CONDICIONES RELACIONADAS CON LAS DIETAS

Yopal, 10 de junio de 2026

Doctor:

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

	JPS SUMISERVI							
	ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL							
	Entidad:	HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA					Semana:	1
	CICLO DE MENUS DIETA NORMAL							
TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	LUNES (1)	MARTES (2)	MIÉRCOLES (3)	JUEVES (4)	VIERNES (5)	SÁBADO (6)	DOMINGO (7)
DESAYUNO	BEBIDA LACTEA 200cc	CAFÉ CON LECHE	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	MAICENA EN LECHE	AVENA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE
	CEREAL 80 GR	DEDITO DE QUESO	AREPA ASADA	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	PAN BLANCO	PANCAKE	AREPA ASADA	PAN DE QUESO
	RES/POLLO(60) HUEVO (50) O QUESO (60)	HUEVO PERICO	CALDO CON PECHUGA	SANDWICH	CALDO CON CARNE	HUEVO REVUELTO	HIGADO ENCEBOLLADO	HUEVO CON CHAMPIÑONES
	FRUTA 120GR	PAPAYA PICADA	MANDARINA	BANANO	PIÑA	MELÓN	NARANJA	PERA
	JUGO DE FRUTA 200CC	JUGO DE PERA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANGO	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE UVA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE MELON
ALMUERZO	SOPA 240 CC	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE PLATANO	SOPA DE ARROZ	AJIACO	CUCHUCO DE MAIZ
	CEREAL 80 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ TIGRE	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON BLANCO	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJO
	RAICES, TUBERCULOS O PLATANOS 80GR	N/A	PALITOS DE YUCA	CRIOLLAS AL HORNO	N/A	CASQUITOS DE PAPA	PAPA SUDADA	YUCA DORADA
	CARNES 120GR	POLLO HORNEADO	PESCADO AL HORNO	ALBONDIGAS GUISADAS	PECHUGA ASADA	CARNE EN BISTEC	POLLO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO ASADA
	LEGUMINOSAS 60 GR	LENTEJAS SUDADAS	N/A	N/A	ARVEJAS GUISADAS	N/A	N/A	N/A
	VERDURAS FRESCAS O CALIENTES 70GR	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ	ENSALADA DE ZANAHORIA, PIÑA Y UVAS PASAS	ENSALADA CON AGUACATE	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y ZANAHORIA
	JUGO DE FRUTA 200CC	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE FRESA	JUGO DE LULO	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE GUAYABA
COMIDA	SOPA 240 CC	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE CONCHITAS	SOPA CAMPESINA	SOPA DE AVENA	CREMA DE CEBOLLA	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE ESPINACAS
	CEREAL ARROZ O PASTA 80 GR	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON ZANAHORIA	PASTA GUISADA	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON CEBOLLA
	RAICES, TUBERCULOS O PLATANOS 80 GR	TORTA DE PAPA	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	YUCA AL PEREJIL	CHIPS DE PLÁTANO	PAN TAJADO	PLÁTANO AL HORNO	PAPA CRIOLLA AL ROMERO
	CARNES 120 GR	CERDO MIEL MOSTAZA	GOULAHS DE RES	PERNIL DE POLLO GUISADO	PESCADO AL AJILLO	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	PERNIL DE POLLO EN SALSA BECHAMEL
	VERDURAS FRESCAS O CALIENTES 70GR	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,REPOLLO MORADO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y APIO	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA
	JUGO DE FRUTA 200CC	JUGO DE FRESA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE PERA	JUGO DE MANGO	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRESA)	JUGO DE PIÑA	JUGO DE LULO

Leguminosas 2 veces por semana, se omite tuberlulo,raiz o platano de ese día

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

	JPS SUMISERVI							
	ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL							
	Entidad:	HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA					Semana:	2
	CICLO DE MENUS DIETA NORMAL							
TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	LUNES (8)	MARTES (9)	MIÉRCOLES (10)	JUEVES (11)	VIERNES (12)	SÁBADO (13)	DOMINGO (14)
DESAYUNO	BEBIDA LACTEA 200cc	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AVENA CON LECHE	MAIZENA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE
	CEREAL 80 GR	PANCAKE	AREPA ASADA	PAN ROLLO	PALITO DE QUESO	PAN DE MANTEQUILLA	AREPUELAS	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO
	RES/POLLO(60) HUEVO (50) O QUESO (60)	HUEVO CON MAIZ	HIGADO ENCEBOLLADO	CALDO CON PECHUGA	HUEVO CON TOMATE	CALDO CON CARNE	HUEVO CON VERDURA	
	FRUTA 120GR	SANDIA	MELÓN PICADO	NARANJA	UVAS	MANDARINA	MELÓN	BANANO
	JUGO DE FRUTA 200CC	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MELON	JUGO DE PERA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA
ALMUERZO	SOPA	SOPA DE PLÁTANO	SOPA DE MUTE	SOPA DE VERDURAS	CUCHUCO DE MAÍZ	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE PASTA	SOPA DE CEBADA
	CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ CON AJO
	RAICES, TUBERCULOS O PLATANOS	PAPA RUSTICA AL HORNO	N/A	YUCA AL PEREJIL	PATACONES	N/A	PURE DE PAPA CRIOLLA	YUCA AL PEREJIL
	CARNES	PERNIL DE POLLO SUDADO	CHURRASQUITO CON CHIMICHURRI	POLLO EN SALSA DE PIÑA	CERDO EN SALSA BBQ	ALBONDIGAS GUISADAS	POLLO ORIENTAL CON AJONJOLI	GOULASH DE CARNE
	LEGUMINOSAS	N/A	GARBANZOS GUISADOS	N/A	N/A	FRIJOLES	N/A	N/A
	VERDURAS	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y ARVEJAS	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA,ZANAHORIA CON VINAGRETA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y ZANAHORIA	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, APIO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y FRESA
	JUGO O FRUTA	JUGO DE FRESA	JUGO DE MANGO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE LULO	JUGO DE AMARILLO	JUGO DE MORA	JUGO DE TROPICAL
COMIDA	SOPA	CREMA DE CHAMPIÑONES	SOPA DE AVENA	CREMA DE AHUYAMA	SOPA CAMPESINA	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE APIO	SOPA DE VERDURAS
	CEREAL	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ PERLADO	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON FIDEOS
	RAICES, TUBERCULOS O PLATANOS	PALITOS DE YUCA FRITA	TAJADAS DE PLATANO	AREPA ASADA	TAJADA DE PAN	YUCA DORADA	PLATANO AL HORNO	TORTA DE PAPA
	CARNES	PESCADO A LA PLANCHA	CERDO EN SALSA DE CIRUELAS	CARNE DESMECHADA	FRICASSE DE POLLO	PERNIL DE POLLO CON CHAMPIÑONES	CARNE EN HABMBURGUESA	CERDO EN SALSA TERIYAKIE
	VERDURAS	ENSALADA DE LECHUGA, APIO MANZANA , MANI	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO	ENSALADA DE REMOLACHA ,ZANAHORIA Y CILANTRO	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS	ENSALADA FRESCA MIXTA
	JUGO O FRUTA	JUGO DE MORA	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE MANZANA	JUGO DE GUAYABA

Leguminosas 2 veces por semana, se omite tuberlulo,raiz o platano de ese día

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

	JPS SUMISERVI							
	ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL							
	Entidad:	HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA					Semana:	3
	CICLO DE MENUS DIETA NORMAL							
TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	LUNES (15)	MARTES (16)	MIÉRCOLES (17)	JUEVES (18)	VIERNES (19)	SÁBADO (20)	DOMINGO (21)
DESAYUNO	BEBIDA LACTEA 200cc	AGUA DE PANELA CON LECHE	AVENA CON VAINILLA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE	MAIZENA CON VAINILLA	AGUA DE PANELA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE
	CEREAL 80 GR	AREPA ASADA	PANCAKE	PAN DE LECHE	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	DEDITO DE QUESO	PAN BLANCO	AREPUELAS
	RES/POLLO(60) HUEVO (50) O QUESO (60)	CALDO CON PECHUGA	HUEVOS CON ESPINACAS	HIGADO ENCEBOLLADO		HUEVOS PERICOS	CALDO CON CARNE	HUEVO CON QUESO Y MAIZ
	FRUTA 120GR	MELÓN CON PAPAYA	UVAS	BANANO	SANDÍA	MANDARINA	PAPAYA	PERA
	JUGO DE FRUTA 200CC	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MORA	JUGO DE PERA	JUGO DE MELON	JUO DE MANGO	JUGO DE DURAZNO
ALMUERZO	SOPA	SOPA DE JARDINERA	SANCOCHITO	AJIACO	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CEBADA	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE MUTE
	CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON AJO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ BLANCO	PASTA GUISADA	ARROZ PERLADO
	RAICES, TUBERCULOS O PLATANOS	PAPA RUSTICA AL HORNO	N/A	MAZORCA CON HOGAO	PURE DE PAPA GRATINADO	N/A	PLÁTANO FRITO	PAPA DORADA
	CARNES	POLLO BBQ	CARNE A LA PLANCHA	PECHUGA DESMECHADA	CARNE SUDADA	CERDO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	ALBONDIGAS GUISADAS	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA
	LEGUMINOSAS	N/A	LENTEJAS GUISADAS	N/A	N/A	ARVEJAS GUISADOS	N/A	N/A
	VERDURAS	TORTA DE VERDURA	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON
	JUGO O FRUTA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE FRESA	JUGO DE CIRUELA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE FRESA	JUGO DE MORA
COMIDA	SOPA	SOPA DE CONCHITAS	CREMA DE APIO	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE VERDURA
	CEREAL	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON MANÍ
	RAICES, TUBERCULOS O PLATANOS	YUCA DORADA	CHIPS DE PLÁTANO	CRIOLLAS AL OREGANO	PLATANO CON BOCADILLOAL HORNO	PAPA EN SALSA BLANCA	YUCA AL PEREJIL	MONEDAS DE PLÁTANO
	CARNES	CARNE EN BISTECK	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CERDO HORNEADO	GOULASH DE POLLO	CARNE AL PIMENTÓN	POLLO EN SALSA DE MARACUYA	CARNE EN JULIANAS
	VERDURAS	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y LECHUGA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIAS	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS	ENSALADA DE ESPINACA, MELON,COCO Y	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y ZANAHORIA
	JUGO O FRUTA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE MANGO	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE MORA	JUGO DE UVA	JUGO DE MANZANA

Leguminosas 2 veces por semana, se omite tuberlulo,raiz o platano de ese día

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

	JPS SUMISERVI							
	ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL							
	Entidad:	HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA					Semana:	4
	CICLO DE MENUS DIETA NORMAL							
TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	LUNES (22)	MARTES (23)	MIÉRCOLES (24)	JUEVES (25)	VIERNES (26)	SÁBADO (27)	DOMINGO (28)
DESAYUNO	BEBIDA LACTEA 200cc	CHOCOLATE	CAFÉ CON LECHE	AVENA EN LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	MAIZENA CON VAINILLA	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE
	CEREAL 80 GR	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	PAN DE MANTEQUILLA	AREPA ASADA	PAN DE COCO	GALLETA	DEDITO DE QUESO	AREPA ASADA
	RES/POLLO(60) HUEVO (50) O QUESO (60)		TORTILLA DE HUEVO	CALDO CON PECHUGA	HUEVO CON MAIZ	CALDO CON CARNE Y PAPA	HUEVO CON TOMATE	HIGADO ENCEBOLLADO
	FRUTA 120GR	SANDIA	MANZANA	MANDARINA	PERA	MELÓN	NARANJA	BANANO
	JUGO DE FRUTA 200CC	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE MORA	JUGO DE MELON
ALMUERZO	SOPA	SOPA CAMPESINA	CREMA DE ARRACACHA	CUCHUCO DE TRIGO	CREMA DE CHAMPIÑONES	SOPA DE COLICERO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE VERDURAS
	CEREAL	ARROZ VERDE	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL
	RAICES, TUBERCULOS Ó PLATANOS	N/A	PLÁTANO FRITO	YUCA FRITA	N/A	PURE DE PAPA CRIOLLA	YUCA AL VAPOR	PAPA FRANCESA
	CARNES	CARNE DESMECHADA	POLLO AL HORNO	CARNE CON CHAMPIÑONES	CERDO A LA PLANCHA	CHOP SUEY DE POLLO	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	HAMBURGUESA DE RES
	LEGUMINOSAS	FRIJOL GUISADO	N/A	N/A	GARBANZOS GUISADOS	N/A	N/A	N/A
	VERDURAS	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA Y MANZANA
	JUGO O FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE FRUTOS ROJOS	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE FRESA
COMIDA	SOPA	CREMA DE ZANAHORIA	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ
	CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON PIMENTON VERDE	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
	RAICES, TUBERCULOS O PLATANOS	YUCA AL CILANTRO	PURE DE PAPA CON CILANTRO	PLÁTANO CHIPS	CASQUITOS DE PAPA	PLÁTANO ACARAMELADO	PAPA EN SALSA BECHAMEL	TAJADA DE MADURO
	CARNES	CERDO EN SALSA DE CIRUELA	CARNE EN SALSA TERIYAKY	PESCADO AL PEREJIL	PERNIL DE POLLO MIEL MOSTAZA	ALBONDIGAS GUISADAS	CERDO A LAS FINAS HIERBAS	FRICASSE DE POLLO
	VERDURAS	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y COHOMBRO	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO	ENSALADA VERDE MIXTA	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA Y
	JUGO O FRUTA	JUGO DE UVA	JUGO TUTY FRUTY	JUGO DE MANGO	JUGO DE LULO	JUGO DE MANZANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PERA

Leguminosas 2 veces por semana, se omite tuberlulo,raiz o platano de ese día

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 1

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CAFÉ CON LECHE	1036	Café instantaneo, polvo.	200 CC	1	1	2	0,1	0	0,4	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	DEDITO DE QUESO	184	Palo de queso horneado	80 GR	80	80	289	6,9	13,8	34,3	2,1
	HUEVO PERICO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		2	1,9	1	0	0	0,1	0
		B103	Tomate, crudo		2	1,6	0	0	0	0,1	0
	PAPAYA PICADA	C065	Papaya, madura, cruda	120 GR	171	119,7	48	0,6	0,1	9,8	2
	JUGO DE PERA	C071	Pera, cruda	200 CC	71	60,35	38	0,2	0,1	7,8	2,7
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
	SOPA DE VERDURAS	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	240 CC	10	10	37	1	0,2	7,5	0,3
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B048	Guatila, sin cáscara, cruda		10	6,5	2	0,1	0	0,3	0,1
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PURÉ DE PAPA AL CILANTRO	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	80 GR	89	80,1	78	2	0,2	16,7	1,5
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	POLLO HORNEADO	F073	Pollo, contramusto con piel, crudo	120 GR	132	120,1	246	20,5	18,1	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	LENTEJAS SUDADAS	T026	Lenteja común, cruda	60 GR	25	25	97	5,8	0,2	15	5,3
		B103	Tomate, crudo		5	4	1	0	0	0,2	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	60	33	6	0,3	0	0,9	0,6
		C025	Fresa, madura, cruda		20	19	9	0,2	0,1	1,6	0
		C054	Manzana común cruda		22	18,7	13	0,1	0	3,1	0,3
		G028	yogurt, bebible, entero, con azúcar		5	5	4	0,1	0,1	0,6	0
	JUGO DE MARACUYÁ	C056	Maracuyá, cruda	200CC	120	38,4	23	0,6	0,2	4,8	0,1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE AHUYAMA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B006	Ahuyama, cruda		10	8,5	3	0,1	0	0,5	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ AL PEREJIL	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B079	Perejil, crudo		1	0,9	0	0	0	0,1	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	TORTA DE PAPA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	80 GR	89	80,1	78	2	0,2	16,7	1,5
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		5	5	3	0,2	0,2	0,2	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CERDO MIEL MOSTAZA	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	120	120	168	25,7	7	0,2	0
		K031	Miel de abejas, líquida		1	1	3	0	0	0,8	0
		L016	Salsa de mostaza		1	1	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y	B044	Espinaca, cruda	70 GR	85	51	17	1,5	0,1	1,9	1,3
		B103	Tomate, crudo		12	9,6	2	0,1	0	0,4	0,1
		333	Zanahoria, cruda		12	10,68	5	0	0	1,1	0
		L018	Vinagre		1	1	0	0	0	0	0
	JUGO DE FRESA	C025	Fresa, madura, cruda	200CC	64	60,8	27	0,5	0,3	5	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2315**	**91,2**	**80,4**	**294,4**	**23,9**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**105%**	**104%**	**110%**	**99%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 2

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AVENA CON LECHE	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	200CC	10	10	41	1,7	0,8	6,4	1
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
	AREPA ASADA	A004	Arepa de maíz precocido, con sal	80 GR	80	80	130	2,6	0,7	28	0,7
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
	CALDO CON PECHUGA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	60 GR	65	60,45	100	12,5	5,6	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	120 GR	171	119,7	65	1,1	0,1	13,6	2,2
	JUGO DE MANZANA	C054	Manzana común cruda	200CC	71	60,35	43	0,2	0,1	10	0,9
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	CREMA DE ACELGAS	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		B003	Acelga, hojas, cruda		30	25,5	10	0,6	0,1	1,4	0,7
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ TIGRE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda		1	1	4	0	0	0,7	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON MANÍ	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		T028	Maní, con piel, crudo		0,1	0,1	1	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PALITOS DE YUCA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	100	80	127	0,7	0,2	29,9	1,4
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PESCADO AL HORNO	E047	Trucha, entera, cruda	120GR	231	120,1	162	23,9	7,4	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		3	3	27	0	3	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	60	33	6	0,3	0	0,9	0,6
		B077	Pepino Cohombro, crudo		30	22,5	3	0,1	0	0,5	0,2
		B103	Tomate, crudo		20	16	4	0,1	0	0,7	0,2
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE FRESA	C025	Fresa, madura, cruda	200CC	60	57	26	0,5	0,3	4,7	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE CONCHITAS	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	240 CC	10	10	37	1	0,2	7,5	0,3
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda		10	10	10	0,2	0	2,1	0,1
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		333	Zanahoria, cruda		5	4,45	2	0	0	0,4	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80 GR	84	60,48	80	0,7	0,1	18,3	1,4
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
	GOULAHS DE RES	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		5	4,25	2	0	0	0,4	0,1
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA,REPOLLO MORADO Y ZANAHORIA	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	30	16,5	3	0,1	0	0,4	0,3
		B101	Repollo morado, crudo		40	34	13	0,5	0,1	2,2	0,7
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		L018	Vinagre		1	1	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	JUGO DE GUANABANA	384	Guanabana, pulpa sin semilla	200CC	86	60,2	36	0,7	0,2	8	2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
							2407	**92,4**	**71,9**	**338,1**	**19,5**
							APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**
							% DE ADECUACIÓN	**109%**	**105%**	**98%**	**114%**

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 3

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CHOCOLATE EN LECHE	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	200 CC	15	15	70	0,5	2,5	11,3	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	80 GR	80	80	222	7,1	1,3	45,4	0,6
		F085	Pollo, pechuga con piel, cruda		65	60,45	100	12,5	5,6	0,1	0
		B059	Lechuga común, cruda		5	2,75	0	0	0	0,1	0
		B103	Tomate, crudo		20	16	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	BANANO	C011	Banano manzano, crudo	120 GR	150	120	149	1,4	0,2	33,7	3,1
	JUGO DE MANGO	C051	Mango común, crudo	200CC	120	60	47	0,4	0	10,3	2,3
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
Almuerzo	SOPA DE CEBADA PERLADA	A014	Cebada, perlada, cruda	240CC	10	10	39	1,3	0,2	7,2	1,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		333	Zanahoria, cruda		5	4,45	2	0	0	0,4	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON AJONJOLI	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		8	8	72	0	8	0	0
		T001	Ajonjolí o sésamo, crudo		0,5	0,5	3	0,1	0,3	0,1	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CRIOLLAS AL HORNO	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	80GR	80	80	77	1,8	0,1	16,9	0,5
		1533	Oregano, molido		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ALBONDIGAS GUISADAS	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		B103	Tomate, crudo		5	4	1	0	0	0,2	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	60	33	6	0,3	0	0,9	0,6
		B027	Cebolla cabezona, cruda		15	14,25	6	0,2	0	1,1	0,2
		B103	Tomate, crudo		30	24	6	0,2	0	1	0,3
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE LULO	C045	Lulo, crudo	200CC	100	60	29	0,5	0,1	5,3	2,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA CAMPESINA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	240 CC	10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		5	4,25	2	0	0	0,4	0,1
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		A043	Maíz amarillo, crudo		10	10	39	0,9	0,5	7,5	0,7
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON AJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	YUCA AL PEREJIL	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	100	80	127	0,7	0,2	29,9	1,4
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PERNIL DE POLLO GUISADO	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	120GR	132	120,1	246	20,5	18,1	0	0
		B103	Tomate, crudo		5	4	1	0	0	0,2	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	60	33	6	0,3	0	0,9	0,6
		C054	Manzana común cruda		30	25,5	18	0,1	0,1	4,2	0,4
		C026	Fresa, pintona, cruda		15	14,25	5	0,1	0	1	0,3
		G028	yogurt, bebible, entero, con azúcar		5	5	4	0,1	0,1	0,6	0
	JUGO DE PERA	C071	Pera, cruda	200CC	71	60,35	38	0,2	0,1	7,8	2,7
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2371**	**89,5**	**68,1**	**337,8**	**21,9**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**108%**	**102%**	**93%**	**114%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 4

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	200CC	5	5	18	0	0	4,5	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		1519	Canela molida		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0,1
	PAN BLANCO	A060	Pan blanco, regular, horneado	80 GR	80	80	214	7,1	2,7	39	2,6
	CALDO CON CARNE	F099	Res, carne magra, cruda	60GR	60	60	83	13,1	3,4	0	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PIÑA	C072	Piña, cruda	120 GR	218	119,9	67	0,7	0,1	14,9	2
	JUGO DE GUAYABA	C031	Guayaba, madura, cruda	200CC	80	60	43	0,5	0,2	8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE PLATANO	B092	Platano hartón, verde, crudo		30	20,4	34	0,2	0	8	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		5	4,25	2	0	0	0,4	0,1
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda		10	10	9	0,2	0	1,9	0,2
	ARROZ CON BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPA AL PEREJIL	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	80GR	80	72	70	1	0,1	15	1,4
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PECHUGA ASADA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120 GR	129	120	199	24,8	11	0,1	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		1529	Laural hojas secas, desmenuzadas		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ARVEJAS GUISADAS	T003	Arveja seca, cruda	60 GR	25	25	94	6	0,3	15,1	3,5
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA,	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B077	Pepino Cohombro, crudo		30	22,5	3	0,1	0	0,5	0,2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		A053	Maíz tierno, crudo		1	1	2	0	0	0,3	0
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	C072	Piña, cruda	200CC	70	38,5	22	0,2	0	4,8	0,7
		C056	Maracuyá, cruda		70	22,4	13	0,3	0,1	2,8	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE AVENA	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	240 CC	10	10	41	1,7	0,8	6,4	1
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		333	Zanahoria, cruda		5	4,45	2	0	0	0,4	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		1	0,85	0	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	CHIPS DE PLÁTANO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80 GR	112	80,64	108	0,9	0,2	24,4	1,9
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PESCADO AL AJILLO	E007	Bagre, magro, sin cabeza, crudo	120 GR	130	119,6	111	20,9	2,9	0,2	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y APIO	B044	Espinaca, cruda	70 GR	50	30	10	0,9	0,1	1,1	0,8
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		35	29,75	14	0,2	0	2,8	0,8
		B014	Apio, crudo		20	10	3	0,1	0	0,5	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
	JUGO DE MANGO	C051	Mango común, crudo	200CC	120	60	47	0,4	0	10,3	2,3
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2202**	**93,2**	**60,7**	**305,7**	**26,4**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**100%**	**106%**	**83%**	**103%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 5

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	MAICENA EN LECHE	A001	Almidón de maiz, crudo	200CC	5	5	19	0	0	4,6	0
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
	PANCAKE	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	80 GR	60	60	216	7,5	1	43,4	1,6
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		10	10	6	0,3	0,3	0,3	0
		J004	Huevo de gallina, entero, crudo		2	1,8	3	0,2	0,2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
	HUEVO REVUELTO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	MELON	C060	Melon, crudo	120 GR	239	119,5	30	0,8	0	6	1
	JUGO DE UVA	C086	Uva Isabella, cruda	200 CC	67	60,3	31	0,2	0	7,3	0,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE ARROZ	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	240 CC	5	5	18	0,3	0	4	0
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
	ARROZ VERDE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B044	Espinaca, cruda		0,1	0,06	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CASQUITOS DE PAPA	B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	71	1,7	0,1	15,1	1,4
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CARNE EN BISTEC	F099	Res, carne magra, cruda	120GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE ZANAHORIA, PIÑA Y UVAS	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	70 GR	70	59,5	28	0,4	0,1	5,7	1,6
		C072	Piña, cruda		20	11	6	0,1	0	1,4	0,2
		C087	Uva, deshidratada		1	1	3	0	0	0,8	0,1
		K003	Azúcar blanco, granulado		1	1	4	0	0	1	0
		C050	Mandarina, cruda		5	3,5	2	0	0	0,4	0,1
	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo	200CC	60	36	21	0,6	0	4,5	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE CEBOLLA	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		G001	Crema de leche		5	5	17	0,1	2	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PASTA GUISADA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	80 GR	40	40	148	5	0,6	29,9	1,3
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAN TAJADO	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	80 GR	87	87	242	7,7	1,4	49,4	0,6
	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120 GR	129	120	199	24,8	11	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		5	4,25	2	0	0	0,4	0,1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE REMOLACHA Y	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	70 GR	45	36	19	0,5	0	3,7	1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		40	34	16	0,2	0	3,2	0,9
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRESA)	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	50	45	33	0	0	6,6	2,4
		C025	Fresa, madura, cruda		30	28,5	13	0,2	0,1	2,4	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2278**	**94,4**	**69,7**	**307,1**	**17,3**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**104%**	**107%**	**95%**	**103%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 6

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AVENA CON LECHE	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	200CC	10	10	41	1,7	0,8	6,4	1
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
	AREPA ASADA	A004	Arepa de maíz preccocido, con sal	80 GR	80	80	130	2,6	0,7	28	0,7
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	HIGADO ENCEBOLLADO	F109	Res, hígado, crudo	80 GR	80	80	110	16,3	3,6	3,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	NARANJA	C062	Naranja, cruda	120 GR	200	120	49	0,8	0,4	10,6	0,2
	JUGO DE DURAZNO	C023	Durazno, crudo	200CC	71	60,35	35	1	0,1	7,5	0,9
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	AJIACO	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	240 CC	30	27,6	29	1	0,1	6,4	0,1
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		G001	Crema de leche		5	5	17	0,1	2	0,1	0
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B047	Guascas, crudas		1	0,35	0	0	0	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPA SUDADA	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	80 GR	87	80,04	85	2	0,3	18,6	0,3
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	POLLO EN SALSA CRIOLLA	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	120 GR	132	120,1	246	20,5	18,1	0	0
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA CON AGUACATE	B059	Lechuga común, cruda	70GR	60	33	6	0,3	0	0,9	0,6
		C002	Aguacate Lorena, crudo		25	19,25	34	0,3	2,6	2	1,3
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE MORA	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	67	60,3	45	1	0,1	8,8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE VERDURAS	B026	Calabaza, sin cáscara, cruda	240 CC	20	18	6	0,1	0,1	0,8	0,5
		B006	Ahuyama, cruda		20	17	5	0,1	0	1	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda		30	30	27	0,6	0	5,7	0,5
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
	ARROZ AL PEREJIL	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PLÁTANO AL HORNO	B082	Plátano África, maduro, crudo	80 GR	89	64,08	87	0,8	0,2	20	1,5
		1519	Canela molida		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0,1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B080	Pimentón rojo, crudo		5	4,25	1	0	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y	B044	Espinaca, cruda	70 GR	50	30	10	0,9	0,1	1,1	0,8
		B059	Lechuga común, cruda		40	22	4	0,2	0	0,6	0,4
		C052	Mango Tommy Atkins, crudo		30	22,8	44	0,1	0	10,7	0,5
		K031	Miel de abejas, líquida		1	1	3	0	0	0,8	0
		L018	Vinagre		1	1	0	0	0	0	0
	JUGO DE PIÑA	C072	Piña, cruda	200CC	110	60,5	34	0,4	0,1	7,5	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2236**	**91,8**	**72**	**297,9**	**19,4**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**102%**	**104%**	**98%**	**100%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 7

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CAFE CON LECHE	1036	Café instantaneo, polvo.	200 CC	1	1	2	0,1	0	0,4	0
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	PAN DE QUESO	A065	Pan de queso, horneado	80 GR	80	80	294	8,3	16,6	26,8	1,7
	HUEVO CON CHAMPIÑONES	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		B033	Champiñón, crudo		1	1	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	PERA	C071	Pera, cruda	120 GR	141	119,9	76	0,4	0,2	15,5	5,3
	JUGO DE MELON	C060	Melón, crudo	200CC	120	60	15	0,4	0	3	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	CUCHUCO DE MAIZ	A044	Maiz amarillo, trillado	240CC	10	10	35	0,9	0,1	8	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		333	Zanahoria, cruda		10	8,9	4	0	0	0,9	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON AJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	YUCA DORADA	1284	Yuca blanca, cruda	80 GR	100	80	117	0,6	0,1	28,4	3,1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CARNE DE CERDO ASADA	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	120	120	168	25,7	7	0,2	0
		1533	Oregano, molido		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		1548	Laurel, hojas, maduras		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		3	3	27	0	3	0	0
	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y	B099	Repollo blanco, crudo	70 GR	60	42	17	0,8	0,1	2,7	1,1
		C072	Piña, cruda		25	13,75	8	0,1	0	1,7	0,2
		C087	Uva, deshidratada		0,5	0,5	2	0	0	0,4	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
		G028	yogurt, bebible, entero, con azúcar		10	10	8	0,3	0,3	1,1	0
	JUGO DE GUAYABA	C031	Guayaba, madura, cruda	200CC	80	60	43	0,5	0,2	8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE ESPINACAS	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240 CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda		10	9,2	10	0	0	2,1	0
		T003	Arveja seca, cruda		7	7	26	1,7	0,1	4,2	1
		B044	Espinaca, cruda		30	18	6	0,5	0	0,7	0,5
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON CEBOLLA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	77	1,8	0,1	16,9	0,5
		1538	Romero, seco		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
	PERNIL DE POLLO EN SALSA BECHAMEL	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	120 GR	132	120,1	246	20,5	18,1	0	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		10	10	6	0,3	0,3	0,3	0
		D015	Mantequilla		1	1	7	0	0,8	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA	B052	Habichuela, cruda	80 GR	60	54	23	1,1	0	3,9	2
		B019	Arveja verde, cruda		5	2	2	0,1	0	0,3	0,1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
	JUGO DE LULO	C045	Lulo, crudo	200CC	100	60	29	0,5	0,1	5,3	2,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2309**	**87,3**	**78,7**	**300,1**	**27,1**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**105%**	**99%**	**107%**	**101%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 8

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CAFE CON LECHE	L004	Café soluble, descafeinado, en polvo	200 GR	1	1	4	0,1	0	0,8	0
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	PANCAKE	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	80 GR	60	60	216	7,5	1	43,4	1,6
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		10	10	6	0,3	0,3	0,3	0
		J004	Huevo de gallina, entero, crudo		2	1,8	3	0,2	0,2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	HUEVO CON MAIZ	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		A043	Maíz amarillo, crudo		0,5	0,5	2	0	0	0,4	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	SANDIA	C079	Sandia, cruda	120 GR	299	119,6	20	0,5	0	4,4	0,5
	JUGO DE PAPAYA	C065	Papaya, madura, cruda		86	60,2	24	0,3	0,1	4,9	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE PLÁTANO	A038	Harina de trigo, fortificada, para panificación, cruda	240 CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,2
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		B092	Plátano hartón, verde, crudo		10	6,8	11	0,1	0	2,7	0,1
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPA RUSTICA AL HORNO	B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	71	1,7	0,1	15,1	1,4
		D004	Aceite de girasol		3	3	27	0	3	0	0
		1541	Tomillo, molido		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PERNIL DE POLLO SUDADO	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	120 GR	132	120,1	246	20,5	18,1	0	0
		B103	Tomate, crudo		5	4	1	0	0	0,2	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y	B044	Espinaca, cruda	70 GR	60	36	12	1	0,1	1,4	0,9
		B103	Tomate, crudo		40	32	7	0,3	0	1,3	0,4
		B019	Arveja verde, cruda		10	4	4	0,2	0	0,6	0,2
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE FRESA	C025	Fresa, madura, cruda	200CC	64	60,8	27	0,5	0,3	5	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE FIDEOS	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	240 CC	10	10	37	1	0,2	7,5	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		2	0,8	0	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CREMA DE CHAMPIÑONES	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240 CC	20	20	72	2,5	0,3	14,5	0,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		B033	Champiñón, crudo		20	20	6	0,6	0,1	1	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
	ARROZ VERDE (PIMENTON)	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B081	Pimentón verde, crudo		1	0,8	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PALITOS DE YUCA FRITA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	75	60	95	0,5	0,2	22,4	1,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	PESCADO A LA PLANCHA	E047	Trucha, entera, cruda	120 GR	230	119,6	161	23,8	7,4	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA, APIO	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	60	33	6	0,3	0	0,9	0,6
		C054	Manzana común cruda		40	34	24	0,1	0,1	5,6	0,5
		T028	Maní, con piel, crudo		0,5	0,5	3	0,1	0,2	0,1	0
		B014	Apio, crudo		10	5	1	0	0	0,2	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
	JUGO DE MORA	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	67	60,3	45	1	0,1	8,8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2241**	**85,2**	**71,2**	**305,3**	**18,4**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**102%**	**97%**	**97%**	**103%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 9

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	200CC	8	8	29	0	0	7,2	0
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo		25	25	125	6,6	6,7	9,6	0
	AREPA ASADA	A004	Arepa de maiz precocido, con sal	50 GR	50	50	82	1,7	0,5	18	0,5
	HIGADO ENCEBOLLADO	F109	Res, hígado, crudo	80 GR	80	80	110	16,3	3,6	3,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	MELÓN PICADO	C060	Melón, crudo	120 GR	240	120	30	0,8	0	6	1
	JUGO DE DURAZNO	C023	Durazno, crudo	200CC	71	60,35	35	1	0,1	7,5	0,9
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE MUTE	A048	Maiz mute, cocido, sin sal	240CC	10	10	10	0,3	0,1	2	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		B006	Ahuyama, cruda		5	4,25	1	0	0	0,2	0
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		333	Zanahoria, cruda		5	4,45	2	0	0	0,4	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON CEBOLLA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		1	0,4	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	GARBANZOS GUISADOS	T019	Garbanzo, crudo	60 GR	25	25	98	5	1,4	14,7	3,6
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CHURRASQUITO CON CHIMICHURRI	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		1529	Laural hojas secas, desmenuzadas		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		8	8	72	0	8	0	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
	ENSALADA FRIA DE	B052	Habichuela, cruda	70 GR	40	36	15	0,8	0	2,6	1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		45	38,25	18	0,3	0	3,6	1
		D020	Mayonesa, con sal		5	5	16	0	1,7	0,3	0
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE MANGO	C051	Mango común, crudo	200CC	120	60	47	0,4	0	10,3	2,3
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE AVENA	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	240 CC	10	10	41	1,7	0,8	6,4	1
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		333	Zanahoria, cruda		5	4,45	2	0	0	0,4	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON AJONJOLI	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		T001	Ajonjolí o sésamo, crudo		0,1	0,1	1	0	0,1	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	TAJADAS DE PLATANO	B082	Plátano áfrica, maduro, crudo	80 GR	112	80,64	110	1	0,2	25	1,9
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
	CERDO EN SALSA DE CIRUELAS	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	120	120	168	25,7	7	0,2	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		1577	Salsa inglesa		5	5	4	0,3	0	1	0
		370	Ciruela, pasas, (menor humedad) sin cocer		5	5	19	0,2	0	4,5	0,4
		K003	Azúcar blanco, granulado		2	2	8	0	0	2	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y	B025	Brócoli, crudo	70 GR	40	16	7	0	0	1,1	0,4
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		40	34	16	0,2	0	3,2	0,9
		B026	Calabaza, sin cáscara, cruda		30	27	8	0,2	0,1	1,2	0,8
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
	JUGO DE LULO	C045	Lulo, crudo	200CC	100	60	29	0,5	0,1	5,3	2,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2198**	**101,7**	**68,1**	**283,1**	**22,8**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**100%**	**116%**	**93%**	**95%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 1 **Dia:** 10

