOPA O CREMA** | SOPA DE VERDURAS | SOPA DE CONCHITAS | SOPA DE AVENA | SOPA DE MENUDENCIAS | SANCOCHITO DE PESCADO | CAZUELA DE LENTEJAS | | **SOPA O CREMA** | SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO | SOPA DE VERDURAS | CAZUELA DE ARVEJA VERDE FRESCA | SOPA DE AVENA | SOPA DE PATACÓN | SOPA DE CONCHITAS | AJIACO |
| **BEBIDA DE FRUTA** | NARANJADA | JUGO DE UVA | JUGO DE LULO | JUGO DE CURUBA | LIMONADA CON AZÚCAR | JUGO DE PIÑA | JUGO DE MORA | **BEBIDA DE FRUTA** | JUGO DE MANGO | JUGO DE PIÑA | JUGO DE GUAYABA | JUGO DE MARACUYA | JUGO DE TOMATE DE ARBOL | JUGO DE MORA | LIMONADA DE PANELA |
| **ONCES** | | | | | | | | **ONCES** | | | | | | | |
| **LACTEO** | SORBETE DE CURUBA | AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO | PETO DE MAIZ LICUADO | COLADA DE AVENA CON GUAYABA | SORBETE DE GUANABANA | SORBETE DE MANGO | COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON FRESA | **LACTEO** | COLADA DE AVENA CON GUAYABA | COLADA DE HARINA PLÁTANO | ARROZ CON LECHE | FLAN | CANDIL | SORBETE DE CURUBA | COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON MORA |
| **CEREAL** | MOGOLLA INTEGRAL | PAN TAJADO INTEGRAL | | GALLETA INTEGRAL | GALLETA INTEGRAL | MOGOLLA INTEGRAL | PAN INTEGRAL | **CEREAL** | GALLETAS INTEGRALES | PAN INTEGRAL | | | PAN INTEGRAL | GALLETAS INTEGRALES | GALLETAS INTEGRALES |
| **FRUTA** | EN EL SORBETE | COMPOTA DE MANZANA Y BANANO | PATILLA PICADA | EN LA COLADA | EN EL SORBETE | EN EL SORBETE | EN LA COALDA | **FRUTA** | EN LA COLADA | MANDARINA | FRESA PICADA | PAPAYA PICADA | MELÓN PICADO | EN EL SORBETE | EN LA COLADA |
| **CENA** | | | | | | | | **CENA** | | | | | | | |
| **PROTEINA** | POLLO GUISADO | LENSGUA EN SALSA DESMECHADA | CARNE DE RES PICADA | FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA | CARNE DE CERDO MECHADA | CARNE DE RES AL CILANTRO MECHADA | PECHUGA GRATINADA | **PROTEINA** | CARNE DE CERDO GUISADA MECHADA | CARNE DE RES AL PIMENTÓN MECHADA | CARNE DE RES MECHADA BBQ | PECHUGA MECHADA | POLLO MECHADO | CARNE DE RES AL CILANTRO LECHADO | FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA |
| **CEREAL O TUBERCULO** | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROZ CON FIDEOS | RROZ BLANCO | ARROZ AL CILANTRO | ARROZ CON ESPINACA | SPAGUETTI | ARROZ AL PEREJIL | **CEREAL O TUBERCULO** | ARROZ AL PIMENTÓN | ARROZ CON ZANAHORIA | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ ATOMATADO | ARROZ BLANCO | SPAGUETTI | ARROZ CON ESPINACA |
| **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 | **VERDURA O ENSALADA** | TORTA DE AHUYAMA | EN LA SOPA | ENSALADA CAMPESINA | EN LA SOPA | CALABAZA GUISADA | EN LA SOPA | VERDURA CALIENTE |
| **SOPA O CREMA** | SOPA DE ARRACACHA | SIN SOPA | SOPA CARMELITA | SIN SOPA | SOPA DE PATACON | SIN SOPA | SOPA DE CUCHUCO DE MAÍZ | **SOPA O CREMA** | SIN SOPA | MAZAMORRA CHIQUITA | SIN SOPA | SOPA DE PASTA | SIN SOPA | SOPA DE CUCHUCOO DE TRIGO | SIN SOPA |
| **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 LIMÓN | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA | LECHE CALIENTE | **BEBIDA CALIENTE** | LECHE CALIENTE | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL | TE EN LECHE | AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVAS | AROMATICAS DE HIERBAS NATURALES CON LULO | LECHE CALIENTE |