SECRETARIA DISTRITAL DE INTEGRACION SOCIAL
ELABORADO POR: SUBDIRECCIÓN DE NUTRICIÓN
CICLO DE MINUS
CENTROS DE PROTECCIÓN SOCIAL TERCERIZADOS

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

SERVICIO SOCIAL CENTROS DEPROTECCION SOCIAL

FORMATO DE MODIFICACIONES ALIMENTARIAS

Código: PSS-FO1-034	
Versión: 4	
Fecha: Vence:07-12-2023	30/05/2019
Página 1 de 1	

Convenio de asociación o contrato: 1182 — Nombre de la unidad operativa:CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH — MODIFICACION ALIMENTARIA: Hipocalorica - Hipoglucida — Año: 2021

CICLO DE MINUS CCC								CICLO DE MINUS CPS								CICLO DE MINUS CCC								CICLO DE MINUS CCC							
SEMANA 1								SEMANA 2								SEMANA 3								SEMANA 4							
PATRÓN	1	2	3	4	5	6	7	PATRÓN	8	9	10	11	12	13	14	PATRÓN	15	16	17	18	19	20	21	PATRÓN	22	23	24	25	26	27	28
DESAYUNO								DESAYUNO								DESAYUNO								DESAYUNO							
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	TINTO	BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON CIDRAYA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON CREMA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUENA	TINTO	BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRES	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA
BEBIDA LACTEA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	COCOA EN LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON MORA	TE EN LECHE	LACTEO	COLADA DE AVENA	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON GUAYABA	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	COCOA EN LECHE	LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE SIN AZUCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ	CHOCOLATE SIN AZUCAR	TE EN LECHE	COLADA DE AVENA	CAFE CON LECHE	LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	CHOCOLATE SIN AZUCAR	CHOCOLATE SIN AZUCAR	AVENA	CAFE CON LECHE	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE
PROTEÍNA	EMPAREDADO DE QUESO EN PAN INTEGRAL	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLE CREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	TAMAL	PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	EMPAREDADO DE QUESO EN PAN INTEGRAL	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL	PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHO	EMPAREDADO DE QUESO Y JAMÓN	CHANGUA CON HUEVO	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 PECHO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO		MOGOLLA INTEGRAL	AREPA	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL	AREPUELAS INTEGRALES	PAN INTEGRAL	CEREAL/ TUBERCULO	PAN INTEGRAL	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	MOGOLLA	PAN INTEGRAL	PAN INTEGRAL	CEREAL/ TUBERCULO	PAN INTEGRAL	PAN INTEGRAL	AREPA	PAN INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	AREPUELAS	PAN INTEGRAL
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	PERA PICADA	HIGO RODAJAS	EN LA COLADA	MANDARINA	FRUTA	GRANADILLA	EN LA COLADA	KIWI EN RODAJAS	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE PERA	MELÓN PICADO	NARANJA	FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	MELON PICADO	PERA PICADA	PATILLA PICADA	GRANADILLA	FRUTA	MANDARINA/ERE PICADA	NARANJA	MELON PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	FRESAS PICADAS
NUEVOS								NUEVOS								NUEVOS								NUEVOS							
BEBIDA DE FRUTA O LACTEO	EN LA ENSALADA	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ CON LECHE	YOGUR SIN AZÚCAR	BEBIDA DE FRUTA O LACTEO	EMPAREDADO DE QUESO EN PAN INTEGRAL	CUAJADA	BATIDO DE MORA CON AVENA EN HOJUELAS	SORBETE DE FRESA	EN LA ENSALADA	TÉ EN LECHE	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS	BEBIDA DE FRUTA O LACTEO	HELADO CON AZUCAR LIGHT	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS Y	EN LA FRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE		BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	COCOA SIN DULCE	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE CON CANELA	SORBETE DE CURUBA	KUMIS SIN AZUCAR	
DERIVADO CEREAL	GALLETA INTEGRAL	TORTA INTEGRAL	PAN DE QUESO	GALLETA DE AVENA	AREPA	GRANOLA		CEREAL	MOGOLLA INTEGRAL			TORTA DE QUIMUA	GALLETA INTEGRAL	AREPA		CEREAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN INTEGRAL		GALLETA DE AVENA	ALMOJABANA	MOGOLLA INTEGRAL	PAPAYA PICADA	CEREAL/ TUBERCULO	TAJADAS DE PAN INTEGRAL	PAN INTEGRAL	TORTILLA DE AVENA CON PANELA	PAN INTEGRAL	GALLETAS INTEGRALES	PATILLA PICADA
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	MELÓN	PICADO DE PAPAYA	FRUTA	FRESA PICADA	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON CUAJO Y COLADA CREMA	MANDARINA	EN EL BATIDO	FRUTA	MANZANA VERDE PICADA	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT SI DULCE	FRESAS PICADA	GRANADILLA		FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELON	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	
ALMUERZO								ALMUERZO								ALMUERZO								ALMUERZO							
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO ASADA EN TROZOS	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO DORADO	CARNE DE RES EN BISTECS	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO ASADA EN TROZOS	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA	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 AL HORNO	FILETE DE PESCADO AL PIMIENTON	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	//	ARROZ AL PIMIENTON	//	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA ROJA	//	CEREAL	//	ARROZ BLANCO	//	//	ARROZ CON COCO	//	ARROZ CON FIDEOS	CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMIENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ CON AZONZU	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMIENTÓN	ARROZ CON AZONZÚ	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTICA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA CAMPESINA	CUBOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	CALABAZA GUISADA	ENSALADA PICO DE GALLO	VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POTICA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE ZANAHORIA, REPIO COHOMBRO, TOMATE, VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	EN EL GOULASH	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, REPIO COHOMBRO, TOMATE, Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE	VERDURA O ENSALADA	POTICA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ARVEJA, ZANAHORIA, MAIZ Y MAYONESA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	TOMATE CON LIMÓN Y CILANTRO
TUBERCULO O PLÁTANO	//	PAPA DORADA	//	CHIPS DE ARRACACHA	//	//	PURE DE PAPA CRIOLLA	TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	//	PAPA EN CHAPE	PURE DE YUCA	//	PAPA AL PEREJIL	//	TUBERCULO O PLÁTANO	//	//	//	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	//	//	//	TUBERCULO O PLÁTANO	//	//	//	PURE DE PAPA	//	//
SOPA O CAZUELA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE AVENA	SOPA O CAZUELA	SOPA DE GUIRO	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA CARMELITA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA O CAZUELA	SOPA DE VERDURAS	GOULASH DE CARNE DE RES	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SANCOCHITO DE PESCADO	CAZUELA DE LENTEJAS		SOPA O CAZUELA	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	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE FRESA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE LULO	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA	BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JEGO DE MORA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE FRESA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE NARANJA/VA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE LULO
PATRÓN	1	2	3	4	5	6	7	PATRÓN	8	9	10	11	12	13	14	PATRÓN	15	16	17	18	19	20	21	PATRÓN	22	23	24	25	26	27	00
ONCES								ONCES								MARCA								ONCES							
BEBIDA DE FRUTA O LACTEO	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON GUAYABA	COCOA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PITO DE MAIZ	COLADA DE AVENA CON FRUTOS ROJOS	ENS LA FRUTA	SORBETE DE GUAYABA	LACTEO	SORBETE DE GUAYABA	PLAN SIN AZÚCAR	EN LA ENSALADA	ARROZ CON LECHE	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON FRUTOS ROJOS	CANELL	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON AVENA	LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AROMATICA CON QUESO CAMPESINO	PITO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE FRESA	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON FRESA	LACTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	AVENA	ARROZ CON LECHE	PLAN	CANELL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FÉCULA DE MAIZ CON MORA
DERIVADO CEREAL	PAN INTEGRAL	AREPA	MOGOLLA INTEGRAL		TORTA DE QUIMUA	GALLETAS INTEGRALES	PAN INTEGRAL	CEREAL	TORTA INTEGRAL		GALLETA DE AVENA		MOGOLLA INTEGRAL	GALLETAS INTEGRALES	AREPA	CEREAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL		MOGOLLA INTEGRAL	PAN INTEGRAL	GALLETAS INTEGRALES	PAN INTEGRAL	CEREAL	GALLETAS INTEGRALES	PAN INTEGRAL		MAIZ PIRA	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETAS INTEGRALES	GALLETAS INTEGRALES
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	FRESA PICADA	DURAZNO PICADO	EN LA COLADA	FRUTA PICADA CON QUESO	EN EL SORBETE	FRUTA	EN EL SORBETE	DURAZNO	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGUR	FRESA PICADA	EN LA COLADA	MELÓN PICADO	EN LA COLADA	FRUTA	EN EL SORBETE	MANZANA VERDE PICADA	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA	FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MELÓN PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
CENA								CENA								CENA								CENA							
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES	PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO EN TROZOS	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS	PROTEINA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA	PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMIENTÓN	CARNE DE RES GUISADA	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO	MANDARINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	ENS LA SOPA	CALABAZA Y MAIZ GUISADOS	ENS LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, MAICHELLA Y PIMIENTO)	ENS LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	ENS LA SOPA	VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	ENS LA SOPA	TORTILLA DE ACELGA	ENS LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	ENS LA SOPA	VERDURAS CHINAS (REPOLLO, CALABACIN Y ZAN)	VERDURA O ENSALADA	ENS LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE AGUACATE	CALABAZA GUISADA	ENS LA SOPA	POTICA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENS LA SOPA	VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AHUYAMA	ENS LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	ENS LA SOPA	CALABAZA GUISADA	ENS LA SOPA	VERDURA CALIENTE
CEREAL O TUBERCULO	//	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	//	PURE DE PAPA	//	CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PIMIENTÓN	ARROZ CON AZONZU	CEREAL O TUBERCULO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	POCA/CRICA	ARROZ AL PEREJIL	CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PIMIENTÓN	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ CON ESPINACA
SOPA	AJIACO	SIN SOPA	SOPA DE AHUYAMA	SIN SOPA	SOPA DE GUIRO	SIN SOPA	SOPA DE ARROZ	SOPA	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS	SIN SOPA	SANCOCHITO	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA	SIN SOPA	SOPA	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	SOPA CARMELITA	SIN SOPA	SOPA DE PATACÓN	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA	SIN SOPA	MAZAMORRA CHIQUITA	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SIN SOPA
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 LIMÓN Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	LECHE CALIENTE CON CANELA	BEBIDA CALIENTE	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON CREMA Y HIERBABUENA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON CIDRAYA	TE EN LECHE	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 LULO, PANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE

SI MAYORES SE LE OFRECE SOPA EN BAJA CANTIDADSIN OBSERVARSE DISECOMPENSACION EN SUS PATOLOGIAS DE BASE

Nutricionistas: Nubia Arenas/Juan Pablo Donoso

Juan Pablo Donoso R.

Coordinadora: Olga Patricia Parra

Olga Patricia Parra A.

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

PROGRAMA PREVENCIONISMO INSTITUCIONAL ENCAMINADO HACIA LA INCLUSIÓN SOCIAL

SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PROTECCIÓN SOCIAL

FORMATO DE MODIFICACIONES AL MENÚ/VIVERES

Código: 213-FO-XXX	
Versión: 01	
Fecha: dd/mm/AA Vigente desde - hasta	
Página 1 de 1	

Convenio de asociación o contrato - 7302 | **Nombre de la unidad operativa: CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR SUGIRIETH** | **MODIFICACIÓN ALIMENTARIA:** Hipoglucémica - Hiposódica - Para pacientes renal | **Año: 2021**

CICLO DE MENÚS CCC

SEMANA 1

PATRÓN	1	2	3	4	5	6	7
	DESAYUNO						
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y PANELA	TINTO
BEBIDA LACTEA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	TE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HOJUELA DE MAIZ CON AVENA	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVO TIBIO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO TIBIO	CUAJADA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA	AREPUELAS	PAN ROLLO
FRUTA	GRANADILLA	PIÑA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	PICADO DE GUAYABA	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	MANDARINA
	ALMUERZO						
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DE RES EN BISTEC	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ AL PIMIENTÓN	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA ROJA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTENCIA DE ANAYIBBE CON ARVEJA VERDE FRESCA	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA CAMPESINA	CUBOS GUISADOS	TORTILLA DE VERDURA	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	CHIPS DE ARRACACHA	YUCA DORADA	PAPA EN CHUPE	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CALDILLA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PALAMILLA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON AZUCAR	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE PEUZA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA
	ONCES						
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	COLADA DE HOJUELA DE MAIZ CON FRESA	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO DE MANTEQUILLA	COLADA DE AVENA CON FRUTOS ROJOS	EN LA PRUTA	SORBETE DE MANGO
DERIVADO CEREAL	PAN ROLLO	ARREPA	MOGOLLA INTEGRAL		TORTA DE NARANJA	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	MANGO PICADO	UVAS	EN LA COLADA	FRUTA PICADA CON QUESO	EN EL SORBETE
	CENA						
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOLFEAH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO CURADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CAL ARUS Y MAIZ GUISADOS	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTÓN)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	PURE DE PAPA	CASCOS DE PAPA
SOPA	AJIACO	SIN SOPA	SOPA DE ANAYAMA	SIN SOPA	SOPA DE GUINEO	SIN SOPA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE CON MIEL	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y LECHOZA	LECHE CALIENTE CON CANELA

SEMANA 2

PATRÓN	8	9	10	11	12	13	14
	DESAYUNO						
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LECHOZA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA Y CANELA
LACTEO	COLADA DE AVENA	COLADA DE HOJUELA DE MAIZ CON FRUTOS ROJOS	CAFÉ CON LECHE	TE EN LECHE	AGUA DE PANELA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO TIBIO	CUAJADA	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	ARREPA	ARROZ BLANCO	ARREPA	TOSTADA	CROISSANT	PAN BLANDO
FRUTA	GRANADILLA	EN LA COLADA	MANGO Y PIÑA PICADO	FRUTA PICADA	COMPOTA DE PERA Y MORA	PATILLA PICADA	NARANJA
	ALMUERZO						
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA MANUA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON COCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE ASUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POSTECA DE ANAYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE, VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE CRIOLLA CUBECENA Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE CRIOLLA CUBECENA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA DORADA	DEDOS DE ARRACACHAS	PAPA EN CHUPE	PURÉ DE YUCA	PAPA BLANCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CALDILLA	SOPA DE GUINEO	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA CARMELITA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA CON PAMELA	JUGO DE PEUZA	JUGO DE MANDARINA	JUGO DE LULO	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
	ONCES						
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	BATIDO DE AVENA CON MANDARINA	PLAN	EN LA ENSALADA	ARROZ CON LECHE	COLADA DE HOJUELA DE MAIZ CON FRUTOS MARROJOS	CAVEN	COLADA DE HOJUELA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	CROISSANT		GALLETA DE AVENA		TORTA NEGRA	GALLETAS INTEGRALES	PAN DE QUESO
FRUTA	EN LA COLADA	PATILLA PICADA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	PRESA PICADA	EN LA COLADA	HIGO EN RODAJAS	EN LA COLADA
	CENA						
PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	VERDURAS CHINAS (REPOLLO, CALABAZA, ZANAHORIA Y ARVI)
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PIMIENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI
SOPA	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS	SIN SOPA	SANCOCHITO	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, MANZANA Y MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y HIERBABUENA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LECHOZA	AGUA DE PANELA EN LECHE

SEMANA 3

PATRÓN	15	16	17	18	19	20	21
	DESAYUNO						
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA Y HIERBABUENA	TINTO
LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HOJUELA DE MAIZ	AGUA DE PANELA	TE EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	CAFÉ CON LECHE
PROTEINA	HUEVO TIBIO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO Y JAMÓN	CHOCO CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVO COCIDO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	ARREPA	TOSTADA	RODAJILLA	PAN DE MAIZ	PAN ROLLO	CEREALI TUBERCULO
FRUTA	PIÑA PICADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	BANANO	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	GRANADILLA
	VIVERES						
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	HELADO	JUGO DE MANDARINA	JUGO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS	EN LA PRUTA	CAFÉ CON LECHE	LECHE CALIENTE	PAPAYA PICADA
CEREAL	MANTECADA	PAN DE MAIZ		GALLETA DE AVENA	ALMOJABANA	MOGOLLA INTEGRAL	
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE		ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	UVAS	GRANADILLA	
	ALMUERZO						
PROTEÍNA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOLFEAH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	FILETE DE PESCADO AL CILANTRO	CARNE DE CERDO GUISADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMIENTÓN	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	EN EL GOLEAH	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON GUACARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON BOCADILLO	TAJADA DE PLÁTANO MADURO	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA AL VAPOR	
SOPA O CALDILLA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SANCOCHITO DE PESCADO	CAZUELA DE LENTEJAS	
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CIRUELA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
	ONCES						
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	SORBETE DE CIRUELA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MANTEQUILLA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE HOJUELA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	CROISSANT	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	MANTECADA	ROSCÓN	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
	CENA						
PROTEÍNA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE ASUACATE	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	POSTECA DE ANAYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	SOPA CAMBULETA	SIN SOPA	SOPA DE PATACÓN	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y PANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, MANZANA Y CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE

SEMANA 4

PATRÓN	22	23	24	25	26	27	28
	DESAYUNO						
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA
LACTEO	COLADA DE HOJUELA DE MAIZ	LECHE CALIENTE	CHOCOLATE EN LECHE	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	AGUA DE PANELA EN LECHE
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CUAJADA	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO TIBIO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	CROISSANT	AGROMIANA	ARREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	AREPUELAS	PAN BLANDO
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	NARANJA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	UVAS
	VIVERES						
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	CHOCOLATE EN LECHE	SORBETE DE CIRUELA	BIRMANO CON AVENA EN HOJUELAS	JUGO DE PIÑA	SORBETE DE CIRUELA	JUGO DE MORA	PASTILLA PICADA
CEREAL	PONQUE TAJADO	PAN COCO		TORTILLA DE AVENA CON BANANO	ROSCÓN	GALLETA CRACKER SAMORANDA	
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO		EN EL SORBETE	GRANADILLA	
	ALMUERZO						
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	PECHUGA MECHADA	CARNE DE CERDO EN SALSA MIRAMURA	FILETE DE PESCADO AL PIMIENTÓN	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMIENTÓN	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE ANAYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ARVEJA, ZANAHORIA, MAIZ Y MAYONESA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE ASUACATE	ZANAHORIA RALLADA CON LIMÓN Y CILANTRO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA AL VAPOR	PLÁTANO MADURO COCIDO	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	CHIPS DE YUCA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CALDILLA	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	JUGO DE SANDIA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON PANELA
	ONCES						
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	ARROZ CON LECHE	PLAN	CAVEN	SORBETE DE CIRUELA	COLADA DE HOJUELA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	GALLETA CRACKER SAMORANDA	PAN ROLLO			MAIZ PIRA	TORTA NEGRA	TORTA DE NARANJA
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MELÓN PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
	CENA						
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMIENTÓN	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AVAYAMA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA CALIENTE
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ CON ESPINACA
SOPA	SIN SOPA	MADAMURRA CHIQUITA	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE CON MIEL

NOTA : SE OFRECE DIETA HIPOCODICA HIPO PROTEICA ESTRICTA A PERSONAS MAYORES CON DX DE INSUFICIENCIA RENAL PARA TAL CASO SE SUMISTRA SIN SAL Y LAS PORCIONES DE PROTEINA SE DISMINUIRAN DE REALES CRUD. TIPO DE RESTRICCION SEGÚN ORDEN MEDICA Y LA/NUTRICIONISTA ES IMPORTANTE ACLARAR QUE DEBIDO A QUE LA MAYORIA DE LOS PERSONAS MAYORES PRESENTAN EDEMA SE HA TODOS LOS PREPARACIONES SON BAJAS DE SAL Y DULCE

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

PROGRAMA PREVENCIONISTAS DESARROLLO SOCIAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PROTECCIÓN SOCIAL

FORMATO DE MODIFICACIONES ALIMENTARIAS

Código: 208-PPSI-000
Versión: 0
Fecha: diciembre 30 de diciembre - publicación
Página 1 de 1

Convenio de asociación o contrato : 1750 | Nombre de la unidad operativa: **CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH** | **MODIFICACION ALIMENTARIA** Actiongym | Año: 2021

CICLO DE MENÚS CCC

SEMANA 1

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

SEMANA 2

PATRÓN	8	9	10	11	12	13	14
	DESAYUNO						
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LOVAZA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA Y CANELA
LACTEO	1E DE ROMERO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	INFUSION DE CANELA	1E DE FRUTOS ROJOS	INFUSION DE HIERBA BUENA	AROMATICA DE MANZANILLA Y MANZANA	1E DE FRUTOS AMARILLOS
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS EN TORTILLA	HUEVO REVUELTO	EMPAREDADO DE HUEVO	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	FAN BLANCO	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADA	PAN ROLLO	PAN BLANDO	
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	EN LA AROMATICA	DURAZNO PICADO	BANANO	COMPOTA DE PERA	EN LA AROMATICA	EN EL TE
	ALMUERZO						
PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA MANUA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	SOMBRAARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ PAJARITO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON COCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON PERCOS
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	POSTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE, VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PLÁTANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	PURÉ DE YUCA	PAPA BLANCA	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CALDILLA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE PERCILES	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA CARIMEÑITA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PIERA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE MANZANA	JUGO DE GUANABANA
	ONCES						
LACTEO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS AMARILLOS	AROMATICA DE HIERBAS(BUENA) CON FRUTAS	//	//	JUGO DE FRUTA	//	JUGO DE DURAZNO
CEREAL	TORTA TRADICIONAL		GALLETAS CRACKER	PAN ROLLO	PAN DE MAIZ	GALLETAS DE SODA	TAJADA DE PAN
FRUTA	EN LA AROMATICA		ENSALADA DE FRUTAS	FRESA PICADA	EN EL JUGO	MELÓN PICADO	EN EL JUGO
	CENA						
PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VENDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	TORTILLA DE ACELGA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	VERDURAS CHINAS (CALABACIN, ZANAHORIA Y ARV)
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	ARROZ PERLA
SOPA	SIN SOPA	SOPA DE PERCOS	SIN SOPA	SANCOCHITO	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	INFUSION DE MANZANILLA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN Y MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE Y MIEL	1E DE ROMERO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LOVAZA	INFUSIÓN DE CANELA

SEMANA 3

PATRÓN	15	16	17	18	19	20	21
	DESAYUNO						
BEBIDA CALIENTE	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO, JENGIBRE Y MIEL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA Y HIERBABUENA	TINTO
LACTEO	AROMATICA DE HIERBA BUENA CON MANZANA	1E DE ROMERO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES	INFUSION DE CANELA	AROMATICA DE MANZANILLA	1E DE FRUTOS AMARILLOS	INFUSION DE LIMONARIA
PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO Y JAMON	CALDO CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA	TOSTADA	PAN DE MAIZ	ROSQUILLA	PAN DE MAIZ	PAN ROLLO
FRUTA	FRESA PICADA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE PERA	BANANO	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA PICADA	PIÑA PICADA
	ALMUERZO						
PROTEINA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	FILETE DE PESCADO AL CILANTRO	CARNE DE CERDO GUISADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ CON AJOAOLI	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	EN EL GOULASH	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA COCIDA CON GUACARA	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO CON QUESO Y RECAUDO	TAJADA DE PLÁTANO MADURO	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA AL VAPOR	
SOPA O CALDILLA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCHOS	SANCOCHITO DE PESCADO	CAZUELA DE LENTEJAS	
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
	ONCES						
LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	TE NEGRO CON GALLETAS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS AMARILLOS	JOO GUANABANA	JUGO DE MORA	COLADA DE HOJILLA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	CROISSANT	PAN TAJADO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	MANTEQUDA	ROSCÓN	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA PICADA	EN LA COLADA			EN LA COLADA
	CENA						
PROTEINA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE AGUACATE	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON PERCOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	SOPA CARIMEÑITA	SIN SOPA	SOPA DE PATACÓN	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA CALIENTE	INFUSIÓN DE MANZANILLA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	1E DE SABORES	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON CURUBA

SEMANA 4

PATRÓN	22	23	24	25	26	27	28
	DESAYUNO						
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	TINTO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA
LACTEO	1E DE ROMERO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	INFUSION DE CANELA	1E DE FRUTOS ROJOS	INFUSION DE HIERBA BUENA	AROMATICA DE MANZANILLA Y MANZANA	1E DE FRUTOS AMARILLOS
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	CROISSANT	AGROPANAN	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO INTEGRAL	AREPUELAS	PAN BLANDO
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	MELON PICADO	FRESAS PICADAS	EN LA COLADA	BANANO	MELON PICADO	UVAS
	ALMUERZO						
PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	PECHUGA MECHADA	CARNE DE CERDO EN SALSA MIRAMARA	FILETE DE PESCADO AL PIMENTON	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AZOAOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ARVEJA, ZANAHORIA MAIZ Y MAYONESA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	ZANAHORIA RALLADA CON LIMÓN Y CILANTRO
TUBERCULO O PLÁTANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA AL VAPOR	PLÁTANO MADURO COCIDO	PURÉ DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	CHIPS DE YUCA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CALDILLA	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	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PERA	JUGO DE NARANJITA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	LIMONADA CON PANELA
	ONCES						
LACTEO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	JUGO DE GUAYABA	7E NEGRO CON GALLETAS DE SODA	PLAN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE CURUBA	COLADA DE HOJILLA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	GALLETAS CRACKER SANDWICHA	PAN ROLLO		MAIZ PIRA	TORTA NEGRA		TORTA DE NARANJA
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA PICADA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MELÓN PICADO		EN LA COLADA
	CENA						
PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTON	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AHUYAMA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA CALIENTE
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON PERCOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ CON ESPINACA
SOPA	SIN SOPA	MAZAMORRA CHIQUITA	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	INFUSION DE CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	7E SIN AGUA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LOVAZA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON CURUBA

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

Nutricionistas: Nubia E. Arenas

Juan Pablo Donoso

Coordinadora: Olga Patricia Parra