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AVENA CON LECHE	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	200CC	15	15	62	2,5	1,1	9,6	1,5
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo		25	25	125	6,6	6,7	9,6	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	PAN ROLLO	A064	Pan de leche, horneado	80 GR	80	80	225	6,9	3,8	39,8	1,7
	CALDO CON PECHUGA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	60 GR	65	60,45	100	12,5	5,6	0,1	0
		B028	Cebolla junca, hojas, cruda		5	2,25	1	0	0	0,2	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	NARANJA	C062	Naranja, cruda	120 GR	200	120	49	0,8	0,4	10,6	0,2
	JUGO DE MANZANA	C055	Manzana de agua, cruda	200CC	93	60,45	32	1	1	5,6	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE VERDURAS	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	240CC	20	18	17	0	0	3,8	0,3
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B006	Ahuyama, cruda		20	17	5	0,1	0	1	0,2
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		B048	Guatila, sin cáscara, cruda		20	13	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON MAIZ	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		A053	Maíz tierno, crudo		1	1	2	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	YUCA AL PEREJIL	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	150	120	191	1,1	0,4	44,9	2,2
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
	POLLO EN SALSA DE PIÑA	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	120 GR	132	120,1	246	20,5	18,1	0	0
		C072	Piña, cruda		20	11	6	0,1	0	1,4	0,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		5	5	20	0	0	5	0
		A001	Almidón de maíz, crudo		5	5	19	0	0	4,6	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y	B099	Repollo blanco, crudo	70 GR	30	21	8	0,4	0,1	1,3	0,5
		B101	Repollo morado, crudo		30	25,5	10	0,4	0,1	1,7	0,5
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE DURAZNO	C023	Durazno, crudo	200CC	71	60,35	35	1	0,1	7,5	0,9
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE AHUYAMA	B048	Guatila, sin cáscara, cruda	240 CC	10	6,5	2	0,1	0	0,3	0,1
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B006	Ahuyama, cruda		20	17	5	0,1	0	1	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ PERLADO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		2	1,9	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	AREPA ASADA	A004	Arepa de maíz precocido, con sal	80 GR	70	70	114	2,3	0,6	25	0,6
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	CARNE DESMECHADA	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO	B044	Espinaca, cruda	70 GR	50	30	10	0,9	0,1	1,1	0,8
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		B077	Pepino Cohombro, crudo		30	22,5	3	0,1	0	0,5	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	JUGO DE MARACUYÁ	C056	Maracuyá, cruda	200CC	188	60,16	36	0,9	0,3	7,5	0,1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2417**	**95**	**75,8**	**331,3**	**15,7**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**110%**	**108%**	**103%**	**112%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 2 **Dia:** 11

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	MAIZENA EN LECHE	A001	Almidón de maíz, crudo	200 CC	10	10	37	0	0	9,1	0,1
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
	DEDITO DE QUESO	184	Palo de queso horneado	80 GR	80	80	289	6,9	13,8	34,3	2,1
	HUEVO CON TOMATE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		B103	Tomate, crudo		2	1,6	0	0	0	0,1	0
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
	UVAS	C086	Uva Isabella, cruda	120 GR	133	119,7	61	0,5	0	14,5	0,5
	JUGO DE MELON	C060	Melón, crudo	200 CC	120	60	15	0,4	0	3	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	CUCHUCO DE MAIZ	A044	Maíz amarillo, trillado	240CC	10	10	35	0,9	0,1	8	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		8	8	72	0	8	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		1	0,85	0	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PATACONES	B092	Plátano hartón, verde, crudo	80 GR	118	80,24	133	1	0,2	31,5	1
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CERDO EN SALSA BBQ	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	120	120	168	25,7	7	0,2	0
		B103	Tomate, crudo		20	16	4	0,1	0	0,7	0,2
		L018	Vinagre		10	10	2	0	0	1	0
		K033	Panela		15	15	55	0,1	0	13,5	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		C002	Aguacate Lorena, crudo		30	23,1	41	0,4	3,1	2	1,5
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		B103	Tomate, crudo		20	16	4	0,1	0	0,7	0,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE LULO	C045	Lulo, crudo	200CC	100	60	29	0,5	0,1	5,3	2,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA CAMPESINA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	240 CC	10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		5	4,25	2	0	0	0,4	0,1
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		A043	Maíz amarillo, crudo		1	1	4	0,1	0	0,7	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	120 GR	55	55	204	7	0,8	41,1	1,8
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		B103	Tomate, crudo		1	0,8	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	TAJADA DE PAN	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	80 GR	80	80	222	7,1	1,3	45,4	0,6
	FRICASSE DE POLLO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120 GR	129	120	199	24,8	11	0,1	0
		B009	Ajo, crudo		0,5	0,475	1	0	0	0,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		B080	Pimentón rojo, crudo		10	8,5	3	0	0	0,5	0,1
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE REMOLACHA ,ZANAHORIA Y CILANTRO	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	70 GR	50	40	21	0,6	0	4,1	1,1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		40	34	16	0,2	0	3,2	0,9
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L018	Vinagre		1	1	0	0	0	0	0
	JUGO DE GUANABANA	384	Guanabana, pulpa sin semilla	200CC	86	60,2	36	0,7	0,2	8	2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2482**	**94,8**	**75,7**	**345,4**	**20,3**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**113%**	**108%**	**103%**	**116%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 2 **Dia:** 12

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CAFÉ CON LECHE	L004	Café soluble, descafeinado, en polvo	200 GR	1	1	4	0,1	0	0,8	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	PAN DE MANTEQUILLA	A060	Pan blanco, regular, horneado	80 GR	80	80	214	7,1	2,7	39	2,6
	CALDO CON CARNE	F099	Res, carne magra, cruda	60 GR	60	60	83	13,1	3,4	0	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		1	0,4	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	120 GR	171	119,7	65	1,1	0,1	13,6	2,2
	JUGO DE PERA	C071	Pera, cruda	200CC	71	60,35	38	0,2	0,1	7,8	2,7
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	CREMA DE ACELGAS	B003	Acelga, hojas, cruda	240 CC	30	25,5	10	0,6	0,1	1,4	0,7
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		8	8	72	0	8	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPA SALADA	B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	71	1,7	0,1	15,1	1,4
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ALBONDIGAS GUISADAS	F099	Res, carne magra, cruda	120GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		B103	Tomate, crudo		20	16	4	0,1	0	0,7	0,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	FRIJOLES	T006	Frijol bola roja, crudo	60 GR	25	25	93	5,4	0,3	14,7	5
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B103	Tomate, crudo		30	24	6	0,2	0	1	0,3
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE AMARILLO (MARACUYA PIÑA)	C072	Piña, cruda	200CC	70	38,5	22	0,2	0	4,8	0,7
		C056	Maracuyá, cruda		70	22,4	13	0,3	0,1	2,8	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE VERDURAS	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	240 CC	30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B006	Ahuyama, cruda		30	25,5	8	0,2	0,1	1,5	0,3
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	YUCA DORADA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	100	80	127	0,7	0,2	29,9	1,4
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PERNIL DE POLLO CON CHAMPIÑONES	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	120 GR	165	120,5	219	21,8	14,6	0,1	0
		B033	Champiñón, crudo		5	5	2	0,2	0	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE	B077	Pepino Cohombro, crudo	70 GR	40	30	4	0,2	0	0,7	0,2
		B059	Lechuga común, cruda		40	22	4	0,2	0	0,6	0,4
		B103	Tomate, crudo		25	20	5	0,2	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	200CC	70	60,2	33	1	0,1	6,1	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2284**	**98**	**65,9**	**310,7**	**26,3**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**104%**	**111%**	**90%**	**105%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 2 **Dia:** 13

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AVENA CON LECHE	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	200CC	15	15	62	2,5	1,1	9,6	1,5
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo		25	25	125	6,6	6,7	9,6	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	AREPUELAS	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	80 GR	60	60	216	7,5	1	43,4	1,6
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		10	10	6	0,3	0,3	0,3	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		5	5	20	0	0	5	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	HUEVO CON VERDURA	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		B044	Espinaca, cruda		0,1	0,06	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	MELÓN	C060	Melón, crudo	120 GR	240	120	30	0,8	0	6	1
	JUGO DE MANGO	C051	Mango común, crudo	200 CC	120	60	47	0,4	0	10,3	2,3
Almuerzo	SOPA DE PASTA	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	240 CC	20	20	74	3	0,3	14,9	0,6
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		B019	Arveja verde, cruda		5	2	2	0,1	0	0,3	0,1
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		5	4,25	2	0	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON HABICHUELAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B050	Haba verde, cruda		1	0,6	1	0,1	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PURE DE PAPA CRIOLLA	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	80 GR	87	80,04	85	2	0,3	18,6	0,3
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	POLLO ORIENTAL CON AJONJOLI	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	120 GR	132	120,1	246	20,5	18,1	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,5	0,475	1	0	0	0,1	0
		T001	Ajonjolí o sésamo, crudo		0,5	0,5	3	0,1	0,3	0,1	0,1
		1567	Salsa de soya (hidrolizado de proteina vegetal)		5	5	2	0,1	0	0,4	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		314	Raiz china, germinado		0,5	0,5	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE ESPINACA, APIO Y	B044	Espinaca, cruda	70 GR	40	24	8	0,7	0	0,9	0,6
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		40	34	16	0,2	0	3,2	0,9
		B014	Apio, crudo		5	2,5	1	0	0	0,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE MORA	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	67	60,3	45	1	0,1	8,8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE APIO	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240 CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B014	Apio, crudo		5	2,5	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON ARVEJAS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B019	Arveja verde, cruda		0,5	0,2	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PLATANO AL HORNO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80 GR	112	80,64	106	0,9	0,2	24,4	1,9
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CARNE EN HABMBURGUESA	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		170	Migas de pan secas, ralladas y sazonadas		5	5	18	0,7	0,1	3,5	0,2
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS	B026	Calabaza, sin cáscara, cruda	70 GR	40	36	11	0,3	0,1	1,6	1
		B052	Habichuela, cruda		20	18	8	0,4	0	1,3	1
		B078	Pepino de rellenar, crudo		20	18	4	0,1	0	0,7	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	JUGO DE MANZANA	C055	Manzana de agua, cruda	200CC	93	60,45	32	1	1	5,6	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2398**	**92,8**	**82,5**	**310,8**	**20,4**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**109%**	**105%**	**113%**	**105%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 2 **Dia:** 14

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CHOCOLATE	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	200CC	10	10	47	0,4	1,7	7,6	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	A060	Pan blanco, regular, horneado	80 GR	80	80	214	7,1	2,7	39	2,6
		F085	Pollo, pechuga con piel, cruda		65	60,45	100	12,5	5,6	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema		22	22	63	5,1	4,1	1,3	0
	BANANO	C010	Banano común, crudo	120 GR	171	119,7	121	1,8	0,1	26,7	3,1
	JUGO DE PIÑA	C072	Piña, cruda	200CC	219	120,5	67	0,7	0,1	14,9	2
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
Almuerzo	SOPA DE CEBADA	A014	Cebada, perlada, cruda	240CC	10	10	39	1,3	0,2	7,2	1,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		333	Zanahoria, cruda		5	4,45	2	0	0	0,4	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON AJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	YUCA AL PEREJIL	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	100	80	127	0,7	0,2	29,9	1,4
		B079	Perejil, crudo		1	0,9	0	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	GOULASH DE CARNE	F099	Res, carne magra, cruda	120GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		C052	Mango Tommy Atkins, crudo		30	22,8	44	0,1	0	10,7	0,5
		C026	Fresa, pintona, cruda		30	28,5	11	0,2	0,1	2	0,5
		G028	yogurt, bebible, entero, con azúcar		5	5	4	0,1	0,1	0,6	0
	JUGO DE TROPICAL	C079	Sandía, cruda	200CC	60	24	4	0,1	0	0,9	0,1
		C072	Piña, cruda		50	27,5	15	0,2	0	3,4	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
Cena	SOPA DE VERDURAS	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		5	4,25	2	0	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda		1	1	4	0	0	0,7	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	TORTA DE PAPA	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	80GR	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		80	72	70	1	0,1	15	1,4
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		5	5	3	0,2	0,2	0,2	0
		D018	Margarina, con sal		10	10	73	0,1	8,1	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CERDO EN SALSA TERIYAKIE	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	120	120	168	25,7	7	0,2	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		1583	Salsa teriyaki lista para servir		5	5	4	0,3	0	1	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA FRESCA MIXTA	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B052	Habichuela, cruda		30	27	12	0,6	0	1,9	1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
	JUGO DE GUAYABA	C031	Guayaba, madura, cruda	200CC	80	60	43	0,5	0,2	8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2318**	**101,5**	**61,5**	**325,5**	**18,8**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**105%**	**115%**	**84%**	**110%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 3 **Dia:** 15

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	200CC	8	8	29	0	0	7,2	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		1519	Canela molida		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0,1
	AREPA ASADA	A004	Arepa de maíz precocido, con sal	80 GR	30	30	49	1	0,3	11	0,3
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
	CALDO CON PECHUGA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	60 GR	65	60,45	100	12,5	5,6	0,1	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		B028	Cebolla junca, hojas, cruda		5	2,25	1	0	0	0,2	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	MELÓN CON PAPAYA	C060	Melón, crudo	120 GR	100	50	13	0,4	0	3	1
		C065	Papaya, madura, cruda		100	70	28	0,4	0,1	5,7	1
	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	200CC	70	60,2	33	1	0,1	6,1	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE JARDINERA	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240 CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda		10	9,2	10	0	0	2,1	0
		B092	Plátano hartón, verde, crudo		10	6,8	11	0,1	0	2,7	0,1
		B019	Arveja verde, cruda		5	2	2	0,1	0	0,3	0,1
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		333	Zanahoria, cruda		10	8,9	4	0	0	0,9	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ AL CILANTRO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPA RUSTICA AL HORNO	B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	71	1,7	0,1	15,1	1,4
		1533	Orégano, molido		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	POLLO BBQ	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	120 GR	132	120,1	246	20,5	18,1	0	0
		B103	Tomate, crudo		20	16	4	0,1	0	0,7	0,2
		L018	Vinagre		10	10	2	0	0	1	0
		K033	Panela		15	15	55	0,1	0	13,5	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	TORTA DE VERDURA	B003	Acelga, hojas, cruda	70 GR	50	42,5	16	1	0,1	2,3	1,2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		D015	Mantequilla		2	2	15	0	1,6	0	0
	JUGO DE MARACUYÁ	C056	Maracuyá, cruda	200CC	190	60,8	36	0,9	0,3	7,5	0,1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE CONCHITAS	A074	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	240 CC	30	30	111	4	0,4	22,4	1
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON AJONJOLÍ	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		T001	Ajonjolí o sésamo, crudo		0,5	0,5	3	0,1	0,3	0,1	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	YUCA DORADA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	75	60	95	0,5	0,2	22,4	1,1
		D004	Aceite de girasol		12	12	108	0	12	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CARNE EN BISTECK	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		B103	Tomate, crudo		5	4	1	0	0	0,2	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B077	Pepino Cohombro, crudo		40	30	4	0,2	0	0,7	0,2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
		B014	Apio, crudo		10	5	1	0	0	0,2	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
	JUGO DE GUANABANA	384	Guanabana, pulpa sin semilla.	200CC	86	60,2	36	0,7	0,2	8	2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2221**	**86,9**	**77,3**	**287,3**	**16,6**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**101%**	**99%**	**105%**	**97%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 3 **Dia:** 16

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AVENA CON VAINILLA	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	200 CC	10	10	41	1,7	0,8	6,4	1
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		1603	Vainilla, extracto		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	PANCAKE	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	80 GR	60	60	216	7,5	1	43,4	1,6
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		10	10	6	0,3	0,3	0,3	0
		J004	Huevo de gallina, entero, crudo		2	1,8	3	0,2	0,2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	HUEVOS CON ESPINACAS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		B044	Espinaca, cruda		0,1	0,06	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
	UVAS	440	Uva negra, pulpa	120 GR	133	119,7	48	0,5	0	11,5	1
	JUGO DE GUAYABA	C031	Guayaba, madura, cruda	200CC	80	60	43	0,5	0,2	8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SANCOCHITO	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	240CC	10	8	13	0,1	0	3	0,1
		B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda		10	9,2	10	0	0	2,1	0
		B019	Arveja verde, cruda		5	2	2	0,1	0	0,3	0,1
		B092	Plátano hartón, verde, crudo		10	6,8	11	0,1	0	2,7	0,1
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		5	4,25	2	0	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON AJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PLATANO MADURO CON QUESO AL HORNO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80 GR	111	79,92	105	0,9	0,2	24,2	1,8
		G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema		5	5	14	1,2	0,9	0,3	0
		K005	Bocadillo o dulce de guayaba, tradicional		5	5	17	0	0	4	0,2
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	CARNE A LA PLANCHA	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		1529	Laural hojas secas, desmenuzadas		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	LENTEJAS GUISADAS	T026	Lenteja común, cruda	60 GR	25	25	97	5,8	0,2	15	5,3
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA	B099	Repollo blanco, crudo	70 GR	50	35	14	0,6	0,1	2,2	0,9
		B059	Lechuga común, cruda		20	11	2	0,1	0	0,3	0,2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE FRESA	C025	Fresa, madura, cruda	200CC	64	60,8	27	0,5	0,3	5	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE APIO	B014	Apio, crudo	240CC	30	15	4	0,1	0	0,7	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON FIDEOS	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda		1	1	4	0	0	0,7	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CHIPS DE PLÁTANO	B092	Plátano hartón, verde, crudo	80 GR	118	80,24	133	1	0,2	31,5	1
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	E007	Bagre, magro, sin cabeza, crudo	120 GR	130	119,6	111	20,9	2,9	0,2	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO COHOMBRO	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B052	Habichuela, cruda		20	18	8	0,4	0	1,3	1
		B077	Pepino Cohombro, crudo		35	26,25	4	0,1	0	0,6	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
	JUGO DE MANGO	C051	Mango común, crudo	200CC	120	60	47	0,4	0	10,3	2,3
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
							APORTE DEL MENÚ	**2306**	**89,1**	**65,2**	**325,8**	**26,4**
							APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
							% DE ADECUACIÓN	**105%**	**101%**	**89%**	**110%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 3 **Dia:** 17

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CAFÉ CON LECHE	L004	Café soluble, descafeinado, en polvo	200 GR	1	1	4	0,1	0	0,8	0
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		100	100	65	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	PAN DE LECHE	A064	Pan de leche, horneado	80 GR	80	80	225	6,9	3,8	39,8	1,7
	HIGADO ENCEBOLLADO	F109	Res, hígado, crudo	80 GR	80	80	110	16,3	3,6	3,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	BANANO	C010	Banano común, crudo	120 GR	172	120,4	122	1,8	0,1	26,8	3,1
	JUGO DE MORA	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	67	60,3	45	1	0,1	8,8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	AJIACO	B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda	240CC	10	9,2	10	0	0	2,1	0
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		G001	Crema de leche		10	10	33	0,2	4	0,2	0
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		A053	Maíz tierno, crudo		10	10	15	0,3	0,1	3,1	0,3
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B047	Guascas, crudas		1	0,35	0	0	0	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		8	8	72	0	8	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	MAZORCA CON HOGAO	A053	Maíz tierno, crudo	80 GR	80	80	122	2,7	1	24,4	2,1
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PECHUGA DESMECHADA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120 GR	129	120	199	24,8	11	0,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		C002	Aguacate Lorena, crudo		30	23,1	41	0,4	3,1	2	1,5
		B103	Tomate, crudo		20	16	4	0,1	0	0,7	0,2
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		C044	Limón, crudo		5	2,5	1	0	0	0,2	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE CIRUELA	C017	Ciruela, común, cruda	200CC	64	60,8	32	0,4	0,1	6,7	1,5
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE VERDURAS	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240 CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B006	Ahuyama, cruda		5	4,25	1	0	0	0,2	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CRIOLLAS AL OREGANO	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	77	1,8	0,1	16,9	0,5
		1533	Oregano, molido		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CERDO HORNEADO	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	120	120	168	25,7	7	0,2	0
		1529	Laural hojas secas, desmenuzadas		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y LECHUGA	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	70 GR	30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		B059	Lechuga común, cruda		40	22	4	0,2	0	0,6	0,4
		B103	Tomate, crudo		30	24	6	0,2	0	1	0,3
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	200CC	70	60,2	33	1	0,1	6,1	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2334**	**99,4**	**73,1**	**306,5**	**22,5**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**106%**	**113%**	**100%**	**103%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 3 **Dia:** 18

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CHOCOLATE	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	200CC	10	10	47	0,4	1,7	7,6	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	80 GR	80	80	222	7,1	1,3	45,4	0,6
		F085	Pollo, pechuga con piel, cruda		65	60,45	100	12,5	5,6	0,1	0
		B059	Lechuga común, cruda		5	2,75	0	0	0	0,1	0
		B103	Tomate, crudo		20	16	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	SANDIA	C079	Sandia, cruda	120 GR	299	119,6	20	0,5	0	4,4	0,5
	JUGO DE PERA	C071	Pera, cruda	200CC	71	60,35	38	0,2	0,1	7,8	2,7
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE ARROZ	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	240 CC	20	20	71	1,3	0,1	16	0
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON PEREJIL	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PURE DE PAPA GRATINADO	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	80 GR	89	80,1	78	2	0,2	16,7	1,5
		B028	Cebolla junca, hojas, cruda		5	2,25	1	0	0	0,2	0
		G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema		5	5	14	1,2	0,9	0,3	0
		D015	Mantequilla		5	5	37	0	4,1	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CARNE SUDADA	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B080	Pimentón rojo, crudo		5	4,25	1	0	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		40	34	16	0,2	0	3,2	0,9
		B025	Brócoli, crudo		40	16	7	0	0	1,1	0,4
		C044	Limón, crudo		5	2,5	1	0	0	0,2	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE MANGO	C051	Mango común, crudo	200CC	120	60	47	0,4	0	10,3	2,3
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE ACELGAS	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B003	Acelga, hojas, cruda		10	8,5	3	0,2	0	0,5	0,2
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		5	4,25	2	0	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON CEBOLLA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		1	0,95	0	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PLATANO CON BOCADILLOAL HORNO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80 GR	112	80,64	106	0,9	0,2	24,4	1,9
		K006	Bocadillo o dulce de guayaba, veleño		5	5	16	0	0	4	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	GOULASH DE POLLO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120 GR	129	120	199	24,8	11	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIAS	B026	Calabaza, sin cáscara, cruda	70 GR	40	36	11	0,3	0,1	1,6	1
		B023	Berenjena, con cáscara, cruda		40	30	11	0	0,1	1,7	1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		A053	Maíz tierno, crudo		1	1	2	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	JUGO DE DURAZNO	C023	Durazno, crudo	200CC	71	60,35	35	1	0,1	7,5	0,9
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2234**	**94,6**	**68,3**	**304,4**	**19,6**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**102%**	**108%**	**90%**	**102%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 3 **Día:** 19

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	MAIZENA CON VAINILLA	A001	Almidón de maíz, crudo	200CC	10	10	37	0	0	9,1	0,1
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	DEDITO DE QUESO	184	Palo de queso horneado	80 GR	80	80	289	6,9	13,8	34,3	2,1
	HUEVOS PERICOS	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		B103	Tomate, crudo		2	1,6	0	0	0	0,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		2	1,9	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	120 GR	172	120,4	65	1,1	0,1	13,7	2,2
	JUGO DE MELON	C060	Melón, crudo	200 CC	120	60	15	0,4	0	3	1
		K003	Azucar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
Almuerzo	SOPA DE CEBADA	A014	Cebada, perlada, cruda	240 CC	10	10	39	1,3	0,2	7,2	1,5
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		333	Zanahoria, cruda		5	4,45	2	0	0	0,4	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	YUCA AL PEREJIL	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	100	80	127	0,7	0,2	29,9	1,4
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARVEJAS GUISADOS	T003	Arveja seca, cruda	60 GR	25	25	94	6	0,3	15,1	3,5
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CERDO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	132	132	185	28,2	8	0,3	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		10	10	6	0,3	0,3	0,3	0
		D015	Mantequilla		1	1	7	0	0,8	0	0
		B033	Champiñón, crudo		10	10	3	0,3	0,1	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		3	3	27	0	3	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	40	22	4	0,2	0	0,6	0,4
		B103	Tomate, crudo		30	24	6	0,2	0	1	0,3
		B027	Cebolla cabezona, cruda		30	28,5	11	0,4	0	2,2	0,5
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE PIÑA	C072	Piña, cruda	200CC	110	60,5	34	0,4	0,1	7,5	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE AVENA	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	240 CC	30	30	123	5,1	2,3	19,2	2,9
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON CILANTRO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPA EN SALSA BLANCA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	80 GR	80	72	70	1	0,1	15	1,4
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		G001	Crema de leche		2	2	7	0	1	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CARNE AL PIMENTÓN	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B080	Pimentón rojo, crudo		5	4,25	1	0	0	0,3	0,1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS	B099	Repollo blanco, crudo	70 GR	50	35	14	0,6	0,1	2,2	0,9
		B059	Lechuga común, cruda		50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		C072	Piña, cruda		10	5,5	3	0	0	0,7	0,1
		465	Uvas pasás sin semilla		2	2	7	0,1	0	1,6	0
	JUGO DE MORA	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	67	60,3	45	1	0,1	8,8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2470**	**103,7**	**71,9**	**338,4**	**28,1**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**112%**	**118%**	**98%**	**114%**	

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG/N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 3 **Dia:** 20

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	200CC	8	8	29	0	0	7,2	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		1519	Canela molida		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0,1
	PAN BLANCO	A060	Pan blanco, regular, horneado	80 GR	80	80	214	7,1	2,7	39	2,6
	CALDO CON CARNE	F099	Res, carne magra, cruda	60 GR	60	60	83	13,1	3,4	0	0
		B028	Cebolla junca, hojas, cruda		5	2,25	1	0	0	0,2	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPAYA	C065	Papaya, madura, cruda	120 GR	171	119,7	48	0,6	0,1	9,8	2
	JUO DE MANGO	C051	Mango común, crudo	200 CC	120	60	47	0,4	0	10,3	2,3
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	CREMA DE ESPINACAS	B044	Espinaca, cruda	240 CC	30	18	6	0,5	0	0,7	0,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PASTA GUISADA	A074	pasta alimentacia, sin enriquecer, cruda	120 GR	55	55	204	7	0,8	41,1	1,8
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PLÁTANO FRITO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80GR	112	80,64	106	0,9	0,2	24,4	1,9
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ALBONDIGAS GUISADAS	F099	Res, carne magra, cruda	120GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	70 GR	50	40	21	0,6	0	4,1	1,1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		40	34	16	0,2	0	3,2	0,9
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE FRESA	C025	Fresa, madura, cruda	200CC	64	60,8	27	0,5	0,3	5	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE FIDEOS	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	240 CC	20	20	74	3	0,3	14,9	0,6
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON ZANAHORIA	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		1	0,85	0	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	YUCA AL PEREJIL	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	100	80	127	0,7	0,2	29,9	1,4
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	POLLO EN SALSA DE MARACUYÁ	F075	Pollo, contramusto sin piel, cruda	120 GR	132	120,1	167	22,7	8	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		5	5	20	0	0	5	0
		C056	Maracuyá, cruda		10	3,2	2	0	0	0,4	0
		A001	Almidón de maíz, crudo		5	5	19	0	0	4,6	0
		D015	Mantequilla		5	5	37	0	4,1	0	0
	ENSALADA DE ESPINACA, MELÓN, COCO Y ZANAHORIA	B044	Espinaca, cruda	70 GR	50	30	10	0,9	0,1	1,1	0,8
		C060	Melón, crudo		30	15	4	0,1	0	1	0
		C020	Coco, Deshidratado		1	1	6	0	0,4	0,6	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		G001	Crema de leche		10	10	33	0,2	4	0,2	0
	JUGO DE UVA	C086	Uva Isabella, cruda	200CC	67	60,3	31	0,2	0	7,3	0,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	2331	96,7	70,2	316,5	21,8
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	2200	88	73,3	297	
						% DE ADECUACIÓN	106%	110%	96%	107%	

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG/ N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 3 **Dia:** 21

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CAFÉ CON LECHE	1036	Café instantaneo, polvo.	200 CC	1	1	2	0,1	0	0,4	0
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	AREPUELAS	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	80 GR	60	60	216	7,5	1	43,4	1,6
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		10	10	6	0,3	0,3	0,3	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		5	5	20	0	0	5	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	HUEVO CON QUESO Y MAIZ	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema		22	22	63	5,1	4,1	1,3	0
		A043	Maíz amarillo, crudo		0,5	0,5	2	0	0	0,4	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
	PERA	C071	Pera, cruda	120 GR	141	119,9	76	0,4	0,2	15,5	5,3
	JUGO DE DURAZNO	C023	Durazno, crudo	200 CC	141	119,9	70	1	0,1	15	1,8
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE MUTE	A048	Maíz mute, cocido, sin sal	250CC	15	15	15	0,4	0,1	3	0
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		B006	Ahuyama, cruda		5	4,25	1	0	0	0,2	0
		T003	Arveja seca, cruda		7	7	26	1,7	0,1	4,2	1
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		333	Zanahoria, cruda		5	4,45	2	0	0	0,4	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ PERLADO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		8	8	72	0	8	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPA DORADA	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda	80 GR	80	72	70	1	0,1	15	1,4
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA	F091	Pollo, pierna o colombina con piel, cruda	75 GR	180	131,4	239	23,8	15,9	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		3	3	27	0	3	0	0
	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON	B044	Espinaca, cruda	70 GR	50	30	10	0,9	0,1	1,1	0,8
		333	Zanahoria, cruda		30	26,7	12	0	0,1	2,7	1
		C060	Melón, crudo		30	15	4	0,1	0	1	0
		G001	Crema de leche		5	5	17	0,1	2	0,1	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		1	1	4	0	0	1	0
	JUGO DE MORA	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	67	60,3	45	1	0,1	8,8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE VERDURA	A033	Harina de maíz amarillo, precocida	240 CC	10	10	39	0,8	0,3	7,8	0,7
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON MANÍ	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		8	8	72	0	8	0	0
		T028	Maní, con piel, crudo		1	1	6	0,3	0,5	0,2	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	MONEDAS DE PLÁTANO	B092	Plátano hartón, verde, crudo	80 GR	118	80,24	133	1	0,2	31,5	1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	CARNE EN JULIANAS	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		B081	Pimentón verde, crudo		2	1,6	0	0	0	0,1	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y ZANAHORIA	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		C054	Manzana común cruda		20	17	12	0,1	0	2,8	0,3
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		G028	yogurt, bebible, entero, con azúcar		5	5	4	0,1	0,1	0,6	0
	JUGO DE MANZANA	C055	Manzana de agua, cruda	200CC	60	39	21	0,7	0	3,6	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2378**	**92,6**	**76,2**	**317,2**	**23,2**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**108%**	**105%**	**104%**	**107%**	

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 4 **Dia:** 22

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CHOCOLATE	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	200 CC	10	10	47	0,4	1,7	7,6	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	A060	Pan blanco, regular, horneado	80 GR	80	80	214	7,1	2,7	39	2,6
		F085	Pollo, pechuga con piel, cruda		65	60,45	100	12,5	5,6	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema		22	22	63	5,1	4,1	1,3	0
	SANDIA	C079	Sandia, cruda	120 GR	299	119,6	20	0,5	0	4,4	0,5
	JUGO DE PIÑA	C072	Piña, cruda	200CC	110	60,5	34	0,4	0,1	7,5	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA CAMPESINA	A053	Maiz tierno, crudo	240CC	10	10	15	0,3	0,1	3,1	0,3
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		B050	Haba verde, cruda		10	6	9	0,6	0	1,4	0,3
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		333	Zanahoria, cruda		10	8,9	4	0	0	0,9	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ VERDE	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		B044	Espinaca, cruda		1	0,6	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CARNE DESMECHADA	F123	Res, sobrebarriga, cocida, sin sal	120 GR	120	120	397	29	31	0	0
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
	FRIJOL GUISADO	T006	Frijol bola roja, crudo	60 GR	25	25	93	5,4	0,3	14,7	5
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		B077	Pepino Cohombro, crudo		30	22,5	3	0,1	0	0,5	0,2
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		L015	Sal		5	5	0	0	0	0	0
	JUGO DE MANGO	C051	Mango común, crudo	200CC	120	60	47	0,4	0	10,3	2,3
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE ZANAHORIA	B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	240 CC	30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		B028	Cebolla junca, hojas, cruda		10	4,5	2	0,1	0	0,3	0,1
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	YUCA AL CILANTRO	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	100	80	127	0,7	0,2	29,9	1,4
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CERDO EN SALSA DE CIRUELAS	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	120	120	168	25,7	7	0,2	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		1577	Salsa inglesa		5	5	4	0,3	0	1	0
		370	Ciruela, pasas, (menor humedad) sin cocer		5	5	19	0,2	0	4,5	0,4
		K003	Azúcar blanco, granulado		2	2	8	0	0	2	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B103	Tomate, crudo		30	24	6	0,2	0	1	0,3
		B027	Cebolla cabezona, cruda		20	19	8	0,3	0	1,5	0,3
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE UVA	C086	Uva Isabella, cruda	200CC	67	60,3	31	0,2	0	7,3	0,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2337**	**106,1**	**75,9**	**295,3**	**22,3**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**106%**	**121%**	**104%**	**99%**	

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG. Nº MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 4 **Dia:** 23

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CAFÉ CON LECHE	1036	Café instantaneo, polvo.	200 CC	1	1	2	0,1	0	0,4	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	PAN DE MANTEQUILLA	A060	Pan blanco, regular, horneado	80 GR	80	80	214	7,1	2,7	39	2,6
	TORTILLA DE HUEVO	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		10	10	6	0,3	0,3	0,3	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		1	0,4	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	MANZANA	C054	Manzana común cruda	120 GR	141	119,9	86	0,4	0,2	19,8	1,8
	JUGO DE PAPAYA	C065	Papaya, madura, cruda	200 CC	171	119,7	48	0,6	0,1	9,8	2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	CREMA DE ARRACACHA	B015	Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda	240 CC	40	32	36	0,3	0	8,4	0,2
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON AJONJOLI	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		T001	Ajonjolí o sésamo, crudo		0,1	0,1	1	0	0,1	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	POLLO AL HORNO	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	120 GR	132	120,1	246	20,5	18,1	0	0
		1548	Laurel, hojas, maduras		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		1534	Paprika		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PLÁTANO FRITO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80 GR	112	80,64	106	0,9	0,2	24,4	1,9
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B060	Lechuga, romana, cruda		30	16,5	4	0,2	0	0,5	0,3
		C065	Papaya, madura, cruda		25	17,5	7	0,1	0	1,4	0
		C060	Melón, crudo		20	10	3	0,1	0	1	0
		G028	yogurt, bebible, entero, con azúcar		10	10	8	0,3	0,3	1,1	0
	JUGO DE FRUTOS ROJOS	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	35	31,5	23	0	0	4,6	1,7
		C025	Fresa, madura, cruda		30	28,5	13	0,2	0,1	2,4	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE VERDURAS	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240 CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B006	Ahuyama, cruda		10	8,5	3	0,1	0	0,5	0,1
		B078	Pepino de rellenar, crudo		5	4,5	1	0	0	0,2	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON MAIZ	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		A053	Maíz tierno, crudo		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PURE DE PAPA CON CILANTRO	B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	71	1,7	0,1	15,1	1,4
		B035	Cilantro, crudo		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0,1
		D015	Mantequilla		5	5	37	0	4,1	0	0
		G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema		2	2	6	0,5	0,4	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CARNE EN SALSA TERIYAKY	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		T001	Ajonjolí o sésamo, crudo		0,5	0,5	3	0,1	0,3	0,1	0,1
		1583	Salsa teriyaki lista para servir		10	10	9	0,6	0	2	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA	B044	Espinaca, cruda	70 GR	50	30	10	0,9	0,1	1,1	0,8
		C052	Mango Tommy Atkins, crudo		30	22,8	44	0,1	0	10,7	0,5
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
		K003	Azúcar blanco, granulado		5	5	20	0	0	5	0
		C050	Mandarina, cruda		10	7	4	0,1	0	0,8	0,1
	JUGO TUTY FRUTY	C079	Sandía, cruda	200CC	60	24	4	0,1	0	0,9	0,1
		C072	Piña, cruda		60	33	18	0,2	0	4,1	0,6
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2217**	**81,5**	**68,1**	**308,1**	**19,7**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**101%**	**93%**	**93%**	**104%**	

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG/N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 4 **Dia:** 24

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AVENA EN LECHE	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	200CC	10	10	41	1,7	0,8	6,4	1
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	AREPA ASADA	A004	Arepa de maiz precocido, con sal	80GR	80	80	130	2,6	0,7	28	0,7
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	CALDO CON PECHUGA	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	60 GR	65	60,45	100	12,5	5,6	0,1	0
		B072	Papa, variedad harinosa, criolla, sin cáscara, cruda		10	9,2	10	0	0	2,1	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		B028	Cebolla junca, hojas, cruda		5	2,25	1	0	0	0,2	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	MANDARINA	C050	Mandarina, cruda	120GR	171	119,7	65	1,1	0,1	13,6	2,2
	JUGO DE GUAYABA	C031	Guayaba, madura, cruda	200CC	80	60	43	0,5	0,2	8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	CUCHUCO DE TRIGO	A018	Cuchuco de trigo, crudo	240CC	10	10	36	1,3	0,1	7	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		B006	Ahuyama, cruda		10	8,5	3	0,1	0	0,5	0,1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON AJO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CARNE CON CHAMPIÑONES	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		B033	Champiñón, crudo		20	20	6	0,6	0,1	1	0
		G001	Crema de leche		10	10	33	0,2	4	0,2	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	YUCA FRITA	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	75	60	95	0,5	0,2	22,4	1,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		B077	Pepino Cohombro, crudo		20	15	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	JUGO DE MARACUYÁ	C056	Maracuyá, cruda	200CC	188	60,16	36	0,9	0,3	7,5	0,1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE VERDURAS	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240 CC	10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
		B006	Ahuyama, cruda		20	17	5	0,1	0	1	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON FIDEOS	A009	Arroz blanco, pulido, cocido, sin sal	120 GR	55	55	89	1,3	1,2	17,9	0,9
		A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda		1	1	4	0	0	0,7	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PLÁTANO CHIPS	B092	Plátano hartón, verde, crudo	80 GR	118	80,24	133	1	0,2	31,5	1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
	PESCADO AL PEREJIL	E007	Bagre, magro, sin cabeza, crudo	120 GR	130	119,6	111	20,9	2,9	0,2	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y COHOMBRO	B101	Repollo morado, crudo	70 GR	40	34	13	0,5	0,1	2,2	0,7
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
		B077	Pepino Cohombro, crudo		20	15	2	0,1	0	0,3	0,1
		G028	yogurt, bebible, entero, con azúcar		10	10	8	0,3	0,3	1,1	0
	JUGO DE MANGO	C051	Mango común, crudo	200CC	120	60	47	0,4	0	10,3	2,3
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	2192	85,7	72,6	288,9	19,7
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	2200	88	73,3	297	
						% DE ADECUACIÓN	100%	97%	99%	97%	

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG/ N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 4 **Dia:** 25

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	AGUA DE PANELA CON LECHE	K033	Panela	200CC	8	8	29	0	0	7,2	0
		G012	Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
	PAN DE COCO	A063	Pan de dulce, regular, horneado	80 GR	80	80	262	7,1	3,4	50,5	0,5
	HUEVO CON MAIZ	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		A043	Maiz amarillo, crudo		1	1	4	0,1	0	0,7	0,1
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PERA	C071	Pera, cruda	120 GR	141	119,9	76	0,4	0,2	15,5	5,3
	JUGO DE GUANABANA	384	Guanabana, pulpa sin semilla	200CC	171	119,7	71	1,3	0,4	16	4
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	CREMA DE CHAMPIÑONES	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	240 CC	20	20	72	2,5	0,3	14,5	0,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		B033	Champiñón, crudo		20	20	6	0,6	0,1	1	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CERDO A LA PLANCHA	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	120	120	168	25,7	7	0,2	0
		1529	Laural hojas secas, desmenuzadas		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		1541	Tomillo, molido		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	GARBANZOS GUISADOS	T019	Garbanzo, crudo	60 GR	25	25	98	5	1,4	14,7	3,6
		B103	Tomate, crudo		5	4	1	0	0	0,2	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B044	Espinaca, cruda		30	18	6	0,5	0	0,7	0,5
		C052	Mango Tommy Atkins, crudo		40	30,4	59	0,1	0	14,3	0,6
		T028	Maní, con piel, crudo		1	1	6	0,3	0,5	0,2	0,1
		G028	yogurt, bebible, entero, con azúcar		5	5	4	0,1	0,1	0,6	0
	JUGO DE PIÑA	C072	Piña, cruda	200CC	218	119,9	67	0,7	0,1	14,9	2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE CONCHITAS	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	240 CC	10	10	37	1	0,2	7,5	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON PIMENTON VERDE	A009	Arroz blanco, pulido, cocido, sin sal	120 GR	55	55	89	1,3	1,2	17,9	0,9
		B081	Pimentón verde, crudo		1	0,8	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CASQUITOS DE PAPA	B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	71	1,7	0,1	15,1	1,4
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PERNIL DE POLLO MIEL MOSTAZA	F073	Pollo, contramuslo con piel, crudo	75 GR	144	131	269	22,4	19,8	0	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		K031	Miel de abejas, líquida		2	2	7	0	0	1,6	0
		L016	Salsa de mostaza		2	2	2	0,1	0,1	0,3	0,1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI	B025	Brócoli, crudo	70 GR	40	16	7	0	0	1,1	0,4
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		40	34	16	0,2	0	3,2	0,9
		B026	Calabaza, sin cáscara, cruda		30	27	8	0,2	0,1	1,2	0,8
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE LULO	C045	Lulo, crudo	200CC	100	60	29	0,5	0,1	5,3	2,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	2288	87,8	75	302,8	27,6
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	2200	88	73,3	297	
						% DE ADECUACIÓN	104%	100%	102%	102%	

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG/ N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 4 **Dia:** 26

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	MAIZENA CON VAINILLA	A001	Almidón de maiz, crudo	200CC	10	10	37	0	0	9,1	0,1
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	GALLETA	A027	Galletas saladas, tipo soda	30 GR	30	30	127	2,9	2,9	21,9	1
	CALDO CON CARNE Y PAPA	F099	Res, carne magra, cruda	60 GR	60	60	83	13,1	3,4	0	0
		B028	Cebolla junca, hojas, cruda		5	2,25	1	0	0	0,2	0
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda		10	10	9	0,2	0	1,9	0,2
	MELÓN	C060	Melón, crudo	120	240	120	30	0,8	0	6	1
	JUGO DE DURAZNO	C023	Durazno, crudo	200CC	141	119,9	70	1	0,1	15	1,8
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE COLICERO	B084	Plátano coli o guineo, verde, crudo	250CC	30	18	23	0,2	0	5,5	0,1
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ CON CILANTRO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		8	8	72	0	8	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CHOP SUEY DE POLLO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120 GR	129	120	199	24,8	11	0,1	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		B081	Pimentón verde, crudo		10	8	2	0,1	0	0,4	0,2
		1567	Salsa de soya (hidrolizado de proteina vegetal)		5	5	2	0,1	0	0,4	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	PURE DE PAPA CRIOLLA	B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	77	1,8	0,1	16,9	0,5
		D015	Mantequilla		5	5	37	0	4,1	0	0
		G021	Queso fresco, semiduro, semimagro, tipo doble crema		5	5	14	1,2	0,9	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y	B059	Lechuga común, cruda	80 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		B103	Tomate, crudo		30	24	6	0,2	0	1	0,3
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		30	25,5	12	0,2	0	2,4	0,7
		L018	Vinagre		5	5	1	0	0	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE MORA	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	67	60,3	45	1	0,1	8,8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	CREMA DE ESPINACAS	B044	Espinaca, cruda	240 CC	30	18	6	0,5	0	0,7	0,5
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		30	27	26	1	0,1	5,6	0,5
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ AL CILANTRO	A001	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	204	0,2	0,1	50,3	0,5
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PLÁTANO ACARAMELADO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80 GR	112	80,64	106	0,9	0,2	24,4	1,9
		D015	Mantequilla		15	15	111	0,1	12,3	0	0
		K033	Panela		5	5	18	0	0	4,5	0
		1519	Canela molida		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ALBONDIGAS GUISADAS	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		5	5	18	0,6	0,1	3,6	0,1
		B103	Tomate, crudo		10	8	2	0,1	0	0,3	0,1
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO	B044	Espinaca, cruda	70 GR	50	30	10	0,9	0,1	1,1	0,8
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		20	17	8	0,1	0	1,6	0,5
		C052	Mango Tommy Atkins, crudo		30	22,8	44	0,1	0	10,7	0,5
		G001	Crema de leche		10	10	33	0,2	4	0,2	0
	JUGO DE MANZANA	C055	Manzana de agua, cruda	200CC	93	60,45	32	1	1	5,6	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2267**	**89,3**	**73,9**	**304,5**	**17,8**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**103%**	**101%**	**101%**	**103%**	

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG/ N° MND 03802

JPS SUMISERVI

ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 4 **Dia:** 27

Tiempo de comida		Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CHOCOLATE CON LECHE	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	200 CC	10	10	47	0,4	1,7	7,6	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
	DEDITO DE QUESO	184	Palo de queso horneado	80 GR	80	80	289	6,9	13,8	34,3	2,1
	HUEVO CON TOMATE	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	50 GR	55	49,5	74	6,2	5,3	0,1	0
		B103	Tomate, crudo		1	0,8	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	NARANJA	C062	Naranja, cruda	100GR	167	100,2	41	0,7	0,3	8,8	0,2
	JUGO DE MORA	C061	Mora de castilla, cruda	200CC	67	60,3	45	1	0,1	8,8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE CEBADA PERLADA	A014	Cebada, perlada, cruda	240 CC	10	10	39	1,3	0,2	7,2	1,5
		A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda		10	10	36	1,3	0,2	7,2	0,3
		B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		333	Zanahoria, cruda		5	4,45	2	0	0	0,4	0
		B052	Habichuela, cruda		5	4,5	2	0,1	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		B035	Cilantro, crudo		0,5	0,45	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	120 GR	141	119,9	198	18,6	13,7	0	0
		1533	Oregano, molido		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		1548	Laurel, hojas, maduras		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	YUCA AL VAPOR	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	80 GR	75	60	95	0,5	0,2	22,4	1,1
		B028	Cebolla junca, hojas, cruda		5	2,25	1	0	0	0,2	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE AGUACATE CON	B059	Lechuga común, cruda	70 GR	50	27,5	5	0,2	0	0,7	0,5
		C002	Aguacate Lorena, crudo		30	23,1	41	0,4	3,1	2	1,5
		B027	Cebolla cabezona, cruda		5	4,75	2	0,1	0	0,4	0,1
		B103	Tomate, crudo		20	16	4	0,1	0	0,7	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		C044	Limón, crudo		1	0,5	0	0	0	0	0
	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	200CC	70	60,2	33	1	0,1	6,1	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE AVENA	A012	Avena en Hojuelas, Precocida	240 CC	20	20	82	3,4	1,5	12,8	2
		B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda		10	10	9	0,2	0	1,9	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		333	Zanahoria, cruda		10	8,9	4	0	0	0,9	0
	ARROZ CON AJONJOLI	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		T001	Ajonjolí o sésamo, crudo		0,5	0,5	3	0,1	0,3	0,1	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	PAPA EN SALSA BECHAMEL	B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	71	1,7	0,1	15,1	1,4
		G008	Leche de vaca, entera, en polvo		5	5	25	1,3	1,3	1,9	0
		A001	Almidón de maíz, crudo		5	5	19	0	0	4,6	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	CERDO A LAS FINAS HIERBAS	F011	Cerdo, carne magra, cruda	120 GR	120	120	168	25,7	7	0,2	0
		B009	Ajo, crudo		0,1	0,095	0	0	0	0	0
		1541	Tomillo, molido		0,1	0,1	0	0	0	0,1	0
		1529	Laural hojas secas, desmenuzadas		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA VERDE MIXTA	B044	Espinaca, cruda	70 GR	50	30	10	0,9	0,1	1,1	0,8
		B059	Lechuga común, cruda		20	11	2	0,1	0	0,3	0,2
		B077	Pepino Cohombro, crudo		30	22,5	3	0,1	0	0,5	0,2
		B081	Pimentón verde, crudo		10	8	2	0,1	0	0,4	0,2
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE GUAYABA	C031	Guayaba, madura, cruda	200CC	80	60	43	0,5	0,2	8	3,2
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2262**	**86,1**	**78**	**291,8**	**23,6**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**103%**	**98%**	**106%**	**98%**	

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG/N° MND 03802

JPS SUMISERVI
ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL DIETA NORMAL

Entidad: HOSPITAL REGIONALDE LA ORINOQUIA **Semana:** 4 **Dia:** 28

Tiempo de comida	Preparación	Codigo	Nombre Alimento	Porción servida	Peso Bruto	Peso Neto	Energia (Kcal)	Proteina (g)	Lipidos (g)	Carbohidratos Totales (g)	Fibra Dietaria (g)
Desayuno	CAFÉ CON LECHE	1036	Café instantaneo, polvo.	200CC	1	1	2	0,1	0	0,4	0
		G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada		100	100	55	3,2	3,2	3,4	0
		K003	Azúcar blanco, granulado		10	10	40	0	0	9,9	0
	AREPA ASADA	A005	Arepa de maiz precocido, sin sal	80 GR	80	80	125	2,7	0,4	27,6	0
	HIGADO ENCEBOLLADO	F109	Res, hígado, crudo	80 GR	80	80	110	16,3	3,6	3,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		D004	Aceite de girasol		2	2	18	0	2	0	0
		L015	Sal		5	5	0	0	0	0	0
	BANANO	C010	Banano común, crudo	120 GR	172	120,4	122	1,8	0,1	26,8	3,1
	JUGO DE MELON	C060	Melón, crudo	200CC	240	120	30	0,8	0	6	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Almuerzo	SOPA DE VERDURAS	B076	Papa, variedad harinosa, pastusa, sin cáscara, cruda		10	9	9	0	0	1,9	0,2
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		10	4	1	0	0	0,3	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda		10	8	13	0,1	0	3	0,1
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ AL PEREJIL	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	120 GR	55	55	194	3,7	0,2	44,1	1
		B079	Perejil, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	HAMBURGUESA DE RES	F099	Res, carne magra, cruda	120 GR	120	120	167	26,2	6,8	0	0
		170	Migas de pan secas, ralladas y sazonadas		10	10	36	1,4	0,3	7	0,4
		B009	Ajo, crudo		1	0,95	1	0	0	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	PAPA FRANCESA	B074	Papa, variedad harinosa, pastusa, con cáscara, cruda	80 GR	80	80	71	1,7	0,1	15,1	1,4
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		10	10	90	0	10	0	0
	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA Y MANZANA	B099	Repollo blanco, crudo	70 GR	40	28	11	0,5	0,1	1,8	0,7
		B100	Repollo morado, cocido, sin sal		40	40	12	0	0,1	1,9	1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		C054	Manzana común cruda		5	4,25	3	0	0	0,7	0,1
		G028	yogurt, bebible, entero, con azúcar		10	10	8	0,3	0,3	1,1	0
	JUGO DE FRESA	C025	Fresa, madura, cruda	200CC	64	60,8	27	0,5	0,3	5	1
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
Cena	SOPA DE ARROZ	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	240 CC	20	20	71	1,3	0,1	16	0
		B071	Papa variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda		30	30	29	0,7	0	6,3	0,2
		T003	Arveja seca, cruda		5	5	19	1,2	0,1	3	0,7
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		5	2	1	0	0	0,1	0
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		10	8,5	4	0,1	0	0,8	0,2
		B052	Habichuela, cruda		10	9	4	0,2	0	0,6	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ARROZ BLANCO	A009	Arroz blanco, pulido, cocido, sin sal	120 GR	55	55	89	1,3	1,2	17,9	0,9
		B029	Cebolla junca, tallos, cruda		1	0,4	0	0	0	0	0
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	TAJADA DE MADURO	B089	plátano hartón, maduro, crudo	80 GR	112	80,64	106	0,9	0,2	24,4	1,9
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
	FRICASSE DE POLLO	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	120 GR	129	120	199	24,8	11	0,1	0
		B009	Ajo, crudo		0,5	0,475	1	0	0	0,1	0
		B027	Cebolla cabezona, cruda		10	9,5	4	0,1	0	0,7	0,2
		B080	Pimentón rojo, crudo		10	8,5	3	0	0	0,5	0,1
		D004	Aceite de girasol		5	5	45	0	5	0	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA Y CILANTRO	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	70GR	50	40	21	0,6	0	4,1	1,1
		B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda		40	34	16	0,2	0	3,2	0,9
		B035	Cilantro, crudo		0,1	0,09	0	0	0	0	0
		D020	Mayonesa, con sal		5	5	16	0	1,7	0,3	0
		L015	Sal		0,1	0,1	0	0	0	0	0
	JUGO DE PERA	C071	Pera, cruda	200CC	71	60,35	38	0,2	0,1	7,8	2,7
		K003	Azúcar blanco, granulado		12	12	48	0	0	11,9	0
						APORTE DEL MENÚ	**2151**	**91,4**	**66,9**	**283,9**	**19,5**
						APORTE DE LA MINUTA PATRON	**2200**	**88**	**73,3**	**297**	
						% DE ADECUACIÓN	**98%**	**104%**	**91%**	**96%**	

KATHRYN NAVARRO ZARATE
NUTRICIONISTA DIETISTA
REG/N° MND 03802

JPS SUMISERVI

PORCENTAJE DE ADECUACION DEL ANÁLISIS QUIMICO Y NUTRICIONAL

PORCENTAJE DE ADECUACIÓN SEMANAL				
SEMANA ___1___				
MENÚ	KILOCALORIAS	PPROTEÍNAS	GRASAS	CARBOHIDRATOS
1	2315	91,2	80,4	294,4
2	2407	92,4	71,9	338,1
3	2371	89,5	68,1	337,8
4	2202	93,2	60,7	305,7
5	2278	94,4	69,7	307,1
6	2236	91,8	72	297,9
7	2309	87,3	78,7	300,1
MENUS	2303	91	72	312
PATRON	2200	88,0	73,2	297,0
% DE ADECUACIÓN	105%	104%	98%	105%

PORCENTAJE DE ADECUACIÓN SEMANAL				
SEMANA ___2___				
MENÚ	KILOCALORIAS	PPROTEÍNAS	GRASAS	CARBOHIDRATOS
8	2241	85,2	71,2	305,3
9	2198	101,7	68,1	283,1
10	2417	95	75,8	331,3
11	2482	94,8	75,7	345,4
12	2284	98	65,9	310,7
13	2398	92,8	82,5	310,8
14	2318	101,5	61,5	325,5
MENUS	2334	96	72	316
PATRON	2200	88,0	73,2	297,0
% DE ADECUACIÓN	106%	109%	98%	106%

PORCENTAJE DE ADECUACIÓN SEMANAL				
SEMANA ___3___				
MENÚ	KILOCALORIAS	PPROTEÍNAS	GRASAS	CARBOHIDRATOS
15	2221	86,9	77,3	287,3
16	2306	89,1	65,2	325,8
17	2334	99,4	73,1	306,5
18	2234	94,6	66,3	304,4
19	2470	103,7	71,9	338,4
20	2331	96,7	70,2	316,5
21	2378	92,6	76,2	317,2
MENUS	2325	95	71	314
PATRON	2200	88,0	73,2	297,0
% DE	106%	108%	98%	106%

PORCENTAJE DE ADECUACIÓN SEMANAL				
SEMANA ___4___				
MENÚ	KILOCALORIAS	PPROTEÍNAS	GRASAS	CARBOHIDRATOS
22	2337	106,1	75,9	295,3
23	2217	81,5	68,1	308,1
24	2192	85,7	72,6	288,9
25	2288	87,8	75	302,8
26	2267	89,3	73,9	304,5
27	2262	86,1	78	291,8
28	2151	91,4	66,9	283,9
MENUS	2245	90	73	296
PATRON	2200	88,0	73,2	297,0
% DE	102%	102%	100%	100%

Kathryn Navarro Z

KATHRYN NAVARRO ZARATE

NUTRICIONISTA DIETISTA

REG. N° MND 03802

SEMANA	1	N. MENÚ	1		DIA DE LA SEMANA		LUNES		TIEMPO DE COMIDA		DESAYUNO						
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE DESCREMADA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE DESCREMADA	AROMATICA	KUMIS	KUMIS	CAFÉ CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HUEVO PERICO	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	HUEVO PERICO	HUEVO PERICO	HUEVO PERICO	HUEVO PERICO	HUEVO PERICO	HUEVO PERICO	HUEVOS REVUELTOS	HUEVOS REVUELTOS	HUEVO COCIDO	HUEBO COCIDO	LICUADO DE CARNE	HUEVO PERICO	HUEVO PERICO
Cereales	DEDITO DE QUESO				DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	PAN BLANCO	DEDITO DE QUESO	PAN BLANCO DESMENUZADO	PAN BLANCO DESMENUZADO	DEDITO DE QUESO
Jugo de fruta	JUGO DE PERA		JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	AGUA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	PAPAYA PICADA	GELATINA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE PAPAYA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	MANZANA ROJA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUANABANA				SORBETE DE GUANABANA		SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA			SORBETE DE GUANABANA				
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico																	
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							TOSTADA INTEGRAL			TOSTADA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE VERDURAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS
Proteinas	POLLO HORNEADO			PURE DE POLLO	POLLO DESMENUZADO	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO	POLLO DESMENUZADO	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO
Leguminosa	LENTEJAS SUDADAS			PURE DE LENTEJAS	LENTEJAS SUDADAS	LENTEJAS SUDADAS	N/A	LENTEJAS SUDADAS	LENTEJAS SUDADAS	LENTEJAS SUDADAS	LENTEJAS SUDADAS	LENTEJAS SUDADAS	LENTEJAS SUDADAS	N/A	PURE DE LENTEJAS	LENTEJAS SUDADAS	LENTEJAS SUDADAS
Cereal	ARROZ BLANCO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculos y plátanos	N/A			PURÉ DE PLÁTANO	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	PURÉ DE PLÁTANO	N/A	N/A	PLÁTANO COCIDO
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA			PURE DE BERENJENA	BERENJENA	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	BERENJENA	BERENJENA	BERENJENA	CALABACIN GUISADO	BERENJENA	BERENJENA	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA
Fruta	JUGO DE MARACUYÁ	GELATINA	JUGO DE MARACUYÁ+ GELATINA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	MANZANA VERDE + AGUA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE GUAYABA	AGUA + FRESA MACERADA	AGUA + FRESA MACERADA	AGUA + FRUTA CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MANGO				YOGUR SIN AZUCAR		YOGURT	YOGURT			YOGUR DESCREMADO				
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico							MANGO		MELON PICADO	MELON PICADO			MELON PICADO				
fruta entera (120gr) o en							GALLETA INTEGRAL		HOJALDRA	HOJALDRA							
CENA																	
Sopa o cremas	CREMA DE AHUYAMA	CONSOME DE CARNE	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	N/A	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	N/A	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA
PROTEINAS	CERDO MIEL MOSTAZA			PURÉ DE CERDO	CERDO DESMENUZADO	CERDO AL HORNO	CERDO AL HORNO	CERDO AL HORNO	CERDO MIEL MOSTAZA	CERDO MIEL MOSTAZA	CERDO AL HORNO	CERDO AL HORNO	CARVE EN SALSA	CERDO AL HORNO	CERDO DESMENUZADO	CERDO DESMENUZADO	CERDO MIEL MOSTAZA
Cereal	ARROZ AL PEREJIL			PURE DE ARROZ	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL
Raices, tubérculos y plátanos	TORTA DE PAPA			PURE DE PAPA	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA	N/A	PURE DE PAPA	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA	PURE DE PAPA	TORTA DE PAPA	PURE DE PAPA	PURE DE PAPA	PURE DE PAPA	PURE DE PAPA	TORTA DE PAPA
Verdura	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA			POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE FRESA	GELATINA	JUGO DE FRESA+ GELATINA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	FRESA+ AGUA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE DURAZNO	AGUA + PAPAYA MACERADA	AGUA + PAPAYA MACERADA	AGUA + PAPAYA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							KUMIS SIN AZUCAR+ PAN INTEGRAL						KUMIS + TOSTADA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	1	N. MENU	2	DIA DE LA SEMANA	MARTES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	AVENA CON LECHE	AROMATICA	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE DESCREMADA	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE DESCREMADA	AROMATICA	YOGURT SIN AZUCAR	YOGURT SIN AZUCAR	AVENA CON LECHE
Carnes, huevos, queso	CALDO CON PECHUGA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	CALDO CON PECHUGA	LICUADO DE POLLO	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA
Cereales	AREPA ASADA				AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA INTEGRAL	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA DESMENUZADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA
Jugo de fruta	JUGO DE MANZANA		JUGO DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	AGUA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MANDARINA	GELATINA	COMPOTA DE PERA	MANZANA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	PERA	MANDARINA GAJOS	MANDARINA GAJOS	MANDARINA
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE UVA				MELON QUESO RAYADO		MELON QUESO RAYADO	MELON QUESO RAYADO			MELON QUESO RAYADO				
Cereales																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc /Queso campesino o cuajada 30 gr							GRANOLA INTEGRAL			GRANOLA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	CREMA DE ACELGAS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	N/A	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	N/A	N/A	CREMA DE ACELGAS
Carnes	PESCADO AL HORNO			PURE DE PESCADO	PESCADO DESMECHADO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO DESMECHADO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ TIGRE			PURÉ DE ARROZ	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE	ARROZ TIGRE
Raices, tubérculkos y plátanos	PALITOS DE YUCA			PURÉ DE YUCA	PALITOS DE YUCA	PALITOS DE YUCA	N/A	PURÉ DE YUCA	PALITOS DE YUCA	PALITOS DE YUCA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	PALITOS DE YUCA
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE			PURE DE PEPINOS GUISADOS	PURE DE PEPINOS GUISADOS	ENSALADA DE LECHUGA PEPINO Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE	ZANAHORIA COCIDA	PURE DE PEPINOS GUISADOS	PURE DE PEPINOS GUISADOS	ENSALADA DE LECHUGA ,PEPINO Y TOMATE
Fruta	JUGO DE FRESA	GELATINA	JUGO DE FRESA+GELATINA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	FRESA+ AGUA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE DURAZNO	AGUA + DURAZNO MACERADA	AGUA + DURAZNO MACERADA	AGUA + FRUTA CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE LULO				KUMIS SIN AZUCAR		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
Cereales							BANANO		BANANO	BANANO			BANANO				
Cereales							TOSTADA INTEGRAL		TOSTADA	TOSTADA							
CENA																	
Sopa o cremas	SOPA DE CONCHITAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	N/A	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	N/A	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	N/A	N/A	SOPA DE CONCHITAS
PROTEINAS	GOULAHS DE RES			PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	GOULAHS DE RES	GOULAHS DE RES	GOULAHS DE RES	GOULAHS DE RES	GOULAHS DE RES	GOULAHS DE RES	GOULAHS DE RES	CARNE GUISADO	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE MOLIDA GUISADA	GOULAHS DE RES	GOULAHS DE RES
Cereal	ARROZ BLANCO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculkos y plátanos	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO			PURÉ PLATANO	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	N/A	PURÉ PLATANO	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PURÉ PLATANO	PURÉ PLATANO	TAJADAS DE PLÁTANO MADURO
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA,R EPOLLO MORADO Y ZANAHORIA			PURE DE CALABAZA	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE LECHUGA,R EPOLLO MORADO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,REPOLLO MORADO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,R EPOLLO MORADO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,R EPOLLO MORADO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,R EPOLLO MORADO Y ZANAHORIA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE LECHUGA,R EPOLLO MORADO Y ZANAHORIA	CALABAZA GUISADA	PURE DE CALABAZA	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE LECHUGA,R EPOLLO MORADO Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE GUANABANA	GELATINA	JUGO DE GUAYABA + GELATINA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	PERA + AGUA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE							SORBETE FRESA+ TAJADA DE PAN						QUESO + TAJADA DE PAN				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE	KATHRYN NAVARRO ZARATE			
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802**	**FECHA DE ELABORACION** 6/2/2026

SEMANA	1	N. MENÚ	3	DIA DE LA SEMANA	MIERCOLES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
DESAYUNO																	
Bebidas Lácteas	CHOCOLATE EN LECHE	AROMATICA	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COCOA EN LECHE	COCOA EN LECHE DESCREMADA	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	COCOA EN LECHE	COCOA EN LECHE	COCOA EN LECHE DESCREMADA	AROMATICA	LECHE 1	LECHE 2	CHOCOLATE EN LECHE
Carnes, huevos, queso	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	SANDWICH DE POLLO Y QUESO	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	SANDWICH INTEGRAL DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE	POLLO DESMENUZADO	POLLO DESMENUZADO	POLLO DESMENUZADO	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y TOMATE
Cereales	SANDWICH				SANDWICH	SANDWICH	SANDWICH	SANDWICH	SANDWICH	SANDWICH	SANDWICH	SANDWICH	SANDWICH	PAN MOLDE TAJADO	PAN MOLDE TAJADO	PAN MOLDE TAJADO	SANDWICH
Jugo de fruta	JUGO DE MANGO		JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	AGUA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANZANA	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	BANANO	GELATINA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	BANANO	BANANO	MANZANA VERDE	BANANO	BANANO	BANANO	MANZANA	MANZANA	BANANO	COMPOTA DE MANZANA	BANANO	BANANO	BANANO
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUAYABA				SORBETE DE GUAYABA		SORBETE DE GUAYABA	SORBETE DE GUAYABA			SORBETE DE GUAYABA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(80 gr)																	
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL			TOSTADA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE CEBADA PERLADA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	N/A	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CEBADA PERLADA	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE CEBADA PERLADA
Carnes	ALBONDIGAS GUISADAS			PURE DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	CARNE GUISADO	ALBONDIGAS GUISADAS	CARNE MOLIDA GUISADA	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON AJONJOLÍ			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ
Raices, tubérculkos y plátanos	CRIOLLAS AL HORNO			PURE DE CRIOLLA	PURE DE CRIOLLA	CRIOLLAS AL HORNO	N/A	CRIOLLAS AL HORNO	CRIOLLAS AL HORNO	CRIOLLAS AL HORNO	CRIOLLAS AL HORNO	CRIOLLAS AL HORNO	CRIOLLAS AL HORNO	PURE DE CRIOLLA	PURE DE CRIOLLA	PURE DE CRIOLLA	CRIOLLAS AL HORNO
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE			PURÉ DE GUATILA	GUATILA GUISADA	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE	GUATILA GUISADA	PURÉ DE GUATILA	GUATILA GUISADA	ENSALADA DE LECHUGA ,CEBOLLA Y TOMATE
Fruta	JUGO DE LULO	GELATINA	JUGO DE LULO+GELATINA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	MELON + AGUA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE DURAZNO	AGUA + MELON MACERADA	AGUA + MELON MACERADA	AGUA + FRUTA CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE UVA				YOGURT		YOGUR	YOGUR			YOGUR				
fruta entera (120gr) o en sorbete(80 gr)							PERA		PERA	PERA			PERA				
Cereal integral							GRANOLA INTEGRAL		GRANOLA	GRANOLA							
CENA																	
Sopa o cremas	SOPA CAMPESINA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	N/A	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	N/A	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	N/A	N/A	SOPA CAMPESINA
PROTEINAS	PERNIL DE POLLO GUISADO			PURÉ DE POLLO	POLLO DESMENUZADO	PERNIL DE POLLO GUISADO	PERNIL DE POLLO GUISADO	PERNIL DE POLLO GUISADO	PERNIL DE POLLO GUISADO	PERNIL DE POLLO GUISADO	PERNIL DE POLLO GUISADO	PERNIL DE POLLO GUISADO	PERNIL DE POLLO GUISADO	POLLO DESMENUZADO	POLLO DESMENUZADO	PERNIL DE POLLO GUISADO	PERNIL DE POLLO GUISADO
Cereal	ARROZ CON AJO			PURE DE ARROZ	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO
Raices, tubérculkos y plátanos	YUCA AL PEREJIL			PURÉ YUCA	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	N/A	PURÉ YUCA	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	PURÉ YUCA	PURÉ YUCA	YUCA AL PEREJIL
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA			PURE DE ZUCHINI	ZUCHINI MIXTO GUISADO	ENSALADA DE LECHUGA Y	ENSALADA DE LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE LECHUGA Y	ENSALADA DE LECHUGA Y	ENSALADA DE LECHUGA Y	ZUCHINI MIXTO GUISADO	ZUCHINI MIXTO GUISADO	ENSALADA DE LECHUGA Y	ZUCHINI MIXTO GUISADO	PURE DE ZUCHINI	ZUCHINI MIXTO GUISADO	ENSALADA DE LECHUGA Y
Fruta	JUGO DE PERA	GELATINA	JUGO DE PERA + GELATINA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	DURAZNO + AGUA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	AGUA + PAPAYA MACERADA	AGUA + PAPAYA MACERADA	AGUA + PAPAYA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE							PAPAYA CON QUESO CAMPESINO+ GRANOLA						KUMIS+ GRANOLA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	1	N. MENÚ	4	DIA DE LA SEMANA		JUEVES		TIEMPO DE COMIDA		DESAYUNO						
DESAYUNO																
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMATICA	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMATICA	KYMIS SIN AZUCAR	KYMIS SIN AZUCAR	AGUA DE PANELA CON LECHE
Carnes, huevos, queso	CALDO CON CARNE	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	HUEVO COCIDO	CALDO CON CARNE	CALDO CON HUEVO	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE
Cereales	PAN BLANCO				PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN INTEGRAL	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO
Jugo de fruta	JUGO DE GUAYABA		JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	AGUA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	PIÑA	GELATINA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	PIÑA	PIÑA	PERA	PIÑA	PIÑA	PIÑA	PERA	PERA	PIÑA	COMPOTA DE PERA	PIÑA	PIÑA	PIÑA
NUEVES																	
Lácteos, leche,yogurt		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE FRESA				KUMIS		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							FRESA PICADA		FRESA PICADA	FRESA PICADA			FRESA PICADA				
Cereal integral							GALLETA INTEGRAL			GALLETA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE PLATANO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE PLATANO	SOPA DE PLATANO	SOPA DE PLATANO	N/A	SOPA DE PLATANO	SOPA DE PLATANO	SOPA DE PLATANO	N/A	SOPA DE PLATANO	SOPA DE PLATANO	SOPA DE PLATANO	N/A	N/A	SOPA DE PLATANO
Carnes	PECHUGA ASADA			PURE DE POLLO	PECHUGA DESMECHADA	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA	CARVE	PECHUGA ASADA	PECHUGA DESMECHADA	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA
Leguminosa	ARVEJAS GUISADAS			ARVEJAS GUISADAS	ARVEJAS GUISADAS	ARVEJAS GUISADAS	N/A	ARVEJAS GUISADAS	ARVEJAS GUISADAS	ARVEJAS GUISADAS	ARVEJAS GUISADAS	ARVEJAS GUISADAS	ARVEJAS GUISADAS	N/A	ARVEJAS GUISADAS	ARVEJAS GUISADAS	ARVEJAS GUISADAS
Cereal	ARROZ CON BLANCO			PURÉ DE ARROZ BLANCO	ARROZ CON BLANCO	ARROZ CON BLANCO	ARROZ CON BLANCO	ARROZ CON BLANCO	ARROZ CON BLANCO	ARROZ CON BLANCO	ARROZ CON BLANCO	ARROZ CON BLANCO	ARROZ CON BLANCO	ARROZ CON BLANCO	PURÉ DE ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON BLANCO
Raices, tubérculkos y plátanos	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ			POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO, MAIZ
Fruta	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	GELATINA	JUGO DE FRUTOS AMARILLOSS +GELATINA	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	MANGO + AGUA	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE FRUTOS AMARILLOS	JUGO DE DURAZNO	AGUA + MANZANA MACERADA	AGUA + MANZANA MACERADA	AGUA + FRUTA CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE DURAZNO				QUESO CAMPESINO		QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO			QUESO CAMPESINO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							PAPAYA		PAPAYA	PAPAYA			PAPAYA				
Cereal integral							HOJUELAS DE AVENA		MANTECADA	MANTECADA							
CENA																	
Sopa o cremas	SOPA DE AVENA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	N/A	SOPA DE AVENA
PROTEINAS	PESCADO AL AJILLO			PURÉ DE PESCADO	PESCADO DESMENUZADO	PESCADO AL AJILLO	PESCADO AL AJILLO	PESCADO AL AJILLO	PESCADO AL AJILLO	PESCADO AL AJILLO	PESCADO AL AJILLO	PESCADO AL AJILLO	PESCADO AL AJILLO	PESCADO DESMENUZADO	PESCADO DESMENUZADO	PESCADO AL AJILLO	PESCADO AL AJILLO
Cereal	ARROZ CON ZANAHORIA			PURE DE ARROZ	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA
Raices, tubérculkos y plátanos	CHIPS DE PLÁTANO			PURÉ DE PLATANO	PURÉ DE PLATANO	CHIPS DE PLÁTANO	N/A	PURÉ DE PLATANO	CHIPS DE PLÁTANO	CHIPS DE PLÁTANO	PURÉ DE PLATANO	PURÉ DE PLATANO	CHIPS DE PLÁTANO	CHIPS DE PLÁTANO	PURÉ DE PLATANO	PURÉ DE PLATANO	CHIPS DE PLÁTANO
Verdura	ENSALADA DE ESPINACAZANAHORIA Y APIO			PURE DE CALABAZA CON PEPINO GUISADO	CALABAZA CON PEPINO GUISADO	ENSALADA DE ESPINACAZANAHORIA Y APIO	ENSALADA DE ESPINACAZANAHORIA Y APIO	ENSALADA DE ESPINACAZANAHORIA Y APIO	ENSALADA DE ESPINACAZANAHORIA Y APIO	ENSALADA DE ESPINACAZANAHORIA Y APIO	CALABAZA CON PEPINO GUISADO	CALABAZA CON PEPINO GUISADO	ENSALADA DE ESPINACAZANAHORIA Y APIO	CALABAZA CON PEPINO GUISADO	PURE DE CALABAZA CON PEPINO GUISADO	CALABAZA CON PEPINO GUISADO	ENSALADA DE ESPINACAZANAHORIA Y APIO
Fruta	JUGO DE MANGO	GELATINA	JUGO DE MANGO + GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + MELON MACERADA	AGUA + MELON MACERADA	AGUA + MELON CORTADA
REFRIGERIO NOCHE							KUMIS + MELON TOSTADA INTEGRAL						KUMIS + MELON TOSTADA INTEGRAL				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		KATHRYN NAVARRO ZARATE															
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**		NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802			**FECHA DE ELABORACION**						6/2/2026				

SEMANA	1	N. MENÚ	5	DIA DE LA SEMANA		VIERNES		TIEMPO DE COMIDA		DESAYUNO						
DESAYUNO																
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	MAICENA EN LECHE	AROMATICA	MAICENA EN LECHE	MAICENA EN LECHE	MAICENA EN LECHE	MAICENA EN LECHE	TE EN LECHE	MAICENA EN LECHE	MAICENA EN LECHE	MAICENA EN LECHE	MAICENA EN LECHE	MAICENA EN LECHE	MAICENA EN LECHE	AROMATICA	YOGURT SIN AZUCAR	YOGURT SIN AZUCAR	MAICENA EN LECHE
Carnes, huevos, queso	HUEVO REVUELTO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	GUAJADA	HUEVO COCIDO	HUEBO REVUELTO	HUEBO REVUELTO	HUEVO REVUELTO
Cereales	PANCAKE				PANCAKE	PANCAKE	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PANCAKE	PANCAKE	PANCAKE	PANCAKE	PANCAKE	TOSTADA	PAN BLANDITO	PAN BLANDITO	PANCAKE
Jugo de fruta	JUGO DE UVA		JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	AGUA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE MANZANA	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MELÓN	GELATINA	COMPOTA DE DURAZNO	COMPOTA DE DURAZNO	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	DURAZNO	DURAZNO	MELÓN	DURAZNO	MELON MACERADO	MELON PICADO	MELÓN
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUANABANA				SORBETE DE GUANABANA		SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA			SORBETE DE GUANABANA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)																	
Cereal integral							GALLETA INTEGRAL			GALLETA INTEGRAL							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE ARROZ	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	N/A	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	N/A	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE ARROZ
Carnes	CARNE EN BISTEC			PURÉ DE CARNE	CARNE DESMECHADA	CARNE EN BISTEC	CARNE EN BISTEC	CARNE DESMECHADA	CARNE EN BISTEC	CARNE EN BISTEC	POLLO SUDADO	POLLO SUDADO	CARVE GUISADO	CARNE DESMECHADA	PURÉ DE CARNE	CARNE DESMECHADA	CARNE EN BISTEC
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ VERDE			PURÉ DE ARROZ	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE
Raices, tubérculkos y plátanos	CASQUITOS DE PAPA			PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	N/A	CASQUITOS DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA
Verdura	ENSALADA DE ZANAHORIA, PIÑA Y UVAS PASAS			PURÉ DE HABICHUELAS	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA DE ZANAHORIA, PIÑA Y UVAS PASAS	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA DE ZANAHORIA, PIÑA Y UVAS PASAS	ENSALADA DE ZANAHORIA, PIÑA Y UVAS PASAS	ENSALADA DE ZANAHORIA, PIÑA Y UVAS PASAS	HABICHUELAS GUISADAS	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA DE ZANAHORIA, PIÑA Y UVAS PASAS	HABICHUELAS GUISADAS	PURÉ DE HABICHUELAS	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA DE ZANAHORIA, PIÑA Y UVAS PASAS
Fruta	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	GELATINA	TOMATE DE ARBOL +GELATINA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	MANDARINA+ AGUA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + BANANO MACERADA	AGUA + BANANO CORTADA	AGUA + BANANO CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MORA				YOGUR		YOGUR	YOGUR			YOGUR				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							BANANO		BANANO	BANANO			BANANO				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		HOJALDRA	HOJALDRA							
									TIEMPO DE COMIDA		**CENA**						
Sopa o cremas	CREMA DE CEBOLLA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE CEBOLLA	N/A	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE CEBOLLA	N/A	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE CEBOLLA
PROTEINAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS			PURÉ DE POLLO	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	PURÉ DE POLLO	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS
Cereal	PASTA GUISADA			PURÉ DE ARROZ	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA
Raices, tubérculkos y plátanos	PAN TAJADO			PURÉ DE YUCA	PAN TAJADO	PAN TAJADO	N/A	PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO
Verdura	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA			PURÉ DE GUATILA GUISADA	GUATILA GUISADA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	GUATILA GUISADA	GUATILA GUISADA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	GUATILA GUISADA	PURÉ DE GUATILA GUISADA	GUATILA GUISADA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRESA)	GELATINA	JUGOFRUTOS ROJOS + GELATINA	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRES	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRES	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRES	FRESA + AGUA	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRES	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRES	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRES	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRES	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRES	JUGO DE FRUTOS ROJOS (MORA/FRES	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANGO MACERADA	AGUA + MANGO CORTADA	AGUA + MANGO CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							SORBETE DE MANGO + GALLETA						SORBETE DE MANGO + GALLETA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802**	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	1	N. MENÚ	6	DIA DE LA SEMANA	SABADO	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	AVENA CON LECHE	AROMATICA	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	COCOA EN LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AROMATICA	LECHE 1	LECHE 2	AVENA CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HIGADO ENCEBOLLADO	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	HUEVO COCIDO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	HUEVO COCIDO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	TROCITOS DE HIGADO	TROCITOS DE HIGADO	HIGADO ENCEBOLLADO
Cereales	AREPA ASADA				AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA
Jugo de fruta	JUGO DE DURAZNO		JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	AGUA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	NARANJA	GELATINA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	MANDARINA	MANDARINA	NARANJA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	NARANJA	NARANJA

NUEVES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 ml /Queso		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE LULO				KUMIS		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							MANZANA VERDE						MANZANA				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		CROASAN	CROASAN							

ALMUERZO

Sopa o cremas	AJIACO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	AJIACO	AJIACO	AJIACO	N/A	AJIACO	AJIACO	AJIACO	N/A	AJIACO	AJIACO	AJIACO	N/A	N/A	AJIACO
Carnes	POLLO EN SALSA CRIOLLA			PURÉ DE POLLO	POLLO DESMECHADA	POLLO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA CRIOLLA	POLLO DESMECHADA	POLLO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA CRIOLLA	POLLO SUDADO	POLLO SUDADO	POLLO SUDADO	POLLO DESMECHADA	PURÉ DE POLLO	POLLO DESMECHADA	POLLO EN SALSA CRIOLLA
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ BLANCO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculkos y plátanos	PAPA SUDADA			PURÉ DE PAPA	PAPA SUDADA	PAPA SUDADA	N/A	PAPA SUDADA	PAPA SUDADA	PAPA SUDADA	PAPA SUDADA	PAPA SUDADA	PAPA SUDADA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA SUDADA	PAPA SUDADA
Verdura	ENSALADA CON AGUACATE			PURE DE BERENJENA	BERENJENA CON CALABAZA GUISADA	ENSALADA CON AGUACATE	ENSALADA CON AGUACATE	ENSALADA CON AGUACATE	ENSALADA CON AGUACATE	ENSALADA CON AGUACATE	BERENJENA CON CALABAZA GUISADA	BERENJENA CON CALABAZA GUISADA	BERENJENA CON CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA	PURE DE BERENJENA	BERENJENA CON CALABAZA GUISADA	ENSALADA CON AGUACATE
Fruta	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE MORA +GELATINA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	AGUA+ DURAZNO	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANZANA MACERADA	AGUA + MANZANA CORTADA	AGUA + MANZANA CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 ml /Queso		AROMATICA +GELATINA	CREMA DE MARACUYÁ				QUESO		QUESO	QUESO			QUESO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							MELON		MELON	MELON			MELON				
Cereal integral							GRANOLA INTEGRAL		GRANOLA	GRANOLA							

CENA

Sopa o cremas	SOPA DE VERDURAS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE VERDURAS
PROTEINAS	CARNE DE RES AL PIMENTÓN			PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	CARNE MOLIDA GUISADA	PURÉ DE CARNE	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN
Cereal	ARROZ AL PEREJIL			PURE DE ARROZ	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL
Raices, tubérculkos y plátanos	PLÁTANO AL HORNO			PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO AL HORNO	N/A	PLÁTANO AL HORNO	PLÁTANO AL HORNO	PLÁTANO AL HORNO	PLÁTANO AL HORNO	PLÁTANO AL HORNO	PLÁTANO AL HORNO	PLÁTANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO AL HORNO	PLÁTANO AL HORNO
Verdura	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y FRUTA			PURÉ DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y FRUTA	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y FRUTA	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y FRUTA	POTECA DE AHUYAMA	PURÉ DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE ESPINACAS, LECHUGA Y FRUTA
Fruta	JUGO DE PIÑA	GELATINA	JUGO DE PIÑA + GELATINA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	PERA+ AGUA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA CORTADA	AGUA + PERA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							SORBETE DE TOMATE DE ARBOL + PAN INTEGRAL						SORBETE DE TOMATE DE ARBOL + PAN INTEGRAL				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

SEMANA	1	N. MENÚ	7	DIA DE LA SEMANA	DOMINGO	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	COCOA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	YOGUR SIN AZUCAR	YOGUR SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HUEVO CON CHAMPIÑONES	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	HUEVO CON CHAMPIÑONES	HUEVO CON CHAMPIÑONES	HUEVO CON CHAMPIÑONES	CALDO CON HUEVO	HUEVO CON CHAMPIÑONES	HUEVO CON CHAMPIÑONES	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	CALDO CON HUEVO	CALDO CON HUEVO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO CON CHAMPIÑONES
Cereales	PAN DE QUESO				PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	AREPA ASADA	AREPA ASADA	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO
Jugo de fruta	JUGO DE MELON		JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	AGUA	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE DURAZNO	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	PERA	GELATINA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	PERA	PERA

NUEVES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc (Queso		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MORA				YOGUR SIN AZUCAR		YOGUR	YOGUR			YOGUR				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							FRESA		FRESA	FRESA			FRESA				
Cereal integral							MOGOLLA INTEGRAL			MOGOLLA INTEGRAL							

ALMUERZO

Sopa o cremas	CUCHUCO DE MAÍZ	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CUCHUCO DE MAÍZ	CUCHUCO DE MAÍZ	CUCHUCO DE MAÍZ	N/A	CUCHUCO DE MAÍZ	CUCHUCO DE MAÍZ	CUCHUCO DE MAÍZ	N/A	CUCHUCO DE MAÍZ	CUCHUCO DE MAÍZ	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	CUCHUCO DE MAÍZ
Carnes	CARNE DE CERDO ASADA			PURÉ DE CERDO	CERDO DESMECHADA	CARNE DE CERDO ASADA	CARNE DE CERDO ASADA	CERDO DESMECHADA	CARNE DE CERDO ASADA	CARNE DE CERDO ASADA	CARNE DE CERDO ASADA	CARNE DE CERDO ASADA	CARNE GUISADO	CERDO DESMECHADA	PURÉ DE CERDO	CERDO DESMECHADA	CARNE DE CERDO ASADA
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON AJO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJO
Raices, tubérculkos y plátanos	YUCA DORADA			PURÉ DE YUCA	YUCA COCIDA	YUCA DORADA	N/A	YUCA DORADA	YUCA DORADA	YUCA DORADA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	YUCA DORADA	YUCA COCIDA	PURÉ DE YUCA	YUCA COCIDA	YUCA DORADA
Verdura	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y ZANAHORIA			PURÉ DE PEPINOS	PEPINOS GUISADOS	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y ZANAHORIA	PEPINOS GUISADOS	PEPINOS GUISADOS	PEPINOS GUISADOS	PURE DE AHUYAMA	PURÉ DE PEPINOS	PEPINOS GUISADOS	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE GUAYABA	GELATINA	JUGO DE GUAYABA +GELATINA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	BANANO+ AGUA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + BANANO MACERADA	AGUA + BANANO CORTADA	AGUA + BANANO CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	CREMA DE MANGO				CREMA DE MANGO		CREMA DE MANGO	CREMA DE MANGO			CREMA DE MANGO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)										0			0				
Cereal integral							GALLETA INTEGRAL		MANTECADA	MANTECADA							

CENA

Sopa o cremas	CREMA DE ESPINACAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	N/A	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	N/A	CREMA DE CEBOLLA	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	N/A	N/A	CREMA DE ESPINACAS
PROTEINAS	PERNIL DE POLLO EN SALSA BECHAMEL			PURÉ DE POLLO	POLLO DESMENUZADO	PERNIL DE POLLO EN SALSA BECHAMEL	PERNIL DE POLLO EN SALSA BECHAMEL	PERNIL DE POLLO AL HORNO	PERNIL DE POLLO EN SALSA BECHAMEL	PERNIL DE POLLO EN SALSA BECHAMEL	PERNIL DE POLLO AL HORNO	PERNIL DE POLLO AL HORNO	CARNE GUISADO	POLLO DESMENUZADO	PURÉ DE POLLO	POLLO DESMENUZADO	PERNIL DE POLLO EN SALSA BECHAMEL
Cereal	ARROZ CON CEBOLLA			PURE DE ARROZ	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA
Raices, tubérculkos y plátanos	PAPA CRIOLLA AL ROMERO			PURÉ DE CRIOLLAS	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	N/A	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	PURÉ DE CRIOLLAS	PAPA CRIOLLA AL ROMERO	PAPA CRIOLLA AL ROMERO
Verdura	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA			PURÉ DE HABICHUELAS	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA	HABICHUELAS GUISADAS	HABICHUELAS GUISADAS	HABICHUELAS GUISADAS	ZANAHORIA COCIDA	PURÉ DE HABICHUELAS	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE LULO	GELATINA	JUGO DE LULO + GELATINA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	MANZANA VERDE + AGUA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANZANA MACERADA	AGUA + MANZANA CORTADA	AGUA + MANZANA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							KUMIS + GRANOLA + MANDARINA						KUMIS +MANDARINA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

SEMANA	2	N. MENÚ	8	DIA DE LA SEMANA		LUNES		TIEMPO DE COMIDA		DESAYUNO						
DESAYUNO																
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	KUMIS	KUMIS	CAFÉ CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HUEVO CON MAIZ	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO COCIDO	HUEVOS REVUELTOS	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ
Cereales	PANCAKE				PANCAKE	PANCAKE	TOSTADA INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL	PANCAKE	PANCAKE	PANCAKE	PANCAKE	PANCAKE	TOSTADA	TOSTADA	TOSTADA	PANCAKE
Jugo de fruta	JUGO DE PAPAYA		JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	AGUA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE DURAZNO	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	SANDIA	GELATINA	COMPOTA DE MANGO	COMPOTA DE MANGO	SANDIA	SANDIA	MANDARINA	SANDIA	SANDIA	SANDIA	MANDARINA	MANDARINA	SANDIA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE MANGO	SANDIA	SANDIA
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUANABANA				QUESO		QUESO	QUESO			QUESO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							MELON		MELON	MELON			MELON				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL			MANTECADA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE PLÁTANO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE PLÁTANO	SOPA DE PLÁTANO	SOPA DE PLÁTANO	N/A	SOPA DE PLÁTANO	SOPA DE PLÁTANO	SOPA DE PLÁTANO	N/A	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE PLÁTANO	SOPA DE PLÁTANO	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE PLÁTANO
Carnes	PERNIL DE POLLO SUDADO			PURÉ DE POLLO	POLLO DESMECHADA	PERNIL DE POLLO SUDADO	PERNIL DE POLLO SUDADO	PERNIL DE POLLO SUDADO	PERNIL DE POLLO SUDADO	PERNIL DE POLLO SUDADO	PERNIL DE POLLO SUDADO	PERNIL DE POLLO SUDADO	PERNIL DE POLLO SUDADO	POLLO DESMECHADA	PURÉ DE POLLO	PERNIL DE POLLO SUDADO	PERNIL DE POLLO SUDADO
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ BLANCO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculkos y plátanos	PAPA RUSTICA AL HORNO			PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA RUSTICA AL HORNO	N/A	PAPA RUSTICA AL HORNO	PAPA RUSTICA AL HORNO	PAPA RUSTICA AL HORNO	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA RUSTICA AL HORNO	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA RUSTICA AL HORNO
Verdura	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y ARVEJAS			PURÉ DE CALABAZA	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y ARVEJAS	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y ARVEJAS	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y ARVEJAS	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y ARVEJAS	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y ARVEJAS	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA	PURÉ DE CALABAZA	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y ARVEJAS	ENSALADA DE ESPINACA, TOMATE, Y ARVEJAS
Fruta	JUGO DE FRESA	GELATINA	JUGO DE FRESA +GELATINA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	GRANADILLA + AGUA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + GRANADILLA MACERADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MARACUYA				SORBETE DE MARACUYA		SORBETE DE MARACUYA	SORBETE DE MARACUYA			SORBETE DE MARACUYA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)										0			0				
Cereal integral							MOGOLLA INTEGRAL		TOSTADA	TOSTADA							
CENA																	
Sopa o cremas	CREMA DE CHAMPIÑONES	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE CHAMPIÑONES	N/A	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE CHAMPIÑONES	N/A	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	CREMA DE CHAMPIÑONES
PROTEINAS	PESCADO A LA PLANCHA			PURÉ DE PESCADO	PESCADO DESMENUZADO	PESCADO A LA PLANCHA	PESCADO A LA PLANCHA	PERNIL DE POLLO AL HORNO	PESCADO A LA PLANCHA	PESCADO A LA PLANCHA	PESCADO A LA PLANCHA	PESCADO A LA PLANCHA	PESCADO A LA PLANCHA	PESCADO DESMENUZADO	PURÉ DE PESCADO	PESCADO DESMENUZADO	PESCADO A LA PLANCHA
Cereal	ARROZ VERDE (PIMENTON)			PURÉ DE ARROZ	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE (PIMENTON)	ARROZ VERDE (PIMENTON)
Raices, tubérculkos y plátanos	PALITOS DE YUCA FRITA			PURÉ DE YUCA	YUCA COCIDA	PALITOS DE YUCA FRITA	N/A	YUCA COCIDA	PALITOS DE YUCA FRITA	PALITOS DE YUCA FRITA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	PALITOS DE YUCA FRITA	YUCA COCIDA	PURÉ DE YUCA	PALITOS DE YUCA FRITA	PALITOS DE YUCA FRITA
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA, APIO MANZANA , MANI			PURÉ DE GUATILA	GUATILA GUISADACON ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, APIO MANZANA , MANI	ENSALADA DE LECHUGA, APIO MANZANA , MANI	ENSALADA DE LECHUGA, APIO MANZANA , MANI	ENSALADA DE LECHUGA, APIO MANZANA , MANI	ENSALADA DE LECHUGA, APIO MANZANA , MANI	GUATILA GUISADA	GUATILA GUISADA	GUATILA GUISADACON ZANAHORIA	GUATILA GUISADA	PURÉ DE GUATILA	GUATILA GUISADACON ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, APIO MANZANA , MANI
Fruta	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO MORA + GELATINA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + FRUTA MACERADA	AGUA + FRUTA CORTADA	AGUA + FRUTA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							YOGUA + MANGO+ TOSTADA INTEGRAL						YOGU+MANGO				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS			KATHRYN NAVARRO ZARATE														
FIRMA	Kathryn Navarro Z		**MATRÍCULA PROFESIONAL**		NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802				**FECHA DE ELABORACION**					6/2/2026			

SEMANA	2	N. MENÚ	9	DIA DE LA SEMANA		MARTES		TIEMPO DE COMIDA		DESAYUNO						
DESAYUNO																
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMATICA	AGUA DE PANELA CON	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COCOA EN LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMATICA	LECHE 1	LECHE 2	AGUA DE PANELA CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HIGADO ENCEBOLLADO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	HUEVO REVUELTO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO COCIDO	TROCITOS DE HIGADO	TROCITOS DE HIGADO	HIGADO ENCEBOLLADO
Cereales	AREPA ASADA				AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA DESMENUZADA	AREPA ASADA EN TROZOS	AREPA ASADA
Jugo de fruta	JUGO DE DURAZNO		JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	AGUA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MELÓN PICADO	GELATINA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO	MANZANA	MANZANA	MELÓN PICADO	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 155 ml (Duran		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUANABANA				KUMIS SIN AZUCAR		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							PERA		PERA	PERA			PERA				
Cereal integral							GRANOLA INTEGRAL			GRANOLA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE MUTE	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	N/A	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	N/A	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE MUTE
Carnes	CHURRASQUITO CON CHIMICHURRI			PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CHURRASQUITO CON CHIMICHURRI	CHURRASQUITO CON CHIMICHURRI	CHURRASQUITO ASADO	CHURRASQUITO CON CHIMICHURRI	CHURRASQUITO CON CHIMICHURRI	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	CARNE GUISADO	CARNE MOLIDA GUISADA	PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CHURRASQUITO CON CHIMICHURRI
Leguminosa	GARBANZOS GUISADOS			PURÉ DE GARBANZO	GARBANZOS GUISADOS	GARBANZOS GUISADOS	N/A	GARBANZOS GUISADOS	GARBANZOS GUISADOS	GARBANZOS GUISADOS	GARBANZOS GUISADOS	GARBANZOS GUISADOS	GARBANZOS GUISADOS	N/A	PURÉ DE GARBANZO	GARBANZOS GUISADOS	GARBANZOS GUISADOS
Cereal	ARROZ CON CEBOLLA			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA
Raices, tubérculkos y	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Verdura	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA,ZANAHORIA CON VINAGRETA			PURÉ DE ZUCHINI MIXTO	ZUCHINI CON PEPINOS GUISADOS	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA,ZANAHORIA CON VINAGRETA	ZUCHINI CON PEPINOS GUISADOS	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA,ZANAHORIA CON VINAGRETA	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA ZANAHORIA CON VINAGRETA	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA,ZANAHORIA CON VINAGRETA	ZUCHINI CON PEPINOS GUISADOS	ZUCHINI CON PEPINOS GUISADOS	ZUCHINI CON PEPINOS GUISADOS	ZANAHORIA COCIDA	PURÉ DE ZUCHINI MIXTO	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA,ZANAHORIA CON VINAGRETA	ENSALADA FRIA DE HABICHUELA,ZANAHORIA CON VINAGRETA
Fruta	JUGO DE MANGO	GELATINA	JUGO DE MANGO +GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	MANGO + AGUA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANGO MACERADA	AGUA + MANGO CORTADA	AGUA + MANGO CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE FRESA				SORBETE DE FRESA		SORBETE DE FRESA	SORBETE DE FRESA			SORBETE DE FRESA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)																	
Cereal integral							MOGOLLA INTEGRAL		CORAZON HOJALDRADO	CORAZON HOJALDRADO							
CENA																	
Sopa o cremas	SOPA DE AVENA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	N/A	SOPA DE AVENA
PROTEINAS	CERDO EN SALSA DE CIRUELAS			PURÉ DE CERDO	CERDO DESMENUZADO	CERDO EN SALSA DE CIRUELAS	CERDO ASADO	CERDO ASADO	CERDO EN SALSA DE CIRUELAS	CERDO EN SALSA DE CIRUELAS	CERDO ASADO	CERDO ASADO	CERDO ASADO	CERDO DESMENUZADO	PURÉ DE CERDO	CERDO DESMENUZADO	CERDO EN SALSA DE CIRUELAS
Cereal	ARROZ CON AJONJOLI			PURE DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI
Raices, tubérculkos y plátanos	TAJADAS DE PLATANO			PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	TAJADAS DE PLATANO	N/A	PLÁTANO COCIDO	TAJADAS DE PLATANO	TAJADAS DE PLATANO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	TAJADAS DE PLATANO	PLÁTANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	TAJADAS DE PLATANO	TAJADAS DE PLATANO
Verdura	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI			POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI	ENSALADA DE BROCOLI, ZANAHORIA Y ZUKINI
Fruta	JUGO DE LULO	GELATINA	JUGO LULO + GELATINA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	FRESA + AGUA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + FRESA MACERADA	AGUA + FRESA CORTADA	AGUA + FRESA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							QUESO + KIWI PICADO+ AVENA EN HOJUELAS						QUESO + KIWI PICADO+ AVENA EN				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS			KATHRYN NAVARRO ZARATE														
FIRMA	Kathryn Navarro Z		**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802**			**FECHA DE ELABORACION**						**6/2/2026**		

SEMANA	2	N. MENÚ	10	DIA DE LA SEMANA	MIERCOLES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	AVENA CON LECHE	AROMATICA	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AROMATICA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AROMATICA	YOGURT SIN AZUCAR	YOGURT SIN AZUCAR	AVENA CON LECHE
Carnes, huevos, queso	CALDO CON PECHUGA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	PECHUGA DESMECHADA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	LICUADO DE CARNE	PECHUGA DESMECHADA	CALDO CON PECHUGA
Cereales	PAN ROLLO				PAN ROLLO	PAN ROLLO	MOGOLLA INTEGRAL	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO
Jugo de fruta	JUGO DE MANZANA		JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	AGUA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	NARANJA	GELATINA	COMPOTA DE MANGO	COMPOTA DE MANGO	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	MANZANA	MANZANA	NARANJA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE MANGO	NARANJA	NARANJA

NUEVES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUANABANA				SORBETE DE GUANABANA		SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA			SORBETE DE GUANABANA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)																	
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL										

ALMUERZO

Sopa o cremas	SOPA DE VERDURAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS
Carnes	POLLO EN SALSA DE PIÑA			PURÉ DE POLLO	POLLO DESMENUZADO	POLLO EN SALSA DE PIÑA	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO EN SALSA DE PIÑA	POLLO EN SALSA DE PIÑA	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	CARVE GUISADO	POLLO DESMENUZADO	PURÉ DE POLLO	POLLO DESMENUZADO	POLLO EN SALSA DE PIÑA
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON MAIZ			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON MAIZ	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ
Raices, tubérculkos y	YUCA AL PEREJIL			PURÉ DE YUCA	YUCA COCIDA	YUCA AL PEREJIL	N/A	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	YUCA AL PEREJIL	YUCA COCIDA	PURÉ DE YUCA	YUCA COCIDA	YUCA AL PEREJIL
Verdura	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y ZANAHORIA			PURÉ DE BERENJENA	BERENJENA GUISADA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y	BERENJENA	BERENJENA	BERENJENA GUISADA	POTECA DE AHUYAMA	PURÉ DE BERENJENA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y
Fruta	JUGO DE DURAZNO	GELATINA	JUGO DE MANGO +GELATINA	COMPOTA DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	PAPAYA + AGUA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + PAPAYA MACERADA	AGUA + PAPAYA CORTADA	AGUA + PAPAYA CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE FRESA				QUESO		QUESO	QUESO			QUESO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							MELON		MELON PAPAYA	MELON PAPAYA			MELON PAPAYA				
Cereal integral							GRANOLA INTEGRAL		TOSTADA	TOSTADA							

CENA

Sopa o cremas	CREMA DE AHUYAMA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	N/A	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	N/A	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	CREMA DE AHUYAMA	N/A	N/A	CREMA DE AHUYAMA
PROTEINAS	CARNE DESMECHADA			PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE MOLIDA GUISADA	PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE DESMECHADA
Cereal	ARROZ PERLADO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ PERLADO	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO
Raices, tubérculkos y plátanos	AREPA ASADA			PURÉ DE CRIOLLA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	N/A	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	PURÉ DE CRIOLLA	AREPA ASADA	AREPA ASADA
Verdura	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO			PURÉ DE CALABACIN	CALABACIN CON ESPINACAS GUISADO	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO	CALABACIN GUISADO	CALABACIN GUISADO	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO	CALABACIN GUISADO	PURÉ DE CALABACIN	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO	ENSALADA DE ESPINACA, ZANAHORIA Y COHOMBRO
Fruta	JUGO DE MARACUYÁ	GELATINA	JUGO MARACUYA + GELATINA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	MANZANA VERDE + AGUA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA + MANZANA MACERADA	AGUA + MANZANA CORTADA	AGUA + MANZANA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							YOGURT SIN AZUCAR +FRESA GALLETA						YOGURT + GALLETA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE			
FIRMA	Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

SEMANA	2	N. MENÚ	11	DIA DE LA SEMANA	JUEVES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO																	
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	MAIZENA EN LECHE	AROMATICA	MAIZENA EN LECHE	MAIZENA EN LECHE	MAIZENA EN LECHE	MAIZENA EN LECHE	COCOA EN LECHE	MAIZENA EN LECHE	MAIZENA EN LECHE	MAIZENA EN LECHE	MAIZENA EN LECHE	MAIZENA EN LECHE	MAIZENA EN LECHE	AROMATICA	KUMIS SIN AZUCAR	KUMIS SIN AZUCAR	MAIZENA EN LECHE
Carnes, huevos, queso	HUEVO CON TOMATE	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	HUEVO CON TOMATE	HUEVO CON TOMATE	HUEVO CON TOMATE	HUEVO COCIDO	HUEVO CON TOMATE	HUEVO CON TOMATE	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO CON TOMATE	HUEVO CON TOMATE	HUEVO CON TOMATE
Cereales	PALITO DE QUESO				PALITO DE QUESO	PALITO DE QUESO	PAN INTEGRAL	PALITO DE QUESO	PALITO DE QUESO	PALITO DE QUESO	PALITO DE QUESO	PALITO DE QUESO	PALITO DE QUESO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PALITO DE QUESO	PALITO DE QUESO
Jugo de fruta	JUGO DE MELON		JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	AGUA	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE GUAYABA	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	UVAS	GELATINA	COMPOTA DE FRESA	COMPOTA DE FRESA	UVAS	UVAS	GRANADILLA	UVAS	UVAS	UVAS	UVAS	UVAS	UVAS	COMPOTA DE DURAZNO	COMPOTA DE FRESA	GRANADILLA	GRANADILLA

NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc /Queso		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUAYABA				SORBETE DE GUAYABA		SORBETE DE GUAYABA	SORBETE DE GUAYABA			SORBETE DE GUAYABA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(80 gr)																	
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL			MANTECADA							

ALMUERZO																	
Sopa o cremas	CUCHUCO DE MAIZ	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CUCHUCO DE MAIZ	CUCHUCO DE MAIZ	CUCHUCO DE MAIZ	N/A	CUCHUCO DE MAIZ	CUCHUCO DE MAIZ	CUCHUCO DE MAIZ	N/A	CUCHUCO DE MAIZ	CUCHUCO DE MAIZ	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	CUCHUCO DE MAIZ
Carnes	CERDO EN SALSA BBQ			PURÉ DE CERDO	CERDO DESMECHADO	CERDO EN SALSA BBQ	CERDO EN SALSA BBQ	CHURRASQUITO ASADO	CERDO EN SALSA BBQ	CERDO EN SALSA BBQ	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	CERDO DESMECHADO	PURÉ DE CERDO	CERDO DESMECHADO	CERDO EN SALSA BBQ
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON ZANAHORIA			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA
Raices, tubérculkos y plátanos	PATACONES			PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	N/A	PLÁTANO COCIDO	PATACONES	PATACONES	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	PATACONES	PLÁTANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	PATACONES
Verdura	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE			PURÉ DE PEPINO	PEPINOS GUISADOS	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE	PEPINOS GUISADOS	PEPINOS GUISADOS	PEPINOS GUISADOS	PEPINOS GUISADOS	PURÉ DE PEPINO	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE	ENSALADA MEXICANA CON AGUACATE
Fruta	JUGO DE LULO	GELATINA	JUGO DE LULO +GELATINA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	MANGO + AGUA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANGO MACERADA	AGUA + MANGO CORTADA	AGUA + MANGO CORTADA

ONCES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc /Queso		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE FRESA				KUMIS SIN AZUCAR		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
fruta entera (120gr) o en sorbete(80 gr)							MANGO		MANGO	MANGO			MANGO				
Cereal integral							HOJUELAS DE AVENA		CROASANT	CROASANT							

CENA																	
Sopa o cremas	SOPA CAMPESINA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	N/A	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	N/A	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	SOPA CAMPESINA
PROTEINAS	FRICASSE DE POLLO			PURÉ DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	PURÉ DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO
Cereal	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA			PURE DE PASTA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	PURE DE PASTA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA	ESPAGUETIS EN SALSA CRIOLLA
Raices, tubérculkos y plátanos	TAJADA DE PAN			PURÉ DE PAPA	TAJADA DE PAN	TAJADA DE PAN	N/A	TAJADA DE PAN	TAJADA DE PAN	TAJADA DE PAN	TAJADA DE PAN	TAJADA DE PAN	TAJADA DE PAN	TAJADA DE PAN	PURÉ DE PAPA	TAJADA DE PAN	TAJADA DE PAN
Verdura	ENSALADA DE REMOLACHA ZANAHORIA Y CILANTRO			POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE REMOLACHA ZANAHORIA Y CILANTRO	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE REMOLACHA ZANAHORIA Y CILANTRO	ENSALADA DE REMOLACHA ZANAHORIA Y CILANTRO	ENSALADA DE REMOLACHA ZANAHORIA Y CILANTRO	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE REMOLACHA ZANAHORIA Y CILANTRO	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE REMOLACHA ZANAHORIA Y CILANTRO	ENSALADA DE REMOLACHA ZANAHORIA Y CILANTRO
Fruta	JUGO DE GUANABANA	GELATINA	JUGO GUANABANA + GELATINA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	PERA + AGUA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA CORTADA	AGUA + PERA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							QUESO + MANZANA VERDE						QUESO + MANZANA VERDE				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE			
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION** 6/2/2026

SEMANA	2	N. MENÚ	12	DIA DE LA SEMANA	VIERNES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	LECHE 1	LECHE 2	CAFÉ CON LECHE
Carnes, huevos, queso	CALDO CON CARNE	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	CALDO CON CARNE	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	CALDO CON CARNE
Cereales	PAN DE MANTEQUILLA				PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	MOGOLLA INTEGRAL	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA
Jugo de fruta	JUGO DE PERA		JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	AGUA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MANDARINA	GELATINA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	MANDARINA	MANDARINA

NUEVES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc /Queso campesino o cuajada 30 gr		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MORA				YOGUR SIN AZUCAR		YOGUR	YOGUR			YOGUR				
fruta entera (120gr) o en sorbete(80 gr)							KIWI			MELON			MELON				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		MANTECADA	MANTECADA							

ALMUERZO

Sopa o cremas	CREMA DE ACELGAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	N/A	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	N/A	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	N/A	N/A	CREMA DE ACELGAS
Carnes	ALBONDIGAS GUISADAS			PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	CARNE MOLIDA GUISADA	PURÉ DE CARNE	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS
Leguminosa	FRIJOLES			PURÉ DE FRIJOLES	FRIJOLES	FRIJOLES	N/A	FRIJOLES	FRIJOLES	FRIJOLES	FRIJOLES	FRIJOLES	FRIJOLES	N/A	PURÉ DE FRIJOLES	FRIJOLES	FRIJOLES
Cereal	ARROZ BLANCO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raíces, tubérculkos y	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA			PURÉ DE BERENJENA	BERENJENA GUISADA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA	BERENJENA GUISADA	BERENJENA GUISADA	BERENJENA GUISADA	ZANAHORIA COCIDA	PURÉ DE BERENJENA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE AMARILLO (MARACUYA PIÑA)	GELATINA	JUGO AMARILLO +GELATINA	JUGO DE AMARILLO (MARACUYA PIÑA)	JUGO DE AMARILLO (MARACUYA PIÑA)	JUGO DE AMARILLO (MARACUYA PIÑA)	BANANO + AGUA	JUGO DE AMARILLO (MARACUYA PIÑA)	JUGO DE AMARILLO (MARACUYA PIÑA)	JUGO DE AMARILLO (MARACUYA PIÑA)	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	JUGO DE AMARILLO (MARACUYA PIÑA)	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + BANANO MACERADA	AGUA + BANANO CORTADA	AGUA + BANANO CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc /Queso campesino o cuajada 30 gr		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE BANANO				KUMIS SIN AZUCAR		SORBETE DE BANANO	SORBETE DE BANANO			SORBETE DE BANANO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(80 gr)							FRESA PICADA										
Cereal integral							HOJUELAS DE AVENA		HOJALDRA	HOJALDRA							

CENA

Sopa o cremas	SOPA DE VERDURAS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE VERDURAS
PROTEINAS	PERNIL DE POLLO CON CHAMPIÑONES			PURÉ DE POLLO	POLLO DESMENUZADO	PECHUGA ASADA	PERNIL DE POLLO CON CHAMPIÑONES	PECHUGA ASADA	PERNIL DE POLLO CON CHAMPIÑONES	PERNIL DE POLLO CON CHAMPIÑONES	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA	CARNE GUISADO	PECHUGA ASADA	PURÉ DE POLLO	POLLO DESMENUZADO	PERNIL DE POLLO CON CHAMPIÑONES
Cereal	ARROZ BLANCO			PURE DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raíces, tubérculkos y plátanos	YUCA DORADA			PURÉ DE YUCA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	N/A	YUCA COCIDA	YUCA DORADA	YUCA DORADA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	PURÉ DE YUCA	YUCA DORADA	YUCA DORADA
Verdura	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE			PURÉ DE GUATILA	GUATILA GUISADA	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA Y COHOMBRO	ENSALADA DE LECHUGA Y COHOMBRO	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE	GUATILA GUISADA	PURÉ DE GUATILA	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE COHOMBRO, LECHUGA Y TOMATE
Fruta	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	GELATINA	JUGO TOMATE DE ARBOL + GELATINA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	FRESA + AGUA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + MELON MACERADA	AGUA + MELON CORTADA	AGUA + FRUTA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							QUESO +MELON+ TOSTADA INTEGRAL						QUESO + TOSTADA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

SEMANA	2	N. MENÚ	13	DIA DE LA SEMANA	SABADO	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	AVENA CON LECHE	AROMATICA	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AROMATICA EN LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AVENA CON LECHE	AROMATICA	YOGURT SIN AZUCAR	YOGURT SIN AZUCAR	AVENA CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HUEVO CON VERDURA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	HUEVO CON VERDURA	HUEVO CON VERDURA	HUEVO CON VERDURA	HUEVO COCIDO	HUEVO CON VERDURA	HUEVO CON VERDURA	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO CON VERDURA	HUEVO CON VERDURA	HUEVO CON VERDURA
Cereales	AREPUELAS				AREPUELAS	AREPUELAS	TOSTADA INTEGRAL	TOSTADA	AREPUELAS	AREPUELAS	AREPUELAS	AREPUELAS	AREPUELAS	TOSTADA	AREPUELAS	AREPUELAS	AREPUELAS
Jugo de fruta	JUGO DE MANGO		JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	AGUA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MELÓN	GELATINA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	MELÓN	MELÓN

NUEVES

Lácteos leche,yogurt,kumis dietetico 150 cc (Queso campesino																	
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MORA				SORBETE DE MORA		SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA			SORBETE DE MORA				
Cereal integral							MOGOLLA INTEGRAL			MOGOLLA INTEGRAL							

ALMUERZO

Sopa o cremas	SOPA DE PASTA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE PASTA	SOPA DE PASTA	SOPA DE PASTA	N/A	SOPA DE PASTA	SOPA DE PASTA	SOPA DE PASTA	N/A	SOPA DE PASTA	SOPA DE PASTA	SOPA DE PASTA	N/A	N/A	SOPA DE PASTA
Carnes	POLLO ORIENTAL CON			PURÉ DE POLLO	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO ORIENTAL CON	POLLO GUISADO	POLLO ORIENTAL CON	POLLO ORIENTAL CON	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	PURÉ DE POLLO	POLLO GUISADO	POLLO ORIENTAL CON
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON HABICHUELAS			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ CON HABICHUELAS
Raices, tubérculkos y	PURÉ DE PAPA			PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	N/A	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA
Verdura	ENSALADA DE ESPINACA, APIO Y ZANAHORIA			PURÉ DE ZUCHINI MIXTO	ZUCHINI MIXTO	ZUCHINI MIXTO	ENSALADA DE ESPINACA, APIO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, APIO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, APIO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, APIO Y ZANAHORIA	ZUCHINI MIXTO	ZUCHINI MIXTO	ZUCHINI MIXTO	CALABAZA COCIDA	PURÉ DE ZUCHINI MIXTO	ENSALADA DE ESPINACA, APIO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, APIO Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE MORA +GELATINA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	MANDARINA + AGUA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + MANDARINA MACERADA	AGUA + MADARINA CORTADA	AGUA + MANDARINA CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt,kumis dietetico 150 cc							QUESO		QUESO	QUESO			QUESO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE BANANO				MANDARINA KIWI		MANDARINA	MANDARINA			MANDARINA				
Cereal integral							GRANOLA		GRANOLA	GRANOLA							

CENA

Sopa o cremas	CREMA DE APIO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	N/A	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	N/A	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	N/A	N/A	CREMA DE APIO
PROTEINAS	CARNE EN HABMBURGUESA			PURÉ DE CARNE	HAMBURGUESA	CARNE EN HABMBURGUESA	CARNE EN HABMBURGUESA	CARNE EN HABMBURGUESA	CARNE EN HABMBURGUESA	CARNE EN HABMBURGUESA	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	CARVE GUISADO	HAMBURGUESA	PURÉ DE CARNE	HAMBURGUESA	CARNE EN HABMBURGUESA
Cereal	ARROZ CON ARVEJAS			PURE DE ARROZ	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ CON ARVEJAS
Raices, tubérculkos y plátanos	PLATANO AL HORNO			PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	PLATANO AL HORNO	N/A	PLATANO AL HORNO	PLATANO AL HORNO	PLATANO AL HORNO	PAPA GUISADA	PAPA GUISADA	PAPA GUISADA	PLÁTANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PLATANO AL HORNO	PLATANO AL HORNO
Verdura	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS			PURE DE VEGETALES MIXTOS	VEGETALES MIXTOS COCIDOS	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS	VEGETALES MIXTOS COCIDOS	VEGETALES MIXTOS COCIDOS	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS	VEGETALES MIXTOS COCIDOS	PURE DE VEGETALES MIXTOS	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS	VEGETALES SALTEADOS MIXTOS
Fruta	JUGO DE MANZANA	GELATINA	JUGO DE MANZANA + GELATINA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE TOMATE SIN AZUCAR	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + FRUTA MACERADA	AGUA + FRUTA CORTADA	AGUA + FRUTA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							KUMIS SIN AZUCAR+GALLETA INTEGRAL						KUMIS + GALLETA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

SEMANA	2	N. MENÚ	14	DIA DE LA SEMANA	DOMINGO	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
DESAYUNO																	
Bebidas Lácteas	CHOCOLATE	AROMATICA	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	COCOA EN LECHE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	COCOA EN LECHE	AROMATICA	KUMIS SIN AZUCAR	KUMIS SIN AZUCAR	CHOCOLATE
Carnes, huevos, queso	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE D E POLLO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE DE QUESO	SANDUCHE DE QUESO	CUAJADA,	CALDO CON HUEVO	CUAJADA	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO
Cereales					0	0	TOSTADA INTEGRAL	PAN MOLDE	0	0	0	0	PAN MOLDE	PAN MOLDE	PAN MOLDE		0
Jugo de fruta	JUGO DE PIÑA		JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	AGUA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	BANANO	GELATINA	COMPOTA DE DURAZNO	COMPOTA DE DURAZNO	BANANO	BANANO	DURAZNO	BANANO	BANANO	BANANO	DURAZNO	DURAZNO	BANANO	COMPOTA DE DURAZNO	COMPOTA DE DURAZNO	BANANO	BANANO
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MANGO				YOGUR SIN AZUCAR		YOGUR	YOGUR			YOGUR				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							MANGO			MANGO			MANGO				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		TOSTADA INTEGRAL	TOSTADA INTEGRAL							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE CEBADA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	N/A	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	N/A	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE CEBADA
Carnes	GOULASH DE CARNE			PURÉ DE CARNE	GOULASH DE CARNE	GOULASH DE CARNE	GOULASH DE CARNE	GOULASH DE CARNE	GOULASH DE CARNE	GOULASH DE CARNE	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	GOULASH DE CARNE	PURÉ DE CARNE	GOULASH DE CARNE	GOULASH DE CARNE
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON AJO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO
Raices, tubérculkos y	YUCA AL PEREJIL			PURE YUCA	PURE YUCA	YUCA AL PEREJIL	N/A	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	PURE YUCA	PURE YUCA	YUCA AL PEREJIL	PURE YUCA	PURE YUCA	PURE YUCA	YUCA AL PEREJIL
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y FRESA			POTECA DE AHUYAMA CON HUEVO	POTECA DE AHUYAMA CON HUEVO	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y FRESA	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y FRESA	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y FRESA	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y FRESA	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y FRESA	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA CON HUEVO	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA CON HUEVO	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y FRESA	ENSALADA DE LECHUGA, MANGO Y FRESA
Fruta	JUGO DE TROPICAL	GELATINA	JUGO TROPICAL +GELATINA	JUGO DE TROPICAL	JUGO DE TROPICAL	JUGO DE TROPICAL	MANGO+AGUA	MANGO + AGUA	JUGO DE TROPICAL	JUGO DE TROPICAL	JUGO DE TROPICAL	JUGO DE TROPICAL	JUGO DE TROPICAL	JUGO DE DURAZNO SIN	AGUA + MANGO MACERADA	AGUA + MANGO CORTADA	AGUA + MANGO CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MARACUYA				SORBETE DE MARACUYA		SORBETE DE MARACUYA	SORBETE DE MARACUYA			SORBETE DE MARACUYA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)																	
Cereal integral							MOGOLLA INTEGRAL		HOJALDRA	HOJALDRA							
CENA																	
Sopa o cremas	SOPA DE VERDURAS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE VERDURAS
PROTEINAS	CERDO EN SALSA TERIYAKIE			PURÉ DE CERDO	CERDO DESMENUZADO	CERDO ASADO	CERDO EN SALSA TERIYAKIE	CERDO ASADO	CERDO EN SALSA TERIYAKIE	CERDO EN SALSA TERIYAKIE	CERDO ASADO	CERDO ASADO	CARVE GUISADO	CERDO DESMENUZADO	PURÉ DE CERDO	CERDO DESMENUZADO	CERDO EN SALSA TERIYAKIE
Cereal	ARROZ CON FIDEOS			PURE DE ARROZ	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS
Raices, tubérculkos y plátanos	TORTA DE PAPA			PURÉ DE PAPA	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA	N/A	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA	PURÉ DE PAPA	TORTA DE PAPA	TORTA DE PAPA
Verdura	ENSALADA FRESCA MIXTA			PURÉ DE CALABACIN	CALABACIN CON ZANAHORIA GUISADO	ENSALADA FRESCA MIXTA	ENSALADA FRESCA MIXTA	ENSALADA FRESCA MIXTA	ENSALADA FRESCA MIXTA	ENSALADA FRESCA MIXTA	ENSALADA FRESCA MIXTA	ENSALADA FRESCA MIXTA	ENSALADA FRESCA MIXTA	CALABACIN CON ZANAHORIA GUISADO	PURÉ DE CALABACIN	ENSALADA FRESCA MIXTA	ENSALADA FRESCA MIXTA
Fruta	JUGO DE GUAYABA	GELATINA	JUGO DE GUAYABA + GELATINA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	GRANADILLA+ AGUA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + GRANADILLA MACERADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							QUESO + MELON+ TOSTADA						QUESO +TOSTADA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	3	N. MENÚ	15	DIA DE LA SEMANA	LUNES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO																		
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMATICA	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	CAFÉ EN LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	COCOA EN LECHE	AROMATICA	LECHE 1	LECHE 2	AGUA DE PANELA CON LECHE
Carnes, huevos, queso	CALDO CON PECHUGA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	CALDO CON PECHUGA	LICUADO DE POLLO	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA
Cereales	AREPA ASADA				AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA
Jugo de fruta	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL		JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	AGUA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE DURAZNO SIN	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MELÓN CON PAPAYA	GELATINA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	MELÓN CON PAPAYA	MELÓN CON PAPAYA	MANZANA VERDE	MELÓN CON PAPAYA	MELÓN CON PAPAYA	MELÓN CON PAPAYA	MANZANA VERDE	MANZANA VERDE	MELÓN CON PAPAYA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	MELÓN CON PAPAYA	MELÓN CON PAPAYA

NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc (Queso campesino		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MORA				SORBETE DE MORA		SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA			SORBETE DE MORA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)																	
Cereal integral							MOGOLLA INTEGRAL			MOGOLLA INTEGRAL							

ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE JARDINERA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE JARDINERA	SOPA DE JARDINERA	SOPA DE JARDINERA	N/A	SOPA DE JARDINERA	SOPA DE JARDINERA	SOPA DE JARDINERA	N/A	SOPA DE JARDINERA	SOPA DE JARDINERA	SOPA DE JARDINERA	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE JARDINERA
Carnes	POLLO BBQ			PURÉ DE POLLO	POLLO GUISADO	POLLO BBQ	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO BBQ	POLLO BBQ	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	PURÉ DE POLLO	POLLO GUISADO	POLLO BBQ
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ AL CILANTRO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO
Raices, tubérculkos y	PAPA RUSTICA AL			PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA RUSTICA AL	N/A	PAPA RUSTICA AL	PAPA RUSTICA AL	PAPA RUSTICA AL	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA RUSTICA AL
Verdura	TORTA DE VERDURA			PURÉ DE VERDURAS	TORTA DE VERDURA	TORTA DE VERDURA	CALABACIN GUISADO	TORTA DE VERDURA	TORTA DE VERDURA	TORTA DE VERDURA	CALABACIN GUISADO	CALABACIN GUISADO	TORTA DE VERDURA	CALABACIN GUISADO	PURÉ DE VERDURAS	TORTA DE VERDURA	TORTA DE VERDURA
Fruta	JUGO DE MARACUYÁ	GELATINA	JUGO MARACUYA +GELATINA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	PERA+ AGUA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANZANA MACERADA	AGUA + MANZANA CORTADA	AGUA + MANZANA CORTADA

ONCES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE LULO				KUMIS		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							FRESA		MANZANA	MANZANA			MANZANA				
Cereal integral							GRANOLA		GRANOLA	GRANOLA							

CENA																	
Sopa o cremas	SOPA DE CONCHITAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	N/A	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	N/A	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	N/A	N/A	SOPA DE CONCHITAS
PROTEINAS	CARNE EN BISTECK			PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE EN BISTECK	CARNE EN BISTECK	CARNE EN BISTECK	CARNE EN BISTECK	CARNE EN BISTECK	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	CARVE GUISADO	CARNE MOLIDA GUISADA	PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE EN BISTECK
Cereal	ARROZ CON AJONJOLÍ			PURE DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ BLANCO	ARROZ , BLANCO	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ
Raices, tubérculkos y plátanos	YUCA DORADA			PURÉ DE YUCA	YUCA GUISADA	YUCA DORADA	N/A	YUCA DORADA	YUCA DORADA	YUCA DORADA	YUCA GUISADA	YUCA GUISADA	YUCA GUISADA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	YUCA DORADA	YUCA DORADA
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO			PURÉ DE PEPINOS CON ZUCHINI	PEPINOS GUISADOS CON ZUCHINI	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO	PEPINOS GUISADOS CON ZUCHINI	PEPINOS GUISADOS CON ZUCHINI	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO	PEPINOS GUISADOS	PURÉ DE PEPINOS CON ZUCHINI	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO	ENSALADA DE LECHUGA , PEPINO Y APIO
Fruta	JUGO DE GUANABANA	GELATINA	JUGO DE GUANABANA+ GELATINA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	MELON + AGUA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA + MELON MACERADA	AGUA + MELON CORTADA	AGUA + MELON CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							YOGUR SIN AZCUAR+ DURAZNO +						YOGURT + TOSTADA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		KATHRYN NAVARRO ZARATE			
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA. MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	3	N. MENÚ	16	DIA DE LA SEMANA	MARTES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO																		
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	AVENA CON VAINILLA	AROMATICA	AVENA CON VAINILLA	AVENA CON VAINILLA	AVENA CON VAINILLA	AVENA CON VAINILLA	AROMATICA CON LECHE	AVENA CON VAINILLA	AVENA CON VAINILLA	AVENA CON VAINILLA	AVENA CON VAINILLA	AVENA CON VAINILLA	AROMATICA CON LECHE	AROMATICA	YOGURT SIN AZUCAR	YOGURT SIN AZUCAR	AVENA CON VAINILLA
Carnes, huevos, queso	HUEVOS CON ESPINACAS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	HUEVOS CON ESPINACAS	HUEVOS CON ESPINACAS	HUEVOS CON ESPINACAS	HUEVO COCIDO	HUEVOS CON ESPINACAS	HUEVOS CON ESPINACAS	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVOS CON ESPINACAS	HUEVOS CON ESPINACAS	HUEVOS CON ESPINACAS
Cereales	PANCAKE				PANCAKE	PANCAKE	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PANCAKE	PANCAKE	PANCAKE	PANCAKE	PANCAKE	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PANCAKE
Jugo de fruta	JUGO DE GUAYABA		JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	AGUA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	UVAS	GELATINA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	UVAS	UVAS	UVAS VERDES	UVAS	UVAS	UVAS	UVAS VERDES	UVAS VERDES	UVAS	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	UVAS	UVAS
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE BANANO				QUESO		QUESO	QUESO			QUESO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							MELON		MELON	MELON			MELON				
Cereal integral							HOJUELAS DE AVENA			HOJUELAS DE AVENA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SANCOCHITO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SANCOCHITO	SANCOCHITO	SANCOCHITO	N/A	SANCOCHITO	SANCOCHITO	SANCOCHITO	N/A	SANCOCHITO	SANCOCHITO	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	SANCOCHITO
Carnes	CARNE A LA PLANCHA			PURÉ DE CARNE	FAJITAS DE CARNE PICADA	CARNE A LA PLANCHA	CARNE A LA PLANCHA	FAJITAS DE CARNE PICADA	CARNE A LA PLANCHA	CARNE A LA PLANCHA	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	FAJITAS DE CARNE PICADA	PURÉ DE CARNE	FAJITAS DE CARNE PICADA	CARNE A LA PLANCHA
Leguminosa	LENTEJAS GUISADAS			LENTEJAS GUISADAS	LENTEJAS GUISADAS	LENTEJAS GUISADAS	N/A	LENTEJAS GUISADAS	LENTEJAS GUISADAS	LENTEJAS GUISADAS	LENTEJAS GUISADAS	LENTEJAS GUISADAS	LENTEJAS GUISADAS	N/A	LENTEJAS GUISADAS	LENTEJAS GUISADAS	LENTEJAS GUISADAS
Cereal	ARROZ CON AJO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO
Raices, tubérculkos	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	PURÉ DE PAPA	N/A	N/A	N/A
Verdura	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA			PURÉ DE BERENJENA	BERENJENA GUISADA	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA	BERENJENA GUISADA	BERENJENA GUISADA	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA	ZANAHORIA COCIDA	PURÉ DE BERENJENA	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, LECHUGA ,ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE FRESA	GELATINA	JUGO FRESA +GELATINA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	FRESA + AGUA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE DURAZNO SIN	AGUA + DURAZNO MACERADA	AGUA + DURAZNO CORTADA	AGUA + DURAZNO CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt,kumis dietetico		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUANABANA				SORBETE DE GUANABANA		SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA			SORBETE DE GUANABANA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)																	
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		MANTECADA	MANTECADA							
CENA																	
Sopa o cremas	CREMA DE APIO	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	N/A	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	N/A	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	CREMA DE APIO	N/A	N/A	CREMA DE APIO
PROTEINAS	PESCADO EN SALSA CRIOLLA			PURÉ DE PESCADO	PESCADO DESMENUZADA	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PESCADO DESMENUZADA	PURÉ DE PESCADO	PESCADO DESMENUZADA	PESCADO EN SALSA CRIOLLA
Cereal	ARROZ CON FIDEOS			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	PURE DE ARROZ	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS
Raices, tubérculkos y plátanos	CHIPS DE PLÁTANO			PURÉ DE PLÁTANO	PLATÁNO COCIDO	CHIPS DE PLÁTANO	N/A	PLATÁNO COCIDO	CHIPS DE PLÁTANO	CHIPS DE PLÁTANO	PLATÁNO COCIDO	PLATÁNO COCIDO	PLATÁNO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PURÉ DE PLÁTANO	CHIPS DE PLÁTANO	CHIPS DE PLÁTANO
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO			PURÉ DE GUATILA CON ZUCHINI AMARILLO	GUATILA GUISADA CON ZUCHINI AMARILLO	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO	GUATILA GUISADA CON ZUCHINI AMARILLO	GUATILA GUISADA CON ZUCHINI AMARILLO	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO	GUATILA GUISADA	PURÉ DE GUATILA CON ZUCHINI AMARILLO	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA, HABICHUELA, PEPINO
Fruta	JUGO DE MANGO	GELATINA	JUGO DE MANGO+ GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	MANGO + AGUA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANGO MACERADA	AGUA + MANGO CORTADA	AGUA + MANGO CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							KUMIS SIN AZUCAR +GALLETA INTEGRAL+						KUMIS + GALLETA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	3	N. MENÚ	17	DIA DE LA SEMANA	MIERCOLES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	KUMIS SIN AZUCAR	KUMIS SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HIGADO ENCEBOLLADO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	CALDO CON HUEVO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	CALDO CON HUEVO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO
Cereales	PAN DE LECHE				PAN DE LECHE	PAN DE LECHE	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	PAN DE LECHE	PAN DE LECHE	PAN DE LECHE	PAN DE LECHE	PAN DE LECHE	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN DE LECHE
Jugo de fruta	JUGO DE MORA		JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	AGUA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MANZANA SIN	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	BANANO	GELATINA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	BANANO	BANANO	MANDARINA	BANANO	BANANO	BANANO	MANDARINA	MANDARINA	BANANO	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	BANANO	BANANO

NUEVES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc /Queso campesino		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MARACUYA				YOGUR SIN AZUCAR		YOGUR	YOGUR			YOGUR				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							FRESA			MANGO			MANGO				
Cereal integral							GRANOLA		CROASANT	CROASANT							

ALMUERZO

Sopa o cremas	AJIACO	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	AJIACO	AJIACO	AJIACO	N/A	AJIACO	AJIACO	AJIACO	N/A	AJIACO	AJIACO	AJIACO	N/A	N/A	AJIACO
Carnes	PECHUGA DESMECHADA			PURÉ DE POLLO	PECHUGA DESMECHADA	PECHUGA DESMECHADA	PECHUGA DESMECHADA	PECHUGA DESMECHADA	PECHUGA DESMECHADA	PECHUGA DESMECHADA	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	PURÉ DE POLLO	POLLO GUISADO	PECHUGA DESMECHADA
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ BLANCO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculkos y	MAZORCA CON			PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	MAZORCA CON	N/A	MAZORCA CON	MAZORCA CON	MAZORCA CON	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	MAZORCA CON
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE			PURÉ DE HABUCHUELAS	HABICHUELA GUISADAS	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE	HABICHUELA GUISADAS	HABICHUELA GUISADAS	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE	POTECA DE AHUYAMA	PURÉ DE HABUCHUELAS	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE	ENSALADA DE LECHUGA CON AGUACATE
Fruta	JUGO DE CIRUELA	GELATINA	JUGO CIRUELA +GELATINA	JUGO DE CIRUELA	JUGO DE CIRUELA	JUGO DE CIRUELA	UVAS VERDES + AGUA	JUGO DE CIRUELA	JUGO DE CIRUELA	JUGO DE CIRUELA	JUGO DE CIRUELA	JUGO DE CIRUELA	JUGO DE CIRUELA	JUGO DE DURAZNO SIN	AGUA + CIRUELA MACERAD	AGUA + CIRUELA CORTADA	AGUA + CIRUELA CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc /Queso campesino		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE LULO				KUMIS SIN AZUCAR		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							PERA		PERA	PERA			PERA				
Cereal integral							GALLETA INTEGRAL		CORAZON HOJALDRA	CORAZON HOJALDRA							

CENA

Sopa o cremas	SOPA DE VERDURAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE VERDURAS
PROTEINAS	CERDO HORNEADO			PURÉ DE CERDO	CERDO DESMENUZADO	CERDO HORNEADO	CERDO HORNEADO	CERDO HORNEADO	CERDO HORNEADO	CERDO HORNEADO	CERDO HORNEADO	CERDO HORNEADO	CARVE GUISADO	CERDO DESMENUZADO	PURÉ DE CERDO	CERDO DESMENUZADO	CERDO HORNEADO
Cereal	ARROZ BLANCO			PURE DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculkos y plátanos	CRIOLLAS AL OREGANO			PURÉ DE CRIOLLA	CRIOLLAS AL OREGANO	CRIOLLAS AL OREGANO	N/A	CRIOLLAS AL OREGANO	CRIOLLAS AL OREGANO	CRIOLLAS AL OREGANO	CRIOLLAS AL OREGANO	CRIOLLAS AL OREGANO	CRIOLLAS AL OREGANO	PURÉ DE CRIOLLA	PURÉ DE CRIOLLA	CRIOLLAS AL OREGANO	CRIOLLAS AL OREGANO
Verdura	ENSALADA DE ZANAHORIA TOMATE Y			PURE DE CALABACIN , CON ZANAHORIA	CALABACIN CON ZANAHORIA	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y	CALABACIN CON ZANAHORIA	CALABACIN CON ZANAHORIA	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y	CALABACIN CON ZANAHORIA	PURE DE CALABACIN CON ZANAHORIA	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y	ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y
Fruta	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	GELATINA	JUGO TOMATE DE ÁRBOL +	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	BANANO + AGUA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + BANANO MACERADA	AGUA + BANANO CORTADA	AGUA + BANANO CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							PAPAYA + QUESO + TOSTADA						QUESO + TOSTADA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

SEMANA	3	N. MENÚ	18	DIA DE LA SEMANA	JUEVES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	CHOCOLATE	AROMATICA	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	COCOA EN LECHE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	COCOA EN LECHE	COCOA EN LECHE	COCOA EN LECHE	AROMATICA	LECHE 1	LECHE 2	CHOCOLATE
Carnes, huevos, queso	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	SANDWICH INTEGRAL DE POLLO, LECHUGA Y	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	SANDUCHE DE POLLO	SANDUCHE DE POLLO	SANDUCHE DE POLLO	POLLO DESMENUZADO	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y	SANDWICH DE POLLO CON LECHUGA Y
Cereales	0				0	0		0	0	0	0	0	0	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	0
Jugo de fruta	JUGO DE PERA		JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	AGUA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	SANDIA	GELATINA	COMPOTA DE DURAZNO	COMPOTA DE DURAZNO	SANDIA	SANDIA	MAZANA VERDE	SANDIA	SANDIA	SANDIA	MAZANA VERDE	MAZANA VERDE	SANDIA	COMPOTA DE DURAZNO	COMPOTA DE DURAZNO	SANDIA	SANDIA

NUEVES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc (Yogur																	
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUANABANA				SORBETE DE GUANABANA		SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA			SORBETE DE GUANABANA				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL			TOSTADA INTEGRAL							

ALMUERZO

Sopa o cremas	SOPA DE ARROZ	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	N/A	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	N/A	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	N/A	N/A	SOPA DE ARROZ
Carnes	CARNE SUDADA			PURÉ DE CARNE	CARNE GUISADA PICADA	CARNE SUDADA	CARNE SUDADA	CARNE SUDADA	CARNE SUDADA	CARNE SUDADA	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	CARNE GUISADA PICADA	PURÉ DE CARNE	CARNE GUISADA PICADA	CARNE SUDADA
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON PEREJIL			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON PEREJIL	ARROZ CON PEREJIL
Raíces, tubérculkos y plátanos	PURÉ DE PAPA GRATINADO			PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA GRATINADO	PURÉ DE PAPA GRATINADO	N/A	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA GRATINADO	PURÉ DE PAPA GRATINADO	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA GRATINADO
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI			POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y BRÓCOLI
Fruta	JUGO DE MANGO	GELATINA	JUGO MANGO +GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	MANGO + AGUA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANZANA MACERADA	AGUA + MANZANA CORTADA	AGUA + MANZANA CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt ,kumis dietetico 150 cc (Yogur																	
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MORA				YOGURT SIN AZUCAR		YOGURT	YOGURT			YOGURT				
Cereal integral							MELON		MELON	MELON			MELON				
							GRANOLA		MANTECADA	MANTECADA							

CENA

Sopa o cremas	CREMA DE ACELGAS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	N/A	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	N/A	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	CREMA DE ACELGAS	N/A	N/A	CREMA DE ACELGAS
PROTEINAS	GOULASH DE POLLO			PURÉ DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO	PURÉ DE POLLO	GOULASH DE POLLO	GOULASH DE POLLO
Cereal	ARROZ CON CEBOLLA			PURE DE ARROZ	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON CEBOLLA
Raíces, tubérculkos y plátanos	PLÁTANO CON BOCADILLOA			PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO CON BOCADILLOA	N/A	PLÁTANO CON BOCADILLOA	PLÁTANO CON BOCADILLOA	PLÁTANO CON BOCADILLOA	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO CON BOCADILLOA	PLÁTANO CON BOCADILLOA
Verdura	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA			PURÉ DE ZUKINI BERENJENA Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUCHINI Y BERENJENA	SALTEADO DE ZUCHINI Y BERENJENA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA	ZANAHORIA COCIDA	PURÉ DE ZUKINI BERENJENA Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUKINI, BERENJENA Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE DURAZNO	GELATINA	JUGO DE DURAZNO+ GELATINA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	DURAZNO + AGUA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + GRANADILLA MACERADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							KUMIS SIN AZUCAR + GALLETA						KUMIS + GALLETA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

SEMANA	3	N. MENÚ	19	DIA DE LA SEMANA	VIERNES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	MAIZENA CON VAINILLA	AROMATICA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	COCOA EN LECHE	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	COCOA EN LECHE	COCOA EN LECHE	COCOA EN LECHE	AROMATICA	YOGUR SIN AZUCAR	YOGUR SIN AZUCAR	MAIZENA CON VAINILLA
Carnes, huevos, queso	HUEVOS PERICOS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVO COCIDO	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVO COCIDO	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS
Cereales	DEDITO DE QUESO				DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	AREPA	AREPA	DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	AREPA	AREPA DESMENUZADA	AREPA DESMENUZADA	DEDITO DE QUESO
Jugo de fruta	JUGO DE MELON		JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	AGUA	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE MELON	JUGO DE GUAYABA SIN	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MANDARINA	GELATINA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	MANDARINA	MANDARINA

NUEVES

Lácteos leche,yogurt kumis (cantidad)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE FRESA				SORBETE DE FRESA		SORBETE DE FRESA	SORBETE DE FRESA			SORBETE DE FRESA				
Fruta entera (120gr) o en sorbete(80 gr)																	
Cereal integral							GALLLETA INTEGRAL			GALLLETA INTEGRAL							

ALMUERZO

Sopa o cremas	SOPA DE CEBADA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	N/A	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	N/A	SOPA DE CEBADA	SOPA DE CEBADA	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE CEBADA
Carnes	CERDO EN SALSA DE CHAMPIÑO			PURÉ DE CERDO	CERDO PICADO	CERDO ASADO	CERDO EN SALSA DE CHAMPIÑO	CERDO ASADO	CERDO EN SALSA DE CHAMPIÑO	CERDO EN SALSA DE CHAMPIÑO	POLLO ASADO	POLLO ASADO	POLLO ASADO	CERDO PICADO	PURÉ DE CERDO	CERDO PICADO	CERDO EN SALSA DE CHAMPIÑO
Leguminosa	ARVEJAS GUISADOS			ARVEJAS GUISADOS	ARVEJAS GUISADOS	ARVEJAS GUISADOS	N/A	ARVEJAS GUISADOS	ARVEJAS GUISADOS	ARVEJAS GUISADOS	ARVEJAS GUISADOS	ARVEJAS GUISADOS	ARVEJAS GUISADOS	N/A	ARVEJAS GUISADOS	ARVEJAS GUISADOS	ARVEJAS GUISADOS
Cereal	ARROZ BLANCO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raíces, tubérculkos y plátanos	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	PURÉ DE PAPA	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	PAPA COCIDA GUISADA	N/A	N/A	N/A
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA			PURÉ DE PEPINOS GUISADOS CON ZANAHORIA	PEPINOS GUISADOS CON ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	PEPINOS GUISADOS CON ZANAHORIA	PEPINOS GUISADOS CON ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	PEPINOS GUISADOS CON ZANAHORIA	PURÉ DE PEPINOS GUISADOS CON ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
Fruta	JUGO DE PIÑA	GELATINA	JUGO PIÑA +GELATINA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	MELON+ AGUA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MANZANA SIN	AGUA + MANGO MACERADA	AGUA + MANGO CORTADA	AGUA + MANGO CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt kumis (cantidad)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MORA				KUMIS SIN AZUCAR		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
Fruta entera (120gr) o en sorbete(80							PERA		PERA	PERA			PERA				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		CROASAN	CROASAN							

CENA

Sopa o cremas	SOPA DE AVENA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE AVENA
PROTEINAS	CARNE AL PIMENTÓN			PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE AL PIMENTÓN	CARNE AL PIMENTÓN	CARNE AL PIMENTÓN	CARNE AL PIMENTÓN	CARNE AL PIMENTÓN	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	CARNE MOLIDA GUISADA	PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE AL PIMENTÓN
Cereal	ARROZ CON CILANTRO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO
Raíces, tubérculkos y plátanos	PAPA EN SALSA BLANCA			PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA EN SALSA BLANCA	N/A	PURÉ DE PAPA	PAPA EN SALSA BLANCA	PAPA EN SALSA BLANCA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA EN SALSA BLANCA
Verdura	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS			PURÉ DE GUATILA CON CALABAZA	GUISADO DE GUATILA CON ZALABAZA	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS	GUISADO DE GUATILA CON ZALABAZA	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS	GUISADO DE GUATILA CON ZALABAZA	GUISADO DE GUATILA CON ZALABAZA	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS	GUISADO DE GUATILA CON ZALABAZA	PURÉ DE GUATILA CON CALABAZA	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS	ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA Y UVAS
Fruta	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE MORA+ GELATINA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	DURAZNO + AGUA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA CORTADA	AGUA + FRUTA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							YOGUR SIN AZUCAR + GRANOLA+						YOGUR CON GRANOLA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

SEMANA	3	N. MENU	20	DIA DE LA SEMANA	SABADO	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
DESAYUNO																	
Bebidas Lácteas	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMATICA	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMATICA EN LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMATICA EN LECHE	AROMATICA EN LECHE	AROMATICA EN LECHE	AROMATICA	KUMIS SIN AZUCAR	KUMIS SIN AZUCAR	AGUA DE PANELA CON LECHE
Carnes, huevos, queso	CALDO CON CARNE	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE ESPESO	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	HUEVO COCIDO	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CUAJADA	CUAJADA	CUAJADA	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE	CALDO CON CARNE
Cereales	PAN BLANCO				PAN BLANCO	PAN BLANCO	MOGOLLA	MOGOLLA	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO
Jugo de fruta	JUO DE MANGO		JUO DE MANGO	JUO DE MANGO	JUO DE MANGO	JUO DE MANGO	AGUA	JUO DE MANGO	JUO DE MANGO	JUO DE MANGO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUO DE MANGO	JUGO DE MANZANA SIN	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	PAPAYA	GELATINA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	PAPAYA	PAPAYA	PAPAYA	PAPAYA	PAPAYA	PAPAYA	PAPAYA	PAPAYA	PAPAYA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	PAPAYA	PAPAYA
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE BANANO				YOGUR SIN AZUCAR		YOGUR	YOGUR			YOGUR				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							PERA			PERA			PERA				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		TOSTADA	TOSTADA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	CREMA DE ESPINACAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	N/A	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	N/A	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	N/A	N/A	CREMA DE ESPINACAS
Carnes	ALBONDIGAS GUISADAS			PURÉ DE CARNE	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA	CARNE GUISADO	ALBONDIGAS GUISADAS	PURÉ DE CARNE	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	PASTA GUISADA			PURÉ DE PASTA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA	PURÉ DE PASTA	PASTA GUISADA	PASTA GUISADA
Raices, tubérculkos y plátanos	PLÁTANO FRITO			PURÉ DE PLÁTANO	PLATANO COCIDO	PLÁTANO FRITO	N/A	PLATANO COCIDO	PLÁTANO FRITO	PLÁTANO FRITO	PLÁTANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PLATANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO FRITO
Verdura	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA			PURÉ DE CALABACIN	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	CALABACIN GUISADO	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	CALABACIN GUISADO	CALABACIN GUISADO	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	CALABACIN GUISADO	PURÉ DE CALABACIN	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE FRESA	GELATINA	JUGO FRESA +GELATINA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	FRESA + AGUA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + FRESA MACERADA	AGUA + FRESA CORTADA	AGUA + FRESA CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt ,kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MANGO				QUESO		QUESO	QUESO			QUESO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60							MELON		MELON	MELON			MELON				
Cereal integral							GRANOLA		GRANOLA	GRANOLA							
CENA																	
Sopa o cremas	SOPA DE FIDEOS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	N/A	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	N/A	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	N/A	N/A	SOPA DE FIDEOS
PROTEINAS	POLLO EN SALSA DE MARACUYA			PURÉ DE POLLO	POLLO GUISADO DESMENUZADO	POLLO EN SALSA DE MARACUYA	POLLO HORNEADO	POLLO EN SALSA DE MARACUYA	POLLO EN SALSA DE MARACUYA	POLLO EN SALSA DE MARACUYA	POLLO HORNEADO	POLLO HORNEADO	POLLOHORNEADO	POLLO GUISADO DESMENUZADO	PURÉ DE POLLO	POLLO GUISADO DESMENUZADO	POLLO EN SALSA DE MARACUYA
Cereal	ARROZ CON ZANAHORIA			PURE DE ARROZ	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	AROZ BLANCO	AROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA
Raices, tubérculkos y plátanos	YUCA AL PEREJIL			PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	YUCA AL PEREJIL	N/A	PURÉ DE YUCA	YUCA AL PEREJIL	YUCA AL PEREJIL	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	YUCA AL PEREJIL
Verdura	ENSALADA DE ESPINACA, MELON,COCO Y			PURÉ DE ESPINACAS CON PEPINO	ESPINACAS GUISADAS CON PEPINO DE	ENSALADA DE ESPINACA, MELON,COCO Y	ENSALADA DE ESPINACA, MELON ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, MELON,COCO Y	ENSALADA DE ESPINACA, MELON,COCO Y	ENSALADA DE ESPINACA, MELON,COCO Y	PEPINOS GUISADOS	PEPINOS GUISADOS	ENSALADA DE ESPINACA, MELON,COCO Y	ESPINACAS GUISADAS CON PEPINO DE	PURÉ DE ESPINACAS CON PEPINO	ENSALADA DE ESPINACA, MELON,COCO Y	ENSALADA DE ESPINACA, MELON,COCO Y
Fruta	JUGO DE UVA	GELATINA	JUGO DE UVA+ GELATINA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	UVAS VERDES+ AGUA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + GRANADILLA MACERADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							KUMIS SIN AZUCAR+ TOSTADA						KUMIS + TOSTADA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	3	N. MENÚ	21	DIA DE LA SEMANA	DOMINGO	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO																	
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	LECHE 1	LECHE 2	CAFÉ CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HUEVO CON QUESO Y MAIZ	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO ESPESO	HUEVO CON QUESO Y MAIZ	HUEVO CON QUESO Y MAIZ	HUEVO CON QUESO Y MAIZ	CALDO CON HUEVO	HUEVO CON QUESO Y MAIZ	HUEVO CON QUESO Y MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	CALDO CON HUEVO	CALDO CON HUEVO	HUEVO CON QUESO Y MAIZ	HUEVO CON QUESO Y MAIZ	HUEVO CON QUESO Y MAIZ
Cerales	AREPUELAS				AREPUELAS	TOSTADAS	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPUELAS	AREPUELAS	TOSTADAS	TOSTADAS	AREPUELAS	TOSTADA	TOSTADA DESMENUZADA	TOSTADA DESMENUZADA	AREPUELAS
Jugo de fruta	JUGO DE DURAZNO		JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	AGUA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	PERA	GELATINA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	PERA	PERA	PAPAYA	PERA	PERA	PERA	PAPAYA	PAPAYA	PERA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE PERA	PERA	PERA
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt kumis																	
Fruta entera (120gr) o en sorbete(60 cc)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE FRESA				SORBETE DE FRESA		SORBETE DE FRESA	SORBETE DE FRESA			SORBETE DE FRESA				
Cereal integral							GALLETA INTEGRAL			GALLETA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE MUTE	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	N/A	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	N/A	SOPA DE MUTE	SOPA DE MUTE	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE MUTE
Carnes	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA			PURÉ DE POLLO	POLLO A LA JARDINERA DESMENUZ	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA	CARVE GUISADO	POLLO A LA JARDINERA DESMENUZ	PURÉ DE POLLO	POLLO A LA JARDINERA DESMENUZ	PIERNA DE POLLO A LA JARDINERA
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ PERLADO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ PERLADO	ARROZ PERLADO
Raices, tubérculkos y plátanos	PAPA DORADA			PURÉ DE PAPA	PAPA COCIDA TAJADA	PAPA DORADA	N/A	PAPA COCIDA TAJADA	PAPA DORADA	PAPA DORADA	PAPA COCIDA TAJADA	PAPA COCIDA TAJADA	PURÉ DE PAPA	PAPA COCIDA TAJADA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA DORADA
Verdura	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON			PURÉ DE BERENJENA	BERENJENA GUISADA	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON	BERENJENA GUISADA	BERENJENA GUISADA	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON	ZANAHORIA COCIDA	PURÉ DE BERENJENA	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON	ESPINACA, ZANAHORIA Y MELON
Fruta	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO MORA +GELATINA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	PERA + AGUA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA CORTADA	AGUA + PERA CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt kumis							YOGUR SIN AZUCAR		YOGUR	YOGUR			YOGUR				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MANGO				KIVI MANGO		MANGO	MANGO			MANGO				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		HOJALDRA	HOJALDRA							
CENA																	
Sopa o cremas	SOPA DE VERDURA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE VERDURA	SOPA DE VERDURA	SOPA DE VERDURA	N/A	SOPA DE VERDURA	SOPA DE VERDURA	SOPA DE VERDURA	N/A	SOPA DE VERDURA	SOPA DE VERDURA	SOPA DE VERDURA	N/A	N/A	SOPA DE VERDURA
PROTEINAS	CARNE EN JULIANAS			PURÉ DE CARNE	CARNE EN JULIANAS	CARNE EN JULIANAS	CARNE EN JULIANAS	CARNE EN JULIANAS	CARNE EN JULIANAS	CARNE EN JULIANAS	CARNE EN JULIANAS	CARNE EN JULIANAS	POLLOHORNEADO	CARNE EN JULIANAS	PURÉ DE CARNE	CARNE EN JULIANAS	CARNE EN JULIANAS
Cereal	ARROZ CON MANÍ			PURE DE ARROZ	ARROZ CON MANÍ	ARROZ CON MANÍ	ARROZ CON MANÍ	ARROZ CON MANÍ	ARROZ CON MANÍ	ARROZ CON MANÍ	AROZ BLANCO	AROZ BLANCO	ARROZ CON MANÍ	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON MANÍ	ARROZ CON MANÍ
Raices, tubérculkos y plátanos	MONEDAS DE PLÁTANO			PURÉ DE PLATANO	PLATANO COCIDO	MONEDAS DE PLÁTANO	N/A	PLATANO COCIDO	MONEDAS DE PLÁTANO	MONEDAS DE PLÁTANO	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PURÉ DE PLATANO	PURÉ DE PLATANO	PLATANO COCIDO	MONEDAS DE PLÁTANO
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y			PURÉ DE ESPINACAS CON PEPINO	ESPINACAS GUISADAS CON PEPINO DE	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y	ENSALADA DE ESPINACA, MELON ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y	PEPINOS GUISADOS	PEPINOS GUISADOS	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y	ESPINACAS GUISADAS CON PEPINO DE	PURÉ DE ESPINACAS CON PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y	ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y
Fruta	JUGO DE MANZANA	GELATINA	JUGO DE MANZANA+ GELATINA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	MANZANA VERDE + AGUA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANZANA MACERADA	AGUA + MANZANA CORTADA	AGUA + MANZANA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							KUMIS SIN AZUCAR+GALLETA						KUMIS CON GALLETA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	4	N. MENÚ	22	DIA DE LA SEMANA	LUNES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
DESAYUNO																	
Bebidas Lácteas	CHOCOLATE	AROMATICA	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	COCOA	CHOCOLATE	CHOCOLATE	CHOCOLATE	COCOA	COCOA	COCOA	AROMATICA	YOGUR SIN AZUCAR	YOGUR SIN AZUCAR	CHOCOLATE
Carnes, huevos, queso	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE INTEGRAL DE POLLO Y QUESO	POLLO DESMECHADO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE DE POLLO	SANDUCHE DE POLLO	POLLO DESMECHADO	POLLO DESMECHADO	POLLO DESMENUZADO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO	SANDUCHE DE POLLO Y QUESO
Cereales	0				0	TOSTADAS		PAN TAJADO	0	0			PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO	PAN TAJADO	0
Jugo de fruta	JUGO DE PIÑA		JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	AGUA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MANZANA SIN	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	SANDIA	GELATINA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	SANDIA	SANDIA	MANZANA VERDE	SANDIA	SANDIA	SANDIA	MANZANA VERDE	MANZANA VERDE	SANDIA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	SANDIA	SANDIA
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE DURAZNO				QUESO		QUESO	QUESO			QUESO				
							FRESAS		FRESAS CON MANDARINA	FRESAS CON MANDARINA			FRESAS CON MANDARINA				
Cereal integral							GRANOLA INTEGRAL										
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA CAMPESINA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	N/A	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	N/A	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS
Carnes	CARNE DESMECHADA			PURÉ DE CARNE	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA	POLLO SUDADO	POLLO SUDADO	CARVE GUISADO	CARNE DESMECHADA	PURÉ DE CARNE	CARNE DESMECHADA	CARNE DESMECHADA
Leguminosa	FRIJOL GUISADO			FRIJOL GUISADO	FRIJOL GUISADO	FRIJOL GUISADO	N/A	FRIJOL GUISADO	FRIJOL GUISADO	FRIJOL GUISADO	FRIJOL GUISADO	FRIJOL GUISADO	FRIJOL GUISADO	N/A	FRIJOL GUISADO	FRIJOL GUISADO	FRIJOL GUISADO
Cereal	ARROZ VERDE			PURÉ DE ARROZ	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ VERDE	ARROZ VERDE
Raices, tubérculkos y plátanos	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	PAPA COCIDA	N/A	N/A	N/A
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO			PURÉ DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO	POTECA DE AHUYAMA	PURÉ DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO	ENSALADA DE LECHUGA,ESPINACAS, PEPINO COHOMBRO
Fruta	JUGO DE MANGO	GELATINA	JUGO MANGO +GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	DURAZNO + AGUA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + DURAZNO MACERADA	AGUA + DURAZNO CORTADA	AGUA + DURAZNO CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt kumis fruta entera (120gr) o en sorbete(60		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE LULO				SORBETE DE LULO		SORBETE DE LULO	SORBETE DE LULO			SORBETE DE LULO				
Cereal integral							MOGOLLA INTEGRAL		CORAZONES	CORAZONES							
CENA																	
Sopa o cremas	CREMA DE ZANAHORIA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE ZANAHORIA	CREMA DE ZANAHORIA	CREMA DE ZANAHORIA	N/A	CREMA DE ZANAHORIA	CREMA DE ZANAHORIA	CREMA DE ZANAHORIA	N/A	CREMA DE ZANAHORIA	CREMA DE ZANAHORIA	CREMA DE ZANAHORIA	N/A	N/A	CREMA DE ZANAHORIA
PROTEINAS	CERDO EN SALSA DE CIRUELA			PURÉ DE CERDO	CERDO PICADO	CERDO EN SALSA DE CIRUELA	CERDO ASADO	CERDO ASADO	CERDO EN SALSA DE CIRUELA	CERDO EN SALSA DE CIRUELA	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	CERDO PICADO	PURÉ DE CERDO	CERDO PICADO	CERDO EN SALSA DE CIRUELA
Cereal	ARROZ BLANCO			PURE DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	AROZ BLANCO	AROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculkos y plátanos	YUCA AL CILANTRO			PURÉ DE YUCA	YUCA AL CILANTRO	YUCA AL CILANTRO	N/A	YUCA AL CILANTRO	YUCA AL CILANTRO	YUCA AL CILANTRO	YUCA AL CILANTRO	YUCA AL CILANTRO	YUCA AL CILANTRO	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	YUCA AL CILANTRO	YUCA AL CILANTRO
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA			PURÉ DE GUATILA	GUATILA GUISADA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE ESPINACA, MELON ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	GUATILA GUISADA	GUATILA GUISADA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	GUATILA GUISADA	PURÉ DE GUATILA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
Fruta	JUGO DE UVA	GELATINA	JUGO DE UVA+ GELATINA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	UVAS VERDES+ AGUA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA + MANGO MACERADA	AGUA + MANGO CORTADA	AGUA + MANGO CORTADA
REFRIGERIO NOCHE ,INTEGRAL							YOGURT SIN AZUCAR+ PERA + TOSTADA INTEGRAL						YOGURT + TOSTADA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	4	N. MENÚ	23	DIA DE LA SEMANA	MARTES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	KUMIS SIN AZUCAR	KUMIS SIN AZUCAR	CAFÉ CON LECHE
Carnes, huevos, queso	TORTILLA DE HUEVO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO	TORTILLA DE HUEVO	TORTILLA DE HUEVO	TORTILLA DE HUEVO	CALDO CON HUEVO	TORTILLA DE HUEVO	TORTILLA DE HUEVO	TORTILLA DE HUEVO	TORTILLA DE HUEVO	CALDO CON HUEVO	CALDO CON HUEVO	POLLO DESMENUZADO	TORTILLA DE HUEVO	TORTILLA DE HUEVO
Cereales	PAN DE MANTEQUILLA				PAN DE MANTEQUILLA	TOSTADAS	MOGOLLA	PAN BLANCO	PAN DE MANTEQUILLA	PAN DE MANTEQUILLA	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN DE MANTEQUILLA	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN DE MANTEQUILLA
Jugo de fruta	JUGO DE PAPAYA		JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	AGUA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE PAPAYA	JUGO DE GUAYABA SIN	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MANZANA	GELATINA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	MANZANA	MANZANA	MANZANA VERDE	MANZANA	MANZANA	MANZANA	MANZANA	MANZANA	MANZANA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	MANZANA	MANZANA

NUEVES

Lácteos (leche,yogurt kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MORA				KUMIS SIN AZUCAR		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 cc)							MELON			MELON			MELON				
Cereal integral							MOGOLLA/INTEGRAL		MANTECADA	MANTECADA							

ALMUERZO

Sopa o cremas	CREMA DE ARRACACHA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE ARRACACHA	CREMA DE ARRACACHA	CREMA DE ARRACACHA	N/A	CREMA DE ARRACACHA	CREMA DE ARRACACHA	CREMA DE ARRACACHA	N/A	CREMA DE ARRACACHA	CREMA DE ARRACACHA	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	N/A
Carnes	POLLO AL HORNO			PURÉ DE POLLO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	PURÉ DE POLLO	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON AJONJOLI			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI
Raices, tubérculkos y plátanos	PLÁTANO FRITO			PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO FRITO	N/A	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO FRITO	PLÁTANO FRITO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO FRITO
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON			PURÉ DE PEPINO	PEPINOS GUISADOS CON CALABAZA	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON	PEPINOS GUISADOS CON CALABAZA	PEPINOS GUISADOS CON CALABAZA	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON	PEPINOS GUISADOS CON CALABAZA	PURÉ DE PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON	ENSALADA DE LECHUGA MIXTA PAPAYA Y MELON
Fruta	JUGO DE FRUTOS ROJOS	GELATINA	JUGO DE FRUTOS ROJOS GELATINA	JUGO DE FRUTOS ROJOS	JUGO DE FRUTOS ROJOS	JUGO DE FRUTOS ROJOS	FRESA + AGUA	JUGO DE FRUTOS ROJOS	JUGO DE FRUTOS ROJOS	JUGO DE FRUTOS ROJOS	JUGO DE FRUTOS ROJOS	JUGO DE FRUTOS ROJOS	JUGO DE FRUTOS ROJOS	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + FRESA MACERADA	AGUA + FRESA CORTADA	AGUA + FRESA CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE FRESA				SORBETE DE FRESA		SORBETE DE FRESA	SORBETE DE FRESA			SORBETE DE FRESA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60																	
Cereal integral							TOSTADA		HOJALDRA	HOJALDRA							

CENA

Sopa o cremas	SOPA DE VERDURAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	N/A	SOPA DE VERDURAS
PROTEINAS	CARNE EN SALSA TERIYAKY			PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE ASADA	CARNE EN SALSA TERIYAKY	CARNE EN SALSA TERIYAKY	CARNE EN SALSA TERIYAKY	CARNE EN SALSA TERIYAKY	POLLO GOULASH	POLLO GOULASH	POLLO GOULASH	CARNE MOLIDA GUISADA	PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE EN SALSA TERIYAKY
Cereal	ARROZ CON MAIZ			PURE DE ARROZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ	AROZ BLANCO	AROZ BLANCO	ARROZ CON MAIZ	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON MAIZ	ARROZ CON MAIZ
Raices, tubérculkos y plátanos	PURE DE PAPA CON CILANTRO			PURÉ DE PAPA	PURE DE PAPA CON CILANTRO	PURE DE PAPA CON CILANTRO	N/A	PURE DE PAPA CON CILANTRO	PURE DE PAPA CON CILANTRO	PURE DE PAPA CON CILANTRO	PURE DE PAPA CON CILANTRO	PURE DE PAPA CON CILANTRO	PURE DE PAPA CON CILANTRO	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURE DE PAPA CON CILANTRO	PURE DE PAPA CON CILANTRO
Verdura	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA			PURÉ DE ZUCHINI MIXTO	ZUCHINI MKIIXTO GUISADO	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, MELON ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA	ZUCHINI MKIIXTO GUISADO	ZUCHINI MKIIXTO GUISADO	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA	CALABAZA GUISADA	PURÉ DE ZUCHINI MIXTO	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO TUTY FRUTY	GELATINA	JUGO TUTI FRUTY+ GELATINA	JUGO TUTY FRUTY	JUGO TUTY FRUTY	JUGO TUTY FRUTY	DURAZNO + AGUA	JUGO TUTY FRUTY	JUGO TUTY FRUTY	JUGO TUTY FRUTY	JUGO TUTY FRUTY	JUGO TUTY FRUTY	JUGO TUTY FRUTY	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + DURAZNO MACERADA	AGUA + DURAZNO CORTADA	AGUA + DURAZNO CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							QUESO + GALLETA INTEGRAL+						GALLETA + QUESO				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

SEMANA	4	N. MENÚ	24	DIA DE LA SEMANA	MIERCOLES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	AVENA EN LECHE	AROMATICA	AVENA EN LECHE	AVENA EN LECHE	AVENA EN LECHE	AVENA EN LECHE	AROMATICA EN LECHE	AVENA EN LECHE	AVENA EN LECHE	AVENA EN LECHE	AVENA EN LECHE	AVENA EN LECHE	AROMATICA EN LECHE	AROMATICA	LECHE 1	LECHE 2	AVENA EN LECHE
Carnes, huevos, queso	CALDO CON PECHUGA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA	POLLO DESMENUZADO	CALDO CON PECHUGA	CALDO CON PECHUGA
Cereales	AREPA ASADA				AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA
Jugo de fruta	JUGO DE GUAYABA		JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	AGUA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MANDARINA	GELATINA	COMPOTA DE DURAZNO	COMPOTA DE DURAZNO	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	COMPOTA DE DURAZNO	COMPOTA DE DURAZNO	MANDARINA	MANDARINA

NUEVES

Lácteos leche,yogurt kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MARACUYA				SORBETE DE MARACUYA		SORBETE DE MARACUYA	SORBETE DE MARACUYA			SORBETE DE MARACUYA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 cm3																	
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL			TOSTADA							

ALMUERZO

Sopa o cremas	SOPA CAMPESINA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	N/A	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	N/A	SOPA CAMPESINA	SOPA CAMPESINA	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS
Carnes	CARNE CON CHAMPIÑONES			PURÉ DE CARNE	PASTAS DE CARNE CON VERDURAS	PASTAS DE CARNE CON VERDURAS	CARNE CON CHAMPIÑONES	PASTAS DE CARNE CON VERDURAS	CARNE CON CHAMPIÑONES	CARNE CON CHAMPIÑONES	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	CARVE GUISADO	PASTAS DE CARNE CON VERDURAS	PURÉ DE CARNE	PASTAS DE CARNE CON VERDURAS	CARNE CON CHAMPIÑONES
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON AJO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO
Raices, tubérculkos y plátanos	YUCA FRITA			PURÉ DE YUCA	YUCA COCIDA GUISADA	YUCA FRITA	N/A	YUCA COCIDA GUISADA	YUCA FRITA	YUCA FRITA	YUCA COCIDA GUISADA	YUCA COCIDA GUISADA	YUCA COCIDA GUISADA	YUCA COCIDA GUISADA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	YUCA FRITA
Verdura	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO			PURÉ DE ESPINACAS CON ZANAHORIA	ESPINACA CON ZANAHORIA GUISADA	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO	ZANAHORIA Z GUISADAS	ZANAHORIA Z GUISADAS	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO	ZANAHORIA Z GUISADAS	PURÉ DE ESPINACAS CON ZANAHORIA	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO	ENSLADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PEPINO
Fruta	JUGO DE MARACUYÁ	GELATINA	JUGO DE MARACUYA +GELATINA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	PERA+ AGUA	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MARACUYÁ	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA CORTADA	AGUA + PERA CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE BANANO				YOGURT SIN AZUCAR MANGO Y MANZANA VERDE		SORBETE DE BANANO	SORBETE DE BANANO			SORBETE DE BANANO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60																	
Cereal integral							HOJUELAS DE AVENA		CORAZON HOJALDRADO	CORAZON HOJALDRADO							

CENA

Sopa o cremas	CREMA DE VERDURAS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	N/A	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	N/A	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	CREMA DE VERDURAS
PROTEINAS	PESCADO AL PEREJIL			PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	CARNE ASADA	PESCADO AL PEREJIL	PESCADO AL PEREJIL	PESCADO AL PEREJIL	PESCADO AL PEREJIL	POLLO GOULASH	POLLO GOULASH	POLLO GOULASH	CARNE MOLIDA GUISADA	PURÉ DE CARNE	CARNE MOLIDA GUISADA	PESCADO AL PEREJIL
Cereal	ARROZ CON FIDEOS			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS	AROZ BLANCO	AROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON FIDEOS
Raices, tubérculkos y plátanos	PLÁTANO CHIPS			PURÉ DE PAPA	PLÁTANO CHIPS	PLÁTANO CHIPS	N/A	PLÁTANO CHIPS	PLÁTANO CHIPS	PLÁTANO CHIPS	PLÁTANO CHIPS	PLÁTANO CHIPS	PLÁTANO CHIPS	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PLÁTANO CHIPS	PLÁTANO CHIPS
Verdura	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y COHOMBRO			PURÉ DE ZUCHINI MIXTO	ZUCHINI MKIIXTO GUISADO	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y	ENSLADA DE ESPINACA, MELON ZANAHORIA	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y	ZUCHINI MKIIXTO GUISADO	ZUCHINI MKIIXTO GUISADO	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y	CALABAZA GUISADA	PURÉ DE ZUCHINI MIXTO	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y	ENSLADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y
Fruta	JUGO DE MANGO	GELATINA	JUGO TUTI FRUTY+ GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	PERA + AGUA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA CORTADA	AGUA + PERA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							KUMIS SIN AZUCAR+ GALLETA INTEGRAL +						KUMIS+ GALLETA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	4	N. MENÚ	25	DIA DE LA SEMANA	JUEVES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO																	
COMPONENTES	**NORMAL**	**LIQUIDA CLARA**	**LIQUIDA COMPLETA**	**TIPO PURE**	**BLANDA**	**HIPOSODICA (SIN SAL)**	**HIPOGLUCIDA**	**HIPOGRASA**	**HIPERPROTEICA**	**HC - HP**	**RENAL PRE (SIN SAL)**	**RENAL DIALISIS (SIN SAL)**	**CIRROTICA**	**ASTRIGENTE**	**COMPLE 1**	**COMPLE 2**	**PEDIATRICA**
Bebidas Lácteas	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMATICA	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	YOGUR SIN AZUCAR	YOGUR SIN AZUCAR	AGUA DE PANELA CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HUEVO CON MAIZ	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	CALDO CON HUEVO	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ	CALDO CON HUEVO	CALDO CON HUEVO	HUEVO REVUELTO	HUEVO CON MAIZ	HUEVO CON MAIZ
Cereales	PAN DE COCO				PAN DE COCO	PAN DE COCO	TOSTADAS INTEGRAL	PAN DE COCO	PAN DE COCO	PAN DE COCO	TOSTADA	TOSTADA	PAN DE COCO	TOSTADA	PAN DESMENUZADO	PAN DE COCO EN TROZOS	PAN DE COCO
Jugo de fruta	JUGO DE GUANABANA		JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	AGUA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE MANZANA SIN	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	PERA	GELATINA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	PERA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	PERA	PERA

NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt kumis fruta entera (120gr) o en sorbete(60 cc)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE FRESA				SORBETE DE FRESA		SORBETE DE FRESA	SORBETE DE FRESA			SORBETE DE FRESA				
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL			TOSTADA INTEGRAL							

ALMUERZO																	
Sopa o cremas	CREMA DE CHAMPIÑONES	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE CHAMPIÑONES	N/A	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE CHAMPIÑONES	N/A	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE CHAMPIÑONES	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	N/A
Carnes	CERDO A LA PLANCHA			PURÉ DE CERDO	CERDO PICADO GUISADO	CERDO PICADO GUISADO	CERDO A LA PLANCHA	CERDO A LA PLANCHA	CERDO A LA PLANCHA	CERDO A LA PLANCHA	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	PESCADO AL HORNO	CERDO PICADO GUISADO	PURÉ DE CERDO	CERDO PICADO GUISADO	CERDO A LA PLANCHA
Leguminosa	GARBANZOS GUISADOS			GARBANZOS	GARBANZOS	GARBANZOS	N/A	GARBANZOS	GARBANZOS	GARBANZOS	GARBANZOS	GARBANZOS	GARBANZOS	N/A	GARBANZOS	GARBANZOS	GARBANZOS
Cereal	ARROZ BLANCO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculkos y plátanos	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	YUCA COCIDA SUDADA	N/A	N/A	N/A
Verdura	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI			PURÉ DE CALABACIN CON GUATILA	GUATILA GUSADA	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI	GUATILA GUSADA	GUATILA GUSADA	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI	GUATILA GUSADA	PURÉ DE CALABACIN CON GUATILA	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI	ENSLADA DE LECHUGA, ESPINACA, MANGO Y MANI
Fruta	JUGO DE PIÑA	GELATINA	JUGO DE PIÑA +GELATINA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	GRANADILLA + AGUA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + GRANADILLA MACERADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA	AGUA + GRANADILLA CORTADA

ONCES																	
Lácteos leche,yogurt kumis fruta entera (120gr) o en sorbete(60 cc)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE UVA				KUMIS SIN AZUCAR		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
							PERA		PERA	PERA			PERA				
Cereal integral							MOGOLLA INTEGRAL		MANTECADA	MANTECADA							

CENA																	
Sopa o cremas	SOPA DE CONCHITAS	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	N/A	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	N/A	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	N/A	N/A	SOPA DE CONCHITAS
PROTEINAS	PERNIL DE POLLO MIEL MOSTAZA			PURÉ DE POLLO	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	PERNIL DE POLLO MIEL MOSTAZA	POLLO AL HORNO	POLLO AL HORNO	PERNIL DE POLLO MIEL MOSTAZA	PERNIL DE POLLO MIEL MOSTAZA	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	CARVE GUISADO	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	PURÉ DE POLLO	FAJITAS DE PECHUGA CON VERDURAS	PERNIL DE POLLO MIEL MOSTAZA
Cereal	ARROZ CON PIMENTON VERDE			PURE DE ARROZ	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ CON PIMENTON	AROZ BLANCO	AROZ BLANCO	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ CON PIMENTON
Raices, tubérculkos y plátanos	CASQUITOS DE PAPA			PURÉ DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	N/A	CASQUITOS DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA	CASQUITOS DE PAPA
Verdura	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI			PURÉ DE BROCOLI Y ZANAHORIA	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI	ENSALADA DE ESPINACA, MELON ZANAHORIA	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI	SALTEADO DE ZUCHINI Y ZANAHORIA	SALTEADO DE ZUCHINI Y ZANAHORIA	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI	ZANAHORIA GUISADA	PURÉ DE BROCOLI Y ZANAHORIA	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI	SALTEADO DE BROCOLI ZANAHORIA Y ZUKINI
Fruta	JUGO DE LULO	GELATINA	JUGO LULO+ GELATINA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	MANGO + AGUA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + FRESAS MACERADA	AGUA + FRESA CORTADA	AGUA + FRESA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							QUESO + FRESAS+ TOSTADA						TOSTADA CON QUESO				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		KATHRYN NAVARRO ZARATE			
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	4	N. MENÚ	26	DIA DE LA SEMANA	VIERNES	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	MAIZENA CON VAINILLA	AROMATICA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	AROMATICA CON LECHE	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	MAIZENA CON VAINILLA	AROMATICA CON LECHE	AROMATICA	KUMIS SIN AZUCAR	KUMIS SIN AZUCAR	MAIZENA CON VAINILLA
Carnes, huevos, queso	CALDO CON CARNE Y PAPA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CALDO CON CARNE Y PAPA	CALDO CON CARNE Y PAPA	CALDO CON CARNE	CALDO CON HUEVO	CALDO CON CARNE Y PAPA	CALDO CON CARNE Y PAPA	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	CALDO CON CARNE Y PAPA	POLLO DESMENUZADO PARA	CALDO CON CARNE Y PAPA	CALDO CON CARNE Y PAPA
Cereales	GALLETA				GALLETA	GALLETA	AREPA	GALLETA	GALLETA	GALLETA	AREPA	AREPA	GALLETA	AREPA	DESMENUZADO PARA	DESMENUZADO PARA	GALLETA
Jugo de fruta	JUGO DE DURAZNO		JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	AGUA	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO	JUGO DE DURAZNO SIN	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	MELÓN	GELATINA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MELÓN	MANZANA	MANZANA	MELÓN	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PERA	MELÓN	MELÓN

NUEVES

Lácteos leche,yogurt kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MANGO				YOGUR		YOGUR	YOGUR			YOGUR				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							FRESA MANGO		FRESA MANGO	FRESA MANGO			FRESA MANGO				
Cereal integral							MOGOLLA			0							

ALMUERZO

Sopa o cremas	SOPA DE COLICERO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE COLICERO	SOPA DE COLICERO	SOPA DE COLICERO	N/A	SOPA DE COLICERO	SOPA DE COLICERO	SOPA DE COLICERO	N/A	SOPA DE COLICERO	SOPA DE COLICERO	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	N/A
Carnes	CHOP SUEY DE POLLO			PURÉ DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO	CARVE GUISADO	CHOP SUEY DE POLLO	PURÉ DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO	CHOP SUEY DE POLLO
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ CON CILANTRO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON AJO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON CILANTRO
Raices, tubérculkos y plátanos	PURÉ DE PAPA CRIOLLA			PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	N/A	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA CRIOLLA
Verdura	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA			POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	POTECA DE AHUYAMA	POTECA DE AHUYAMA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE MORA +GELATINA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	DURAZNO + AGUA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + DURAZNO MACERADA	AGUA + DURAZNO CORTADA	AGUA + DURAZNO CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE LULO				SORBETE DE LULO		SORBETE DE LULO	SORBETE DE LULO			SORBETE DE LULO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60																	
Cereal integral							GALLETA INTEGRAL		PALITO DE QUESO	PALITO DE QUESO							

CENA

Sopa o cremas	CREMA DE ESPINACAS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	N/A	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	N/A	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ESPINACAS	N/A	N/A	CREMA DE ESPINACAS
PROTEINAS	ALBONDIGAS GUISADAS			PURÉ DE CARNE	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO	CARVE GUISADO	ALBONDIGAS GUISADAS	PURÉ DE CARNE	ALBONDIGAS GUISADAS	ALBONDIGAS GUISADAS
Cereal	ARROZ AL CILANTRO			PURE DE ARROZ	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	AROZ BLANCO	AROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO
Raices, tubérculkos y plátanos	PLÁTANO ACARAMELADO			PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO ACARAMELADO	N/A	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO ACARAMELADO	PLÁTANO ACARAMELADO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PURÉ DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO ACARAMELADO
Verdura	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO			PURÉ DE VEGETALES MIXTOS	VEGETALES MIXTOS PEPINO CON CHATILA Y	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO	ENSALADA DE ESPINACA, MELON ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO	VEGETALES MIXTOS PEPINO CON CHATILA Y	VEGETALES MIXTOS PEPINO CON CHATILA Y	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO	VEGETALES MIXTOS PEPINO CON CHATILA Y	PURÉ DE VEGETALES MIXTOS	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO	ENSALADA DE ESPINACA,ZANAHORIA Y MANGO
Fruta	JUGO DE MANZANA	GELATINA	JUGO MANZANA+ GELATINA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	MANZANA VERDE + AGUA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + MANZANA MACERADA	AGUA + MANZANA CORTADA	AGUA + MANZANA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							KUMIS SIN AZUCAR+ TOSTADA						KUMIS + TOSTADA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	4	N. MENÚ	27	DIA DE LA SEMANA	SABADO	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	CHOCOLATE CON LECHE	AROMATICA	CHOCOLATE CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COCOA EN LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COCOA EN LECHE	AROMATICA	LECHE 1	LECHE 2	CHOCOLATE CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HUEVO CON TOMATE	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	LICUADO DE CARNE	HUEVO CON TOMATE	HUEVO CON TOMATE	CALDO CON CARNE	CALDO CON HUEVO	HUEVO CON TOMATE	HUEVO CON TOMATE	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	HUEVO REVUELTO	CALDO CON HUEVO	HUEVO CON TOMATE	HUEVO CON TOMATE	HUEVO CON TOMATE
Cereales	DEDITO DE QUESO				DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	MOGOLLA	TOSTADA	DEDITO DE QUESO	DEDITO DE QUESO	TOSTADA	TOSTADA	DEDITO DE QUESO	TOSTADA	PURE DE PAPA	PURE DE PAPA	DEDITO DE QUESO
Jugo de fruta	JUGO DE MORA		JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	AGUA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	NARANJA	GELATINA	COMPOTA DE MANZANIN	COMPOTA DE MANZANIN	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	NARANJA	COMPOTA DE MANZANA	NARANJA	NARANJA	NARANJA

NUEVES

Lácteos leche,yogurt kumis							QUESO		QUESO	QUESO			QUESO				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60 cal)		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MORA				PERA MANDARINA		PERA MANDARINA	PERA MANDARINA			PERA MANDARINA				
Cereal integral							GRANOLA			GRANOLA							

ALMUERZO

Sopa o cremas	SOPA DE CEBADA PERLADA	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	N/A	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	N/A	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	N/A
Carnes	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS			PURÉ DE PESCADO	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PURÉ DE PESCADO	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	PESCADO A LAS FINAS HIERBAS
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ BLANCO			PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJO	ARROZ CON AJO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJO	PURÉ DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculkos y plátanos	YUCA AL VAPOR			YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	N/A	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR	YUCA AL VAPOR
Verdura	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE			PURÉ DE HABICHUELAS GUISADAS	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE	HABICHUELAS GUISADAS	HABICHUELAS GUISADAS	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE	HABICHUELAS GUISADAS	PURE DE CALABACIN	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA DE AGUACATE CON LECHUGA Y TOMATE
Fruta	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	GELATINA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL +GELATINA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	PERA + AGUA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE DURAZNO SIN AZUCAR	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA CORTADA	AGUA + PERA CORTADA

ONCES

Lácteos leche,yogurt kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE GUANABANA				SORBETE DE GUANABANA		SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA			SORBETE DE GUANABANA				
fruta entera (120gr) o en sorbete(60																	
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		HOJALDRA	HOJALDRA							

CENA

Sopa o cremas	SOPA DE AVENA	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	N/A	N/A	SOPA DE AVENA
PROTEINAS	CERDO A LAS FINAS HIERBAS			PURÉ DE CERDO	CERDO EN FAJITAS CON HIERBAS	CERDO A LAS FINAS HIERBAS	CERDO A LAS FINAS HIERBAS	CERDO A LAS FINAS HIERBAS	CERDO A LAS FINAS HIERBAS	CERDO A LAS FINAS HIERBAS	PECHUGA ASADA	PECHUGA ASADA	CARVE GUISADO	CERDO EN FAJITAS CON HIERBAS	PURÉ DE CERDO	CERDO EN FAJITAS CON HIERBAS	CERDO A LAS FINAS HIERBAS
Cereal	ARROZ CON AJONJOLI			PURE DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	AROZ BLANCO	AROZ BLANCO	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI
Raices, tubérculkos y plátanos	PAPA EN SALSA BECHAMEL			PURÉ DE PAPA	PAPA EN SALSA BECHAMEL	PAPA EN SALSA BECHAMEL	N/A	PURÉ DE PAPA	PAPA EN SALSA BECHAMEL	PAPA EN SALSA BECHAMEL	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PAPA EN SALSA BECHAMEL	PAPA EN SALSA BECHAMEL
Verdura	ENSALADA VERDE MIXTA			PURÉ DE BERENJENA	BERENJENA GUISADA	ENSALADA VERDE MIXTA	ENSALADA VERDE MIXTA	ENSALADA VERDE MIXTA	ENSALADA VERDE MIXTA	ENSALADA VERDE MIXTA	BERENJENA GUISADA	BERENJENA GUISADA	ENSALADA VERDE MIXTA	POTECA DE AHUYAMA	PURÉ DE BERENJENA	ENSALADA VERDE MIXTA	ENSALADA VERDE MIXTA
Fruta	JUGO DE GUAYABA	GELATINA	JUGO GUAYABA+ GELATINA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	FRESA+ AGUA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZUCAR	AGUA + FRESA MACERADA	AGUA + FRESA CORTADA	AGUA + FRESA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							YOGURT SIN AZUCAR+						YOGUR + GALLETA				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE				
FIRMA	Kathryn Navarro Z	**MATRÍCULA PROFESIONAL**	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	**FECHA DE ELABORACION**	6/2/2026

SEMANA	4	N. MENÚ	28	DIA DE LA SEMANA	DOMINGO	TIEMPO DE COMIDA	DESAYUNO

DESAYUNO

COMPONENTES	NORMAL	LIQUIDA CLARA	LIQUIDA COMPLETA	TIPO PURE	BLANDA	HIPOSODICA (SIN SAL)	HIPOGLUCIDA	HIPOGRASA	HIPERPROTEICA	HC - HP	RENAL PRE (SIN SAL)	RENAL DIALISIS (SIN SAL)	CIRROTICA	ASTRIGENTE	COMPLE 1	COMPLE 2	PEDIATRICA
Bebidas Lácteas	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	COCOA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMATICA	YOGUR SIN AZUACAR	YOGUR SIN AZUACAR	CAFÉ CON LECHE
Carnes, huevos, queso	HIGADO ENCEBOLLADO	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	LICUADO DE POLLO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	CALDO CON HUEVO	HIGADO ENCEBOLLADO	HIGADO ENCEBOLLADO	HUEVO COCIDO	CALDO CON HUEVO	HUEVO COCIDO.	CALDO CON CARNE	HIGADOEN TROCITOS	HIGADO EN TROCITOS	HIGADO ENCEBOLLADO
Cereales	AREPA ASADA				AREPA ASADA	AREPA ASADA	MOGOLLA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA ASADA	AREPA DESMENUZADA	AREPA DESMENUZADA	AREPA ASADA
Jugo de fruta	JUGO DE MELON		JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	AGUA	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE MELON	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA	AGUA	AGUA
Fruta	BANANO	GELATINA	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	BANANO	BANANO	MANZANA VERDE	BANANO	BANANO	BANANO	MANZANA VERDE	MANZANA VERDE	BANANO	COMPOTA DE GUAYABA	COMPOTA DE GUAYABA	BANANO	BANANO
NUEVES																	
Lácteos leche,yogurt kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE MANGO				KUMIS SIN AZUCAR		KUMIS	KUMIS			KUMIS				
Fruta entera (120gr) o en sorbete(60 gr)							MANGO		MANGO	MANGO			MANGO				
Cereal integral							GRANOLA			GRANOLA							
ALMUERZO																	
Sopa o cremas	SOPA DE VERDURAS	CONSOME DE CARNE	LICUADO DE CARNE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	N/A	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	N/A	N/A	N/A
Carnes	HAMBURGUESA DE RES			PURÉ DE CARNE	HAMBURGUESA DE RES	HAMBURGUESA DE RES	HAMBURGUESA DE RES	HAMBURGUESA DE RES	HAMBURGUESA DE RES	HAMBURGUESA DE RES	PASTAS DE PECHUGA CON VERDURAS	PASTAS DE PECHUGA CON VERDURAS	PASTAS DE PECHUGA CON VERDURAS	HAMBURGUESA DE RES	PURÉ DE CARNE	HAMBURGUESA DE RES	HAMBURGUESA DE RES
Leguminosa	N/A			N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
Cereal	ARROZ AL PEREJIL			PURÉ DE ARROZ	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	PURÉ DE ARROZ	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL
Raices, tubérculkos y plátanos	PAPA FRANCESA			PAPA EN PURÉ	PAPA EN PURÉ	PAPA FRANCESA	N/A	PAPA EN PURE	PAPA FRANCESA	PAPA FRANCESA	PAPA EN PURE	PAPA EN PURE	PAPA EN PURE	PAPA EN PURÉ	PAPA EN PURÉ	PAPA EN PURÉ	PAPA FRANCESA
Verdura	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA Y MANZANA			PURÉ DE PEPINO CON GUATILA GUISADA	SALTEADO DE PEPINO CON GUATILA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA	SALTEADO DE PEPINO CON GUATILA	SALTEADO DE PEPINO CON GUATILA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA	SALTEADO DE PEPINO CON GUATILA	PURÉ DE PEPINO CON GUATILA GUISADA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO, ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE FRESA	GELATINA	JUGO DE FRESA +GELATINA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE FRESA	JUGO DE MANZANA SIN AZUCAR	AGUA + FRUTA MACERADA	AGUA + FRUTA CORTADA	AGUA + FRUTA CORTADA
ONCES																	
Lácteos leche,yogurt kumis		AROMATICA +GELATINA	SORBETE DE UVA				SORBETE DE MORA		SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA			SORBETE DE MORA				
Fruta entera (120gr) o en sorbete(60																	
Cereal integral							TOSTADA INTEGRAL		MANTECADA	MANTECADA							
CENA																	
Sopa o cremas	SOPA DE ARROZ	CONSOME DE POLLO	LICUADO DE POLLO	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	N/A	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	N/A	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	N/A	N/A	SOPA DE ARROZ
PROTEINAS	FRICASSE DE POLLO			PURÉ DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	CARVE GUISADO	FRICASSE DE POLLO	PURÉ DE POLLO	FRICASSE DE POLLO	FRICASSE DE POLLO
Cereal	ARROZ BLANCO			PURE DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	AROZ BLANCO	AROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	PURE DE ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
Raices, tubérculkos y plátanos	TAJADA DE MADURO			PURÉ DE PLÁTANO	TAJADA DE MADURO	TAJADA DE MADURO	N/A	PLÁTANO COCIDO	TAJADA DE MADURO	TAJADA DE MADURO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	PLÁTANO COCIDO	PURÉ DE PLÁTANO	PURÉ DE PLÁTANO	TAJADA DE MADURO	TAJADA DE MADURO
Verdura	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA Y CILANTRO			PURÉ DE ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y COCHOMBR	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y COCHOMBR	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y COCHOMBR	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA	PURÉ DE ZANAHORIA	PURÉ DE ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA
Fruta	JUGO DE PERA	GELATINA	JUGO PERA+ GELATINA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	PERA + AGUA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA	JUGO DE PERA SIN AZUCAR	AGUA + PERA MACERADA	AGUA + PERA CORTADA	AGUA + PERA CORTADA
REFRIGERIO NOCHE INTEGRAL							QUESO + GALLETA INTEGRAL + MELON						GALLETA + QUESO				

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS	KATHRYN NAVARRO ZARATE			
FIRMA Kathryn Navarro Z	MATRÍCULA PROFESIONAL	NUTRICIONISTA - DIETISTA MND 03802	FECHA DE ELABORACION	6/2/2026

CONDICIONES RELACIONADAS CON LAS DIETAS

Los siguientes anexos contienen las especificaciones técnicas de cada una de las dietas hospitalarias teniendo en cuenta las minutas patrón a suministrar a los pacientes del hospital. El contratista deberá ajustarse a los requerimientos nutricionales solicitados en las especificaciones técnicas nutricionales del Hospital Regional de la Orinoquía E.S.E. para atender la población hospitalaria, esto con el objetivo de garantizar el aporte del requerimiento diario de energía y nutrientes específicos según patología y/o condición clínica del paciente, así mismo asegurar la calidad e inocuidad de los alimentos ofrecidos.

Para el cálculo de la minuta patrón se tuvo en cuenta las Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes (RIEN) para la población colombiana de la resolución 3803 del 2016, de igual manera se tuvo en cuenta la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos 2018 (TCAC) y la lista de Intercambios de la Universidad de Antioquia.

TIPO DE DIETAS

Las dietas a suministrar según su consistencia y modificación en nutrientes serán las siguientes:

Según consistencia:

-Normal adultos (N)
-Normal pediátrica (NPD)
-Alimentación complementaria 1 (CO-1)
-Alimentación complementaria 2 (CO-2)
-Líquida clara (LCL)
-Líquida completa (LCO)
-Disfagia (DF)
-Blanda (BL)
-Gastroclisis (GCL)

Según modificación en nutrientes:

-Hipoglúcida (HGL) 1400 - 1800 CAL
-Hipograsa (HGR)
-Hiposódica (HS)
-Hiperproteica (HPT)
-Hipercalórica- Hiperprotéica (HCAL - HPT)
-Renal prediálisis (RNPR)
-Renal diálisis (RND)
-Hepatoprotectora (HT)

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

-Astringente (AST)
-Coronaria (COR)
-Antiulcerosa (NIG)
-Hipopurínica (HPP)
-Hipocalórica (HIPOCAL)

Las dietas anteriormente mencionadas deben estar sujetas a cambios mecánicos, químicos y físicos según patología del paciente y prescripción del nutricionista del hospital, teniendo en cuenta las propiedades de los alimentos como: Alta en fibra, alto en hierro, alto en potasio, alto en ácido fólico, alto en cierta vitamina o mineral, con abundantes líquidos, libre de gluten, con restricción hídrica, no cítricos, no alimentos rojos, fraccionada, entre otros.

A continuación, se describe las especificaciones nutricionales de cada una de las minutas patrón, con peso servido y frecuencia de administración de los siguientes tipos de dietas:

1. MINUTA PATRÓN DIETA NORMAL ADULTOS

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche Queso	200 cc 60 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo (para caldo) Hígado Huevo	60 g 80 g 80 g	3 veces a la semana 4 veces a la semana
	Cereales: Arepa, pan, tostada, galleta, envuelto	80 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	120 g 200 cc	Todos los días
ALMUERZO	**Sopa o crema**	240 cc	Todos los dias
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado, vísceras	120 g	Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, frijol, arveja, garbanzo	60 g	2 veces a la semana
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor	70 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	120 g 200 cc	Todos los días

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
COMIDA	**Sopa o crema**	240 cc	3 veces a la semana
	Lácteos: Leche, yogurt, kumis	200 cc	Según lo requiera
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Calorías (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
2136,0	92,2	67,4	305,5
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2200,0	88,0 (16%)	73,3 (30%)	297,0 (54%)
% cubrimiento			
97,1	104,8	91,9	102,9

OBERVACIONES:

- No tiene ninguna modificación en consistencia, textura y contenido de nutrientes.
- Tener en cuenta las preferencias, hábitos alimentarios y cultura de la región y de los pacientes por los diversos alimentos adaptándose a éstos.
- Se deben ofrecer alimentos y preparaciones variadas.
- Las porciones de verduras se calculan ya preparadas, puede ir crudas o cocidas.
- La fruta debe ofrecerse entera, en porción.
- Se debe alternar bebidas calientes y frías.
- Las preparaciones deben ir con sal moderadamente.
- Las bebidas lácteas como la leche, se puede utilizar como acompañante de coladas, café, té, chocolate, panela o suministrarse como único alimento. (ej.: 1 vaso de leche o yogurt o kumis).
- La bebida caliente del desayuno debe elaborarse con leche al 50%.
- Las vísceras como hígado, pajarilla, corazón o riñón se deben suministrar 1 vez a la semana.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y endulzado con una porción de azúcar blanco de 12 g.

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

2. MINUTA PATRÓN DIETA NORMAL PEDIÁTRICA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche Queso	120 cc 50 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo (para caldo) Hígado Huevo	30 g 40 g 80 g	Todos los días
	Cereales: Pan, arepa, tostada, galleta, envuelto	30 g	Todos los días
	Frutas: Entera	120 g	Todos los días
ALMUERZO	**Carnes:** Res, pollo, cerdo, pescado, vísceras Hígado, vísceras	60 g	Todos los días 1 vez a la semana
	Cereales: Arroz, pasta	40 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	40 g	Todos los días
	Verduras Crudas o al vapor Cremas	35 g 120 cc	Todos los días 2 veces a la semana
	Frutas: Entera Jugo	90 g 120 cc	Todos los días
COMIDA	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche	120 cc	Todos los días
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado	60 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	40 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	40 g	Todos los días
	Verduras Crudas o al vapor Cremas	35 g 120 cc	Todos los días 2 veces a la semana
	Frutas: Jugo	120 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Calorías (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
662,9	26,2	19,4	52,2
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
731,0	20,0	30,0	95,0
% Cubrimiento			
90,7	130,9	64,5	55,0

OBSERVACIONES:

- Está indicada en niños y niñas a partir de los 12 meses de edad hasta los 5 años y 11 meses.
- Se permite la inclusión de azucares a partir de los 2 años.

- No tiene ninguna modificación en consistencia, textura y contenido de nutrientes.
- Tener en cuenta las preferencias, hábitos alimentarios y cultura de la región y de los pacientes por los diversos alimentos adaptándose a éstos.
- Se deben ofrecer alimentos y preparaciones variadas.
- Las cremas de verduras deben ser espesas..
- Las porciones de verduras se calculan ya preparadas, puede ir crudas o cocidas.
- La fruta debe ofrecerse entera, en porción.
- Se debe alternar bebidas calientes y frías.
- Las preparaciones deben ir con sal moderadamente.
- La bebida caliente del desayuno debe elaborarse con leche al 50%.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 50 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción.
- Se debe administrar 200 cc de agua en cada tiempo de comida.
- Para preparar los alimentos se deben utilizar aceites vegetales como girasol, oliva o canola.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

3. MINUTA PATRÓN ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA 1

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Leche de continuación o lácteos** Fórmula láctea o Yogurt, kumis sin azúcar o Cuajada, queso campesino	 9,2 g 30 cc 10 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo, cerdo, hígado Huevo	 14 g 25 g	Todos los días
	Cereales: Arepa, pan, envuelto	 15 g	Todos los días
	Frutas: Entera	 30 g	Todos los días
ALMUERZO	**Carnes:** Res, pollo, pescado, cerdo, hígado	 14 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	 36 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	 18 g	Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, fríjol, arveja, garbanzo	 8 g	2 veces por semana
	Frutas: Entera	 30 g	Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor Cremas**	 18 g 90 cc	Todos los días 1 a 2 veces por semana

UNIÓN TEMPORAL JPS & SUMISERVI CATERING

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
CENA	**Carnes:** Res, pollo, cerdo, hígado	20 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	35 g	Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor	18 g	Todos los días
	Cremas**	90 cc	1 a 2 veces por semana
	Frutas: Entera	30 g	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Calorías (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
662,9	26,2	19,4	52,2
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
731,0	20,0	30,0	95,0
% Cubrimiento			
90,7	130,9	64,5	55,0

OBSERVACIONES:

- Está indicada para niños y niñas de 6 a 8 meses de edad.
- Las preparaciones no se le deben adicionar azúcar ni sal.
- No se debe ofrecer leche de vaca o alguna preparación que requiera la adición de éste alimento como crema de leche.
- No se permite preparaciones como coladas de harinas (cerelac, maizena, harina de plátano, siete granos, bienestarina, etc.).
- No ofrecer bebidas con cafeína, té, infusiones, gaseosas, bebidas vegetales (almendra, soya o coco), bebidas con edulcorantes.
- Se deben ofrecer frutas dulces como cítricas.
- No se permite embutidos y enlatados (salchicha, mortadela, salchichón, atún, sardinas, carnes curadas o maduradas, etc.).
- La textura de los alimentos debe ser:

-Cereales: (arroz: machacado), (pastas, pan, arepa, envueltos: en trozos pequeños).
-Raíces, tubérculos y plátanos: (papa, yuca, plátano) puré, papillas o machacados.
-Frutas: En puré, papilla o compota de frutas duras como manzana, pera, durazno, etc. En trozos pequeños frutas blandas como banano, papaya, mango, etc.
-Verduras: En puré, papilla o trozos de verduras cocidas al vapor, en casos que no se puedan consumir frescas.
**Se hace una excepción de incluir cremas de verduras frescas espesas de 1 a 2 veces por semana y según condición de deglución del paciente, NO ofrecer sopas de cereales o harinas.
-Lácteos: Queso campesino rallado o cuajada machacada. Yogurt o kumis sin azúcar o dietético.
-Carnes: Desmechadas o molidas. Pescado fresco deshuesado y NO industrializado.
-Huevo: Tibio o cocido en trozos pequeños.
-Leguminosas secas: Lentejas, fríjol, garbanzo, arveja machacados.

- La fórmula de continuación se puede suministrar en preparaciones como colada de avena en hojuelas.
- **Se debe administrar 150 cc de agua en cada tiempo de comida. No administrar jugos de fruta.**
- Para preparar los alimentos se deben utilizar aceites vegetales como girasol, oliva o canola.

4. MINUTA PATRÓN ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA 2

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Leche de continuación o lácteos** Fórmula láctea o Yogurt o kumis sin azúcar o Cuajada, queso campesino	 9,2 g 60 ml 20 g	 Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo, cerdo, hígado Huevo	 20 g 50 g	 Todos los días
	Cereales: Arepa, pan, envuelto, tostada, galleta	 20 g	 Todos los días
	Frutas: Entera	 55 g	 Todos los días
ALMUERZO	**Carnes:** Res, pollo, pescado, cerdo, hígado	 20 g	 Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	 36 g	 Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	 18 g	 Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, fríjol, arveja, garbanzo	 8 g	 2 veces por semana
	Frutas: Entera	 55 g	 Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor Cremas**	 24 g 90 cc	 Todos los días 1-2 veces por semana
CENA	**Carnes:** Res, pollo, cerdo, hígado	 20 g	 Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	 36 g	 Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor Cremas**	 24 g 90 cc	 Todos los días 1-2 veces por semana
	Frutas: Entera	 55 g	 Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Calorías (kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
845,2	24,8	21,9	58,5
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
661,0	19,0	28,0	83,5
% Cubrimiento			
127,9	130,5	78,2	70,0

OBSERVACIONES:

- Está indicada en niños y niñas de 9 a 11 meses de edad.
- Las preparaciones no se le deben adicionar azúcar ni sal.
- No se debe ofrecer leche de vaca o alguna preparación que requiera la adición de este alimento como crema de leche.
- No se permite preparaciones como coladas de harinas (cerelac, maizena, harina de plátano, siete granos, bienestarina, etc.).
- No ofrecer bebidas con cafeína, té, infusiones, gaseosas, bebidas vegetales (almendra, soya o coco), bebidas con edulcorantes.
- Se deben ofrecer frutas dulces como cítricas.
- No se permite embutidos y enlatados (salchicha, mortadela, salchichón, atún, sardinas, carnes curadas o maduradas, etc.).
- La textura de los alimentos debe ser:

-Cereales: (arroz: machacado), (pastas, pan, arepa, envueltos: en trozos pequeños).
-Raíces, tubérculos y plátanos: (papa, yuca, plátano) en trozos pequeños.
-Frutas: En trozos pequeños.
-Verduras: En trozos pequeños frescas o al vapor.
**Se hace una excepción de incluir cremas de verduras frescas espesas de 1 a 2 veces por semana y según condición de deglución del paciente, NO ofrecer sopas de cereales o harinas.
-Lácteos: Queso campesino o cuajada en trozos pequeños. Yogurt o kumis sin azúcar o dietético.
-Carnes: Cortadas en trozos pequeños.
-Huevo: En todas las preparaciones excepto frito.
-Leguminosas secas: Lentejas, fríjol, garbanzo, arveja machacados.

- La fórmula de continuación se puede suministrar en preparaciones como colada de avena en hojuelas.
- **Se debe administrar 240 cc de agua en cada tiempo de comida. No administrar jugos de fruta.**
- Para preparar los alimentos se deben utilizar aceites vegetales como girasol, oliva o canola.

- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

5. MINUTA PATRÓN DIETA LÍQUIDA CLARA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Carnes:** Consomé de res o pollo	240 cc	Todos los días
	Bebida caliente: Aromática	200 cc	Todos los días
	Azúcares: Gelatina	90 cc	Todos los días
REFRIGERIO MAÑANA	**Bebida caliente:** Aromática	200 cc	Todos los días
	Azúcares: Gelatina	90 cc	Todos los días
ALMUERZO	**Carnes:** Consomé de res o pollo sin grasa	240 cc	Todos los días
	Bebida caliente: Aromática	200 cc	Todos los días
	Azúcares: Gelatina	90 cc	Todos los días
REFRIGERIO TARDE	**Bebida caliente:** Aromática	200 cc	Todos los días
	Azúcares: Gelatina	90 cc	Todos los días
COMIDA	**Carnes:** Consomé de res o pollo	240 cc	Todos los días
	Bebida caliente: Aromática	200 cc	Todos los días
	Azúcares: Gelatina	90 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Calorías (kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
798,8	16,2	3,4	175,3

OBSERVACIONES:

- Se permite alimentos como consomés sin grasa y sin micelas de grasa, carnes magras de res o pollo sin piel para el consomé, hierbas o especias naturales para sazonar o dar sabor, pero se deben retirar al servir la preparación, bebidas calientes como aromáticas o té, bebidas frías como gelatina baja en azúcar.
- No se permite alimentos sólidos, ricos en grasa, líquidos espesos, leche y productos lácteos enteros, deslactosados o descremados, jugos de frutas y

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

demás alimentos según condición clínica del paciente y por orden del nutricionista del hospital.

- Se deben suministrar pitillos según condición de deglución del paciente.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

6. MINUTA PATRÓN DIETA LIQUIDA COMPLETA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche	200 cc	Todos los días
	Carnes: Caldo de res o pollo	240 cc	Todos los días
	Frutas: Compota	90 g	Todos los días
REFRIGERIO MAÑANA	**Lácteos y fruta:** Jugo en leche	200 cc	Todos los días
ALMUERZO	**Crema o sopa licuada**	240 cc	Todos los días
	Frutas: En jugo	200 cc	Todos los días
	Azúcares: Gelatina	90 cc	Todos los días
REFRIGERIO TARDE	**Lácteos y fruta:** Jugo en leche	200 cc	Todos los días
COMIDA	**Crema o sopa licuada**	240 cc	Todos los días
	Frutas: En jugo	200 cc	Todos los días
	Azúcares: Gelatina	90 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Calorías (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
990,5	34,9	28,3	151,2

OBSERVACIONES:

- Se permite alimentos licuados o caldos con carne de res magra y pollo sin piel y no deben ir micelas de grasa, cremas de verduras coladas, leche descremada, yogurt y kumis descremado o light y todo tipo de jugos de frutas colados.
- No se permite alimentos sólidos, leche y derivados lácteos enteros como queso doble crema y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), leche, yogurt o kumis, especias picantes como el ají, la pimienta o la cúrcuma, condimentos en general y según condición clínica del paciente.

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y endulzado con una porción de azúcar blanco de 12 g.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

7. MINUTA PATRÓN DIETA DISFAGIA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche	200 cc	Todos los días
	Queso rallado	60 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo (para caldo licuado con papa)	60 g	Todos los días
	Huevo	80 g	
	Cereales: Pan, arepa blanda, galleta triturada	80 g	Todos los días
	Frutas: Compota	120 g	Todos los días
	Jugo	200 cc	
ALMUERZO	**Sopa o crema**	240 cc	Todos los días
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado, vísceras licuadas	120 g	Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, frijol, arveja, garbanzo licuados	60 g	2 veces a la semana
	Cereales: Arroz, pasta en puré	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano en puré	80 g	Todos los días
	Verduras: Licuadas	70 g	Todos los días
	Frutas: Compota	120 g	Todos los días
	Jugo	200 cc	
COMIDA	**Sopa o crema**	240 cc	Todos los días
	Lácteos: Leche, yogurt, kumis	200 cc	Según necesidad
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado licuado	120 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta en puré	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano en puré	80 g	Todos los días
	Verduras: Licuadas	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Calorías (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
2136,0	92,2	67,4	305,5
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2200,0	88,0 (16%)	73,3 (30%)	297,0 (54%)
% cubrimiento			

97,1	104,8	91,9	102,9

OBSERVACIONES:

- Las texturas de las preparaciones van desde gelatinosa, compotas, flanes y cremas.
- Las cremas deben incluir una proteína como carne de res, pollo o pescado como función de espesante.
- La leche y productos lácteos se incluyen como fuente de espesante en acompañamiento de ciertos alimentos.
- No se permiten alimentos de textura dura, preparaciones de consistencia líquida, arepas, galletas duras, carnes enteras y según condición clínica del paciente.
- Se permite alimentos como frutas de consistencia blanda, las duras deben ser en compotas o flanes, verduras de textura en puré o flan, raíces, tubérculos y plátanos en textura puré o papilla, galletas trituradas, panes y arepas de textura muy blanda.
- Para dar la textura que se necesita en cada preparación se debe utilizar la aplicación de un espesante natural como papa, harina, almidón de maíz o espesantes industrializados según aprobación del nutricionista del hospital.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y endulzado con una porción de azúcar blanco de 12 g.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

8. MINUTA PATRÓN DIETA BLANDA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche Queso	200 cc 60 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo (para caldo) Hígado Huevo	60 g 120 g 80 g	3 veces a la semana 4 veces a la semana
	Cereales: Pan, arepa blanda, envuelto	80 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	120 g 200 cc	Todos los días

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

UNIÓN TEMPORAL JPS & SUMISERVI CATERING

ALMUERZO	**Sopa o crema**	240 cc	Todos los dias
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado, vísceras	120 g	Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, fríjol, arveja, garbanzo	60 g	2 veces a la semana
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Al vapor	70 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	120 g 200 cc	Todos los días
COMIDA	**Sopa o crema**	240 cc	Todos los días
	Lácteos: Leche, yogurt, kumis	200 cc	Según lo requiera
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Al vapor	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Calorías (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
2136,0	92,2	67,4	305,5
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2200,0	88,0 (16%)	73,3 (30%)	297,0 (54%)
% cubrimiento			
97,1	104,8	91,9	102,9

OBSERVACIONES:

- Cumple con los mismos requerimientos energéticos, nutricionales y gramajes de la dieta normal.

En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 50 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción.

- No se permite alimentos como el huevo frito, arepas fritas, frutas con cáscara y semillas.

- Se permite alimentos como carnes molidas, desmechada o licuadas, verdura cocida y/o en puré.
- Huevo en preparación revuelto, tibio o cocido.
- Galletas y tostadas trituradas,
- Arepas asadas y de consistencia blanda.
- Raíces, tubérculos y plátanos de textura puré o papilla.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y endulzado con una porción de azúcar blanco de 12 g.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

9. MINUTA PATRÓN DIETA GASTROCLISIS

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Crema de leche Leche	 58 g 375 cc	Todos los días
	Cereales: Cerelac, harina de trigo, maizena	 40 g	Todos los días
	Azúcares: Azúcar blanco Gelatina polvo con azúcar	 72 g 25 g	Todos los días
	Grasas: Aceite de soya	 10 cc	Todos los días
	Agua	400 cc	Todos los días
ALMUERZO	**Carnes, huevos:** Res magra, pechuga de pollo Huevo	 150 g 100 g	Todos los días
	Verduras: Auyama, espinaca, zanahoria	 175 g	Todos los días
	Grasas: Aceite de soya	 30 cc	Todos los días
	Sal	5 g	Todos los días
	Agua	900 cc	Todos los días
COMIDA	**Lácteos:** Crema de leche Leche	 58 g 375 cc	Todos los días
	Cereales: Cerelac, harina de trigo, maizena	 40 g	Todos los días
	Azúcares: Azúcar blanco Gelatina polvo con azúcar	 72 g 25 g	Todos los días
	Grasas: Aceite de soya	 10 cc	Todos los días
	Agua	400 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Gastroclisis dulce			
Calorías (kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
1278,34	25,74	43,05	197,54

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

Gastroclisis sal			
779,90	67,93	49,50	15,63
Gastroclisis sin dulce			
655,34	22,22	32,86	68,22

OBSERVACIONES:

- El volumen a suministrar es de 350 cc en cada toma.
- Los alimentos como la auyama y el huevo deben ser sometidos a cocción previo al licuado y cernido (colado), esto para integrarlos a la gastroclisis.
- Todos los alimentos deben ser cernidos (colados) 3 veces después de ser licuados. Utilizar un colador de tela para los alimentos que contienen poca fibra o semillas muy pequeñas, y colador de malla para los demás alimentos.
- Los alimentos deben tener una presentación líquida no tan espesa con el fin de evitar obstrucciones de la sonda.
- No se permite alimentos como: Huevo crudo, pan con cáscara, avena en hojuelas, papa con cáscara, yuca, tomate con cáscara, habichuela, leguminosas secas como: arveja, lentejas, fríjol, garbanzos, verduras como apio en rama, repollo, cebolla en toda variedad, pimentón, coliflor, brócoli, carnes con gordos y piel del pollo y según condición clínica del paciente y orden del nutricionista del hospital.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

10. MINUTA PATRÓN DIETA HIPOGLÚCIDA 1400 CALORÍAS

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis dietético, café, avena, cocoa, té en leche Queso campesino, cuajada	 240 cc 30 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo (para caldo) Huevo	 60 g 80 g	Todos los días
	Cereales integrales: Pan, arepa, tostada, galleta	 30 g	Todos los días
	Frutas: Entera	 120 g	Todos los días
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis dietético Queso campesino, cuajada	 150 cc 30 g	Todos los días
	Cereales integrales: Pan, tostada, galleta	 30 g	Todos los días
	Frutas: Entera o para sorbete (60 g)	 120 g	Todos los días

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
ALMUERZO	**Carnes:** Res, pollo, cerdo, pescado	100 g	Todos los días
	Cereal: Arroz blanco o integral	40 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Entera Agua	120 g 200 cc	Todos los días
REFRIGERIO DE LA TARDE	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis dietético Queso campesino, cuajada	150 cc 30 g	Todos los días
	Cereales integrales: Pan, tostada, galleta	30 g	Todos los días
	Frutas: Entera o para sorbete (60 g)	120 g	Todos los días
CENA	**Carnes:** Res, pollo, cerdo, pescado	100 g	Todos los días
	Cereales: Arroz blanco o integral	40 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Entera *Agua*	120 g 200 cc	Todos los días
REFRIGERIO NOCTURNO	***Lácteos:*** Leche, yogurt, kumis dietético	150 cc	Todos los días
	Cereales integrales: Pan, tostada, galleta	30 g	Todos los días
	Frutas: Entera o para sorbete (60 g)	120 g	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Energía (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
1402,0	86,1	20,8	162,2
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
1500	70,0 (20%)	38,9 (25%)	192,5 (55%)
% Cubrimiento			
93,5	123,0	53,4	84,2

OBSERVACIONES:

- Contiene 6 tiempos de comida (desayuno, refrigerio de la mañana, almuerzo, refrigerio de la tarde, cena y refrigerio nocturno). Se puede ofrecer 5 tiempos de comida (desayuno, refrigerio de la mañana, almuerzo, refrigerio de la tarde y cena) según orden del nutricionista del hospital.

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

- El tamaño de la porción de las frutas dulces como banano, mango, manzana roja, sandia o patilla y piña, se deben ofrecer la mitad de la porción establecida en la presente minuta patrón, es decir, 60 g, y solo se debe ofrecer una vez por día.
- Solo se permite alimentos como zanahoria y remolacha cruda, ricos en fibra, cereales integrales, leche, yogurt y kumis dietéticos, light o sin azúcar, cuajada, queso campesino, carnes rojas y blancas magras.
- No se permite alimentos como azúcar, miel, panela, mermelada, bocadillos, jaleas, arequipe, flanes, galletas dulces, productos de pastelería, bollería o repostería elaborados con azúcar refinada y postres que no sean dietéticos, helados, jugos industrializados, salpicón, sopas debido a la carga de carbohidratos, edulcorantes de tipo aspartame, acesulfame k, sucralosa o sacarina, entre otros, derivados lácteos como queso doble crema y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), leche, yogurt o kumis con azúcar, cereales procesados, zanahoria y remolacha cocida, jugos de frutas.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

11. MINUTA PATRÓN DIETA HIPOGLÚCIDA 1800 CALORÍAS

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:**		
	Leche, yogurt, kumis dietético, café, avena, cocoa, té en leche	240 cc	Todos los días
	Queso campesino, cuajada	30 g	
	Carnes magras, huevos:		
	Res, pollo (para caldo)	60 g	Todos los días
	Huevo	80 g	
	Cereales integrales:		
	Pan, arepa, tostada, galleta	40 g	Todos los días
	Frutas:		
	Entera	120 g	Todos los días
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	**Lácteos:**		
	Leche, yogurt, kumis dietético	150 cc	Todos los días
	Queso campesino, cuajada	30 g	
	Cereales integrales:		
	Pan, tostada, galleta	40 g	Todos los días
	Frutas:		
	Entera o para sorbete (60 g)	120 g	Todos los días

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
ALMUERZO	**Carnes magras:** Res, pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereal: Arroz blanco o integral	60 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Entera Agua	120 g 200 cc	Todos los días
REFRIGERIO DE LA TARDE	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis dietético Queso campesino, cuajada	150 cc 30 g	Todos los días
	Cereales integrales: Pan, tostada, galleta	40 g	Todos los días
	Frutas: Entera o para sorbete (60 g)	120 g	Todos los días
CENA	**Carnes magras:** Res, pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereales: Arroz blanco o integral	60 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Entera Agua	120 g 200 cc	Todos los días
REFRIGERIO NOCTURNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis dietético	150 cc	Todos los días
	Cereales integrales: Pan, tostada, galleta	40 g	Todos los días
	Frutas: Entera o para sorbete (60 g)	120 g	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Energía (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
1698,5	91,9	32,9	224,5
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
1800	90,0 (20%)	50,0 (25%)	247,5 (55%)
% Cubrimiento			
94,4	102,1	65,7	90,7

OBSERVACIONES:

- Contiene 6 tiempos de comida (desayuno, refrigerio de la mañana, almuerzo, refrigerio de la tarde, cena y refrigerio nocturno). Se puede ofrecer 5 tiempos de comida (desayuno, refrigerio de la mañana, almuerzo, refrigerio de la tarde y cena) según orden del nutricionista del hospital.

- El tamaño de la porción de las frutas dulces como banano, mango, manzana roja, sandia o patilla y piña, se deben ofrecer la mitad de la porción establecida en la presente minuta patrón, es decir, 60 g, y solo se debe ofrecer una vez por día.
- Solo se permite alimentos como zanahoria y remolacha cruda, ricos en fibra, cereales integrales, leche, yogurt y kumis dietéticos, light o sin azúcar, cuajada, queso campesino, carnes rojas y blancas magras.
- No se permite alimentos como azúcar, miel, panela, mermelada, bocadillos, jaleas, arequipe, flanes, galletas dulces, productos de pastelería, bollería o repostería elaborados con azúcar refinada y postres que no sean dietéticos, helados, jugos industrializados, salpicón, sopas debido a la carga de carbohidratos, edulcorantes de tipo aspartame, acesulfame k, sucralosa o sacarina, entre otros, derivados lácteos como queso doble crema y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), leche, yogurt o kumis con azúcar, cereales procesados, zanahoria y remolacha cocida, jugos de frutas.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

12. MINUTA PATRÓN DIETA HIPOGRASA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos descremados:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche descremada Queso campesino, cuajada	 200 cc 60 g	 Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo (para caldo) Huevo	 60 g 50 g	 3 veces a la semana 4 veces a la semana
	Cereales: Pan, arepa, tostada, galleta, envuelto	 80 g	 Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	 120 g 200 cc	 Todos los días
ALMUERZO	**Sopa o crema**	240 cc	Todos los dias
	Carnes magras: Res, pollo, cerdo, pescado	 120 g	 Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, frijol, arveja, garbanzo	 60 g	 2 veces a la semana
	Cereales: Arroz, pasta	 80 g	 Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	 80 g	 Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor	 70 g	 Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	 120 g 200 cc	 Todos los días

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
COMIDA	**Sopa o crema**	240 cc	Todos los dias
	Lácteos descremados: Leche, yogurt, kumis	200 cc	Según lo requiera
	Carnes magras: Res, pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Calorías (kcal)	**Proteínas (g)**	**AGM, AGP (g)**	**Carbohidratos (g)**
2136,0	92,2	67,4	305,5
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2200,0	88,0 (16%)	73,3 (30%)	297,0 (54%)
% cubrimiento			
97,1	104,8	91,9	102,9

OBSERVACIONES:

- Solo se permite preparaciones asadas, cocidas, al vapor, a la plancha o al horno, huevo entero cocido, en changua o caldo; ofrecer una sola vez al día, cereales, raíces, tubérculos y plátanos asados, cocidas o al vapor, leche descremada, yogurt y kumis descremados, cuajada, queso campesino, carnes blancas y rojas magras, frutos secos y semillas.
- No se permite alimentos como leche y derivados lácteos enteros como queso doble crema y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), leche, yogurt o kumis, preparaciones fritas, huevo frito, carnes rojas con grasa o "gordos", pollo y alas o pescado con piel, menudencias de pollo, lengua de res, sobrebarriga, rellenas o morcillas, tocineta, chicharrón, costillas de res y cerdo, vísceras rojas de res como hígado, pajarilla, corazón o riñón, preparaciones con embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas) y demás carnes procesadas, bebidas calientes a base de leche entera, chocolate con dulce, bizcochos, tortas y derezos como mayonesa, mantequilla, margarina, aceite de palma, coco o manteca de cerdo, salsas (tomate, BBQ, maíz, mostaza, ajo, etc.), crema de leche.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y endulzado con una porción de azúcar blanco de 12 g.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

13. MINUTA PATRÓN DIETA HIPOSÓDICA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche Queso campesino, cuajada	200 cc 60 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo (para caldo) Hígado Huevo	60 g 120 g 80 g	3 veces a la semana 4 veces a la semana
	Cereales: Pan, arepa, tostada, galleta, envuelto	80 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	120 g 200 cc	Todos los días
ALMUERZO	**Sopa o crema**	240 cc	Todos los dias
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado, vísceras	120 g	Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, frijol, arveja, garbanzo	60 g	2 veces a la semana
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor	70 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	120 g 200 cc	Todos los días
COMIDA	**Sopa o crema**	240 cc	Todos los dias
	Lácteos: Leche, yogurt, kumis	200 cc	Según lo requiera
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Crudas o al vapor	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL				
Calorías (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**	**Sodio (mg)**
2136,0	92,2	67,4	305,5	1718,80
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes				
2200,0	88,0 (16%)	73,3 (30%)	297,0 (54%)	2000 (UL)
% cubrimiento				
97,1	104,8	91,9	102,9	85,9

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

OBSERVACIONES:

- Solo se permite agregar a las preparaciones 2,0 a 2,5 gramos de sal al día.
- En casos particulares se debe tener en cuenta que la presente dieta podrá ser solicitada con 1 gramo de sal y/o casco de limón adicional en los tres tiempos de comida.
- Solo se permite alimentos verduras como apio, espinaca, acelgas solo suministrar 2 veces a la semana, hierbas y especias aromáticas (cilantro, tomillo, laurel, romero, orégano, pimienta, clavos, canela, etc.), para sazonar los alimentos, esto con el ánimo de favorecer la palatabilidad de los alimentos.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y endulzado con una porción de azúcar blanco de 12 g.
- No se permite alimentos como bicarbonato de sodio, embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas), encurtidos, quesos madurados, salados o curados, sopas y cremas instantáneas o de sobre comerciales, caldos y condimentos concentrados industrializados.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

14. MINUTA PATRÓN DIETA HIPERPROTÉICA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche Queso	240 cc 60 g	Todos los días
	Carnes: Res, pollo (para caldo) Huevo	60 g 100 g	Todos los días
	Cereales: Pan, arepa, tostada, galleta, envuelto	60 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	120 g 200 cc	Todos los días
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis Queso	150 cc 60 g	Todos los días
	Cereales: Pan, tostada, galleta	60 g	Todos los días
	Ó Frutas: Sorbete	60 g	Todos los días
ALMUERZO	**Sopa o crema de verduras:**	240 cc	Todos los días
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado, vísceras	120 g	Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, frijol, arveja, garbanzo	60 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
REFRIGERIO DE LA TARDE	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis Queso	 150 cc 60 g	Todos los días
	Cereales: Pan, tostada, galleta	 60 g	Todos los días
	Frutas: Sorbete	 60 g	Todos los días
CENA	**Sopa o crema de verduras:**	240 cc	Todos los días
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado	 120 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	 80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	 80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	 70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	 200 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Energía (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
2306,5	101,5	74,6	319,4
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2200	110 (20%)	61,1 (25%)	302,5 (55%)
% Cubrimiento			
104,8	92,3	122,1	105,6

OBSERVACIONES:

- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y endulzado con una porción de azúcar blanco de 12 g.
- El aporte proteico de la presente dieta se establece en un rango 1,5 – 2 g/kg, lo cual requiere del suministro de la cantidad requerida de módulo de proteína a solicitud del nutricionista según el aumento de los requerimientos proteico de acuerdo con la patología de base del paciente.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

15. MINUTA PATRÓN DIETA HIPERCALÓRICA - HIPERPROTÉICA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche Queso	 240 cc 60 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Res, pollo (para caldo) Huevo	 60 g 100 g	Todos los días
	Cereales: Pan, arepa, tostada, galleta, envuelto	 60 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	 120 g 200 cc	Todos los días

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis	150 cc	Todos los días
	Cereales: Pan, tostada, galleta	80 g	Todos los días
	Frutas: Sorbete	60 g	Todos los días
ALMUERZO	**Sopa o crema de verduras:**	240 cc	Todos los días
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado, vísceras	120 g	Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, frijol, arveja, garbanzo	60 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días
REFRIGERIO DE LA TARDE	**Lácteos:** Leche, yogurt, kumis Queso	150 cc 60 g	Todos los días
	Cereales: Pan, tostada, galleta	60 g	Todos los días
	Frutas: Sorbete	60 g	Todos los días
CENA	**Sopa o crema de verduras:**	240 cc	Todos los días
	Carnes: Res, pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Energía (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
2393,5	123	74,7	336,6
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2400	120 (20%)	66,7 (25%)	330 (55%)
% Cubrimiento			
99,7%	102,5%	112%	102%

OBSERVACIONES:

- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y endulzado con una porción de azúcar blanco de 12 g.
- El aporte proteico de la presente dieta se establece en un rango 1,5 - 2 g/kg, lo cual requiere del suministro de la cantidad requerida de módulo de

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

proteína a solicitud del nutricionista según el aumento de los requerimientos proteico de acuerdo con la patología de base del paciente.

- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

16. MINUTA PATRÓN DIETA RENAL PREDIÁLISIS

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos descremados:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche descremada Queso campesino, cuajada	120 cc 30 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Huevo	50 g	Todos los días
	Cereales: Pan, arepa, tostada, galleta, envuelto	60 g	Todos los días
	Fruta: Entera Jugo	120 g 100 cc	Todos los días
ALMUERZO	**Sopa o crema:** Cereales o verduras	120 cc	Todos los días según solicitud del paciente
	Carnes: Pollo, cerdo, pescado Res	50 g	Todos los días 1 vez a la semana
	Leguminosas Lentejas, frijol, arveja, garbanzo	30 g	2 veces a la semana
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos (dializados): Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Fruta: Jugo	200 cc	Todos los días según solicitud del paciente
CENA	**Sopa o crema:** Cereales o verduras	120 cc	Todos los días según solicitud del paciente
	Proteína: Pollo, cerdo, pescado	50 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos (dializados): Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Fruta: Jugo	100 cc	Todos los días según solicitud del paciente

APORTE NUTRICIONAL			
Energía (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
2146,7	58	55,7	347,3
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2200	55 (10%)	73,3 (30%)	330 (60%)
% Cubrimiento			
97,6	105,5	76	105,3

OBSERVACIONES:

- Solo se permite agregar a las preparaciones 2,0 a 2,5 gramos de sal al día.
- Dializar los alimentos (dejándolos un día antes en agua, al día siguiente previo a su preparación se debe desechar el agua antes de cocinarlos), para los siguientes alimentos: papas en toda variedad y plátanos. La papa se debe ofrecer sin cáscara.
- Se permite los siguientes alimentos: Leche, yogurt, kumis descremados, queso campesino, cuajada, frutas: Anón, brevas, ciruela, curuba, durazno, fresa, guayaba, guanábana, limón, mandarina, mango, manzana, mora, naranja, papaya, pera, piña. Verduras: Arveja, apio, auyama, berenjena, brócoli, calabaza, cebolla, guatila, habichuela, lechuga, pepino cohombro, pepino común, pimentón, repollo, tomate, zucchini. Hierbas y especias aromáticas (cilantro, tomillo, laurel, romero, orégano, pimienta, clavos, canela, etc.), para sazonar los alimentos, esto con el ánimo de favorecer la palatabilidad de los alimentos.
- Se restringen alimentos como: Bicarbonato de sodio, alimentos fuente de sodio como embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas), encurtidos, carnes o quesos madurados, salados o curados, sopas y cremas instantáneas o de sobre comerciales, caldos y condimentos concentrados industrializados, vísceras rojas de res como hígado, pajarilla, corazón o riñón, carnes con grasa o "gordos", ni pollo y alas o pescado con piel, menudencias de pollo, lengua de res, sobrebarriga, rellenas o morcillas, tocineta, chicharrón, costillas de res y cerdo, lácteos enteros como queso doble crema y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), leche, yogurt o kumis.
- Frutas: Banano, melón, maracuyá, granadilla, zapote. Verduras: Acelga, aguacate, coliflor, cubios, champiñón, chugas, espárragos, espinaca, ibias, remolacha, zanahoria. Azúcar blanca ni morena en las preparaciones.
- El aporte máximo de líquidos es de 800 ml al día, teniendo en cuenta sopas, cremas y jugos de frutas.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y sin adición de azúcar.

- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

17. MINUTA PATRÓN DIETA RENAL DIÁLISIS

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos descremados:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, chocolate, colada en leche descremada Queso campesino, cuajada	240 cc 30 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Huevo	80 g	Todos los días
	Cereales: Pan, arepa, tostada, galleta, envuelto	60 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	120 g 200 cc	Todos los días
ALMUERZO	**Sopa o crema:** Cereales o verduras	240 cc	Todos los días
	Carnes: Pollo, cerdo, pescado Res	120 g	Todos los días 1 vez a la semana
	Leguminosas secas: Lentejas, frijol, arveja, garbanzo	60 g	2 veces a la semana
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos (dializados): Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días
CENA	**Sopa o crema:** Cereales o verduras	120 cc	Todos los días
	Proteína: Pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereal: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos (dializados): Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	200 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Energía (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
2136,0	92,2	67,4	305,5
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2200	88 (16%)	73,3 (30%)	297,0 (54%)
% Cubrimiento			
97,1	104,8	91,9	102,9

OBSERVACIONES:

- Solo se permite agregar a las preparaciones 2,0 a 2,5 gramos de sal al día.

- Dializar los alimentos (dejándolos un día antes en agua, al día siguiente previo a su preparación se debe desechar el agua antes de cocinarlos), para los siguientes alimentos: papas en toda variedad y plátanos. La papa se debe ofrecer sin cáscara.
- El aporte máximo de líquidos es de 1200 ml al día, teniendo en cuenta sopas, cremas y jugos de frutas.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y sin adición de azúcar.
- Se permite alimentos como: Lácteos descremados. Frutas: Anón, brevas, ciruela, curuba, durazno, fresa, guayaba, guanábana, limón, mandarina, mango, manzana, mora, naranja, papaya, pera, piña. Verduras: Arveja, apio, auyama, berenjena, brócoli, calabaza, cebolla, guatila, habichuela, lechuga, pepino cohombro, pepino común, pimentón, repollo, tomate, zucchini. Hierbas y especias aromáticas (cilantro, tomillo, laurel, romero, orégano, pimienta, clavos, canela, etc.), para sazonar los alimentos, esto con el ánimo de favorecer la palatabilidad de los alimentos.
- No se permite alimentos como: Bicarbonato de sodio, alimentos fuente de sodio como embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas), encurtidos, carnes o quesos madurados, salados o curados, sopas y cremas instantáneas o de sobre comerciales, caldos y condimentos concentrados industrializados. Vísceras rojas de res como hígado, pajarilla, corazón o riñón. Carnes con grasa o "gordos", ni pollo y alas o pescado con piel, menudencias de pollo, lengua de res, sobrebarriga, rellenas o morcillas, tocineta, chicharrón, costillas de res y cerdo. Lácteos enteros como queso doble crema y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), leche, yogurt o kumis.
- Frutas: Banano, melón, maracuyá, granadilla, zapote. Verduras: Acelga, aguacate, coliflor, cubios, champiñón, chugas, espárragos, espinaca, ibias, remolacha, zanahoria. Azúcar blanca ni morena en las preparaciones.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

UNIÓN TEMPORAL JPS & SUMISERVI CATERING

18. MINUTA PATRÓN DIETA HEPATOPROTECTORA

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Lácteos descremados:** Leche, yogurt, kumis, café, panela, avena, cocoa, colada en leche descremada Queso campesino, cuajada	120 cc 30 g	Todos los días
	Carnes, huevos: Huevo	80 g	3 veces a la semana
	Cereales: Pan, arepa, tostada, galleta, envuelto	60 g	Todos los días
	Frutas: Entera Jugo	120 g 100 cc	Todos los días
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	**Lácteos descremados:** Leche, yogurt, kumis	100 cc	Todos los días
	Frutas: Entera Sorbete	120 g 60 g	Todos los días
ALMUERZO	**Sopa o crema:** Cereales o verduras	120 cc	Todos los días
	Carnes: Pollo, pescado magro Res	60 g	Todos los días 2 veces a la semana
	Leguminosas secas: Lentejas, frijol, arveja, garbanzo, carvé	60 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días
	Frutas: Jugo	100 cc	Todos los días
REFRIGERIO DE LA TARDE	**Lácteos descremados:** Leche, yogurt, kumis	100 cc	Todos los días
	Fruta: Entera Sorbete	120 g 60 g	Todos los días
CENA	**Carnes:** Pollo, pescado magro	60 g	Todos los días
	Leguminosas secas: Lentejas, frijol, arveja, garbanzo, carvé	60 g	Todos los días
	Cereales: Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos: Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras: Cruda o cocida	70 g	Todos los días

	Frutas: Jugo	100 cc	Todos los días
REFRIGERIO NOCTURNO	**Lácteos descremados:** Leche, yogurt, kumis	100 cc	Todos los días
	Cereales: Pan, galleta, tostada	30 g	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Energía (kcal)	**Proteínas (g)**	**AGM, AGP (g)**	**Carbohidratos (g)**
2209,7	78,1	53,0	324,9
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2200	82,5 (15%)	73,4 (30%)	302,5 (55%)
% Cubrimiento			
100,4	94,6	72,2	107,4

OBSERVACIONES:

- Se puede sustituir la proteína de origen animal por origen vegetal como las leguminosas secas y el carvé.
- El aporte máximo de líquidos es de 840 ml al día, teniendo en cuenta sopas, cremas y jugos de frutas.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y sin adición de azúcar.
- Se permite preparaciones asadas, cocidas, al vapor, a la plancha o al horno. Huevo entero cocido, en changua o caldo. Leche, yogurt, kumis descremados, queso campesino o cuajada. Carnes blancas como el pollo y pescado magras.
- No se permite alimentos como: Lácteos enteros como queso doble crema y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), leche, yogurt o kumis, preparaciones fritas, huevo frito, carnes rojas como vísceras (hígado, pajarilla, riñón, corazón) y el cerdo. Grasas en carnes como las alas o pescado con piel, menudencias de pollo, lengua de res, sobrebarriga, rellenas o morcillas, tocineta, chicharrón, costillas de res y cerdo.
- Preparaciones con embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas) y demás carnes procesadas. Bebidas calientes a base de leche entera, chocolate con dulce, solo se permite con leche descremada. Aderezos como mayonesa, mantequilla, margarina, aceite de palma, coco o manteca de cerdo, salsas (tomate, BBQ, maíz, mostaza, ajo, etc.), crema de leche.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y sin adición de azúcar.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

19. MINUTA PATRÓN DIETA ASTRINGENTE

Tiempo de comida	Grupo alimento	Peso servido	Frecuencia
DESAYUNO	**Bebida caliente:**		
	Aromática, té	240 cc	Todos los días
	Carnes, huevos:		
	Res, pollo (para caldo)	60 g	Todos los días
	Huevo	80 g	
	Cereales:		
	Pan, arepa, tostada, galleta	60 g	Todos los días
	Frutas:		
	Entera	120 g	Todos los días
	Jugo	200 cc	
ALMUERZO	**Sopa o crema:**		
	Cereales o verduras	240 cc	Todos los días
	Carnes:		
	Res, pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereales:		
	Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos:		
	Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras:		
	Cocida	70 g	Todos los días
	Frutas:		
	Jugo	200 cc	Todos los días
CENA	**Sopa o crema:**		
	Cereales, verduras	240 cc	Todos los días
	Carnes:		
	Res, pollo, cerdo, pescado	120 g	Todos los días
	Cereales:		
	Arroz, pasta	80 g	Todos los días
	Raíces, tubérculos, plátanos:		
	Papa, yuca, plátano	80 g	Todos los días
	Verduras:		
	Cocida	70 g	Todos los días
	Frutas:		
	Jugo	200 cc	Todos los días

APORTE NUTRICIONAL			
Energía (kcal)	**Proteínas (g)**	**Grasas (g)**	**Carbohidratos (g)**
2136,0	92,2	67,4	305,5
Recomendación de ingesta de energía y nutrientes			
2200	88 (16%)	73,3 (30%)	297,0 (54%)
% Cubrimiento			
97,1	104,8	91,9	102,9

OBSERVACIONES:

- Se permiten preparaciones asadas, cocidas, al vapor, a la plancha o al horno. Frutas como: Durazno, guayaba, manzana y pera, éstas deben ser presentadas en jugos cocidos o compota. Verduras como: Acelga, arveja verde, auyama, calabacín, calabaza, guatila, zanahorias cocidas. Cereales

no integrales como: pasta, arroz, pan blanco, avena molida e instantánea, fécula de maíz, yuca, papa y plátanos.

- No se permiten alimentos como: Lácteos y sus derivados: Leche, yogurt, kumis enteros, descremados o deslactosados, quesos doble crema, campesino o cuajada y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), bebidas calientes a base de leche entera, chocolate en leche o agua de panela en leche. Carnes rojas con grasa o "gordos", ni pollo y alas o pescado con piel, menudencias de pollo, lengua de res, sobrebarriga, rellenas o morcillas, tocineta, chicharrón, costillas de res y cerdo. Vísceras (hígado, pajarilla, corazón o riñón).
- Preparaciones con embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas) y demás carnes procesadas.
- Frutas como: Banano, borojó, chirimoya, chontaduro, ciruela, curuba, feijoa, fresa, granadilla, guanábana, higo, kiwi, lulo, mango, mandarina, manzana, maracuyá, melón, mora, naranja, papaya, piña, pitahaya, sandía, tomate de árbol, uchuva, uvas, zapote, frutas con cáscara o enteras.
- Verduras crudas como: Apio, berenjena, berro, brócoli, cebolla, champiñón, coliflor, esparrago, espinaca, habichuela, lechuga, nabo, pepino cohombro, pimentón, puerro, rábano, remolacha, repollo, tomate, zucchini, verduras crudas.
- Alimentos productores de gases como: Leguminosas secas (frijol, lenteja, garbanzo, arveja, caraota), verduras (brócoli, coliflor, repollo, pimentón). Cereales integrales. Aderezos como mayonesa, mantequilla, margarina, aceite de palma, coco o manteca de cerdo, crema de leche, salsas (tomate, BBQ, maíz, mostaza, ajo, etc.). Azúcar blanca ni morena en las preparaciones.
- En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción y sin adición de azúcar.
- Demás indicaciones y consideraciones dadas por el nutricionista del hospital.

20. DIETA CORONARIA

INDICACIONES	
Observaciones	• Esta dieta cumple con los mismos requerimientos energéticos, nutricionales y gramajes de la dieta normal. • Solo se permite agregar a las preparaciones 2,0 a 2,5 gramos de sal al día. • Se debe suministrar leguminosas máximo 2 veces a la semana. • Los alimentos de esta dieta deberán ser sazonada con hierbas y especias aromáticas tales como: cilantro, tomillo, laurel, romero, orégano, pimienta, clavos, canela, etc. con el ánimo de favorecer la palatabilidad de los alimentos. • En casos particulares se debe tener en cuenta que la presente dieta podrá ser solicitada con 1 gramo de sal y/o casco de limón adicional en los tres tiempos de comida. • En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción.
Alimentos permitidos	• Preparaciones asadas, cocidas, al vapor, a la plancha o al horno. • Leche, yogurt, kumis descremados, queso campesino, cuajada. • Huevo entero cocido, poché o revuelto ofrecer una sola vez al día. • Suministrar máximo 2 veces a la semana verduras como: apio, espinaca, acelgas.
Alimentos no permitidos	• Lácteos enteros como queso doble crema y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), leche, yogurt o kumis. • Preparaciones fritas. • Carnes rojas con grasa o "gordos", ni pollo y alas o pescado con piel, menudencias de pollo, lengua de res, sobrebarriga, rellenas o morcillas, tocineta, chicharrón, costillas de res y cerdo. • Bicarbonato de sodio. • Vísceras como hígado, pajarilla, corazón o riñón. • Preparaciones con embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas) y demás carnes procesadas. • Encurtidos, carnes o quesos madurados, salados o curados, sopas y cremas instantáneas o de sobre comerciales, caldos y condimentos concentrados industrializados. • Bebidas calientes a base de leche entera, chocolate con dulce, bizcochos, tortas. • Aderezos como mayonesa, mantequilla, margarina, aceite de palma, coco o manteca de cerdo, salsas (tomate, BBQ, maíz, mostaza, ajo, etc.), crema de leche.

21. DIETA ANTIULCEROSA

INDICACIONES	
Observaciones	• Esta dieta cumple con los mismos requerimientos energéticos, nutricionales y gramajes de la dieta normal. • En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 60 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción.
Alimentos permitidos	• Preparaciones asadas, cocidas, al vapor, a la plancha o al horno. • Demás alimentos no mencionados en alimentos no permitidos.
Alimentos no permitidos	• Lácteos y sus derivados: Leche, yogurt, kumis enteros, descremados o deslactosados, quesos doble crema, campesino o cuajada y madurados (mozzarella, parmesano, etc.).

	• Carnes rojas con grasa o "gordos", ni pollo y alas o pescado con piel, menudencias de pollo, lengua de res, sobrebarriga, rellenas o morcillas, tocineta, chicharrón, costillas de res y cerdo. Vísceras (hígado, pajarilla, corazón o riñón). • Preparaciones con embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas) y demás carnes procesadas. • Frutas ácidas: Curuba, feijoa, granadilla, kiwi, limón, lulo, mandarina, manzana verde, maracuyá, mora, naranja, piña, tomate de árbol, uchuva. • Productos de pastelería, bollería o repostería. • Alimentos productores de gases como: Leguminosas secas (frijol, lenteja, garbanzo, arveja, caraota), verduras (brócoli, coliflor, repollo, pimentón) y verduras crudas. • Aderezos como mayonesa, mantequilla, margarina, aceite de palma, coco o manteca de cerdo, crema de leche, salsas (tomate, BBQ, maíz, mostaza, ajo, etc.). • Preparaciones con azúcar blanca ni morena.

22. DIETA HIPOPURÍNICA

INDICACIONES	
Observaciones	• Esta dieta cumple con los mismos requerimientos energéticos, nutricionales y gramajes de la dieta normal. • En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 50 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción.
Alimentos permitidos	• Demás alimentos no mencionados en alimentos no permitidos.
Alimentos no permitidos	• Carne de res, vísceras (Hígado, riñón, pajarilla, corazón), sesos, cerdo, pavo, salmón, trucha, atún, mariscos, arenque. • Caldos de carne de res, pescado o pollo. • Preparaciones con embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas) y demás carnes procesadas. • Leguminosas secas: Arveja, frijol, garbanzo, lenteja. • Verduras como: Apio, arveja verde, berro, brócoli, coliflor, espinaca, champiñones, espárrago.

23. DIETA HIPOCALÓRICA

INDICACIONES	
Observaciones	• Esta dieta cumple con los mismos gramajes de la dieta normal. • En cuanto a la preparación de los jugos estos se prepararán con 50 gramos de pulpa de fruta más agua para cada porción.
Alimentos permitidos	• Preparaciones asadas, cocidas, al vapor, a la plancha o al horno. • Cereales, raíces, tubérculos y plátanos asados, cocidas o al vapor. • Huevo entero cocido, poché o revuelto. • Frutas y verduras.

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

	• Leche descremada, yogurt y kumis descremados, cuajada, queso campesino. • Carnes blancas y rojas magras.
Alimentos no permitidos	• Leche y derivados lácteos enteros como queso doble crema y madurados (mozzarella, parmesano, etc.), leche, yogurt o kumis. • Preparaciones fritas. • Carnes rojas con grasa o "gordos", pollo y alas o pescado con piel, menudencias de pollo, lengua de res, sobrebarriga, rellenas o morcillas, tocineta, chicharrón, costillas de res y cerdo. • Preparaciones con embutidos (salchicha, chorizo, salchichón, jamón, mortadela, nuggets de pollo, milanesa de pescado o pollo) y enlatados (atún en aceite, sardinas) y demás carnes procesadas. • Bebidas calientes a base de leche entera, chocolate con dulce, bizcochos, tortas. • Aderezos como mayonesa, mantequilla, margarina, aceite de palma, coco o manteca de cerdo, salsas (tomate, BBQ, maíz, mostaza, ajo, etc.), crema de leche. • Azúcar, miel, panela, mermelada, bocadillos, jaleas, arequipe, flanes, galletas dulces, productos de pastelería, bollería o repostería elaborados con azúcar refinada y postres que no sean dietéticos, helados, jugos industrializados, salpicón.

ASPECTOS GENERALES

El contratista se obliga con el Hospital Regional de la Orinoquia E.S.E. a atender los requerimientos y directrices del supervisor del contrato y el área de Nutrición, considerando esto necesario para la prestación eficiente del servicio, monitoreo y evaluación de este.

- Se debe cumplir a cabalidad con todas las especificaciones técnicas nutricionales y aspectos generales de las dietas terapéuticas y la derivación de los ciclos de menús de éstas mencionadas anteriormente, el ciclo de menús deberá ser para 28 días y estas deberán ser realizadas por un profesional en Nutrición y Dietética del contratista.
- El contratista deberá entregar el análisis químico de los ciclos de menús de las dietas terapéuticas y estandarización de recetas de éstas mismas, éstas deben ser elaboradas por un profesional en Nutrición y Dietética para su aprobación.
- Todas las dietas deben tener en cuenta la variación en los menús, variedad de colores, formas, sabores, consistencia, textura y preparación.
- En el caso que se requiera hacer cambios en el menú, estos deben ser informados al nutricionista supervisor del contrato o área de Nutrición del hospital.
- La entrega de dietas deberá ser supervisada en todo momento por el profesional en Nutrición y Dietética del contratista.
- El peso del alimento se considera sin la adición de salsas o guisos, solo parte comestible sin huesos ni piel.

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

- Para todas las dietas el tipo de proteína debe ser diferente para el almuerzo y la comida al igual que el suministro de Cereales, raíces, tubérculos y plátanos, frutas, verduras y jugos deben ser diferentes en todos los tiempos de comida, y en la semana no se acepta que se repita el mismo alimento en la misma preparación.
- Para la dieta normal y las dietas que lo permitan, el ciclo debe contener por lo menos 1 vez a la semana preparaciones con pescado sin espinas.
- Todas las dietas fraccionadas llevaran refrigerios de mañana, tarde y nocturno, según estipulado en las minutas patrones y solicitud del nutricionista del hospital.
- El tamaño de las porciones establecidas en la minuta patrón del presente pliego de condiciones corresponde al tamaño de la unidad de medida exigido en cocido.
- El huevo si es en preparación entero con cascará debe ser Tipo A, si se ofrece en preparación perico o revuelto el peso neto del huevo debe ser de 55 gramos.
- El contratista se compromete a mantener stock mínimo de víveres y abarrotes, frutas, verduras, huevos, lácteos y demás insumos que aseguren la buena marcha del servicio y el cumplimiento de la minuta.
- En las dietas altas en fibra se puede incluir cereales integrales o a su vez aumentar otra porción de fruta o verdura.
- A las ensaladas de verduras se le deben adicionar vinagreta.
- Para todas las dietas: el caldo que incluya pollo debe ser preparado únicamente con pechuga sin piel y el caldo que incluya carne de res debe ser preparado con carne magra cumpliendo con las cantidades exigidas en las minutas.
- Aquellas dietas que requiera la restricción de frutas ácidas se debe tener en cuenta que no se pueden administrar: Lulo, maracuyá, tomate de árbol, mora, piña, tamarindo, naranja, mandarina, limón, uchuvas, curuba.
- La materia prima utilizada debe ser de excelente calidad, en provisión de carne, pollo, pescado, queso, no se permitirá el empleo de merluza ni atún y carnes como murillo, falda o semejante de inferior calidad. Para la preparación de la carne molida debe utilizarse carne de res magra.
- El contratista debe permitir la supervisión al servicio de alimentación por parte del supervisor del contrato o a su vez el nutricionista del hospital con el objetivo de verificar la calidad de la materia prima, buenas prácticas de manufactura (recibo, almacenamiento, preparación, servido, transporte y distribución de los alimentos), cumpliendo con los estándares de calidad establecidos en la normatividad vigente (resolución 2674 del 2013).
- Como prerrequisito del plan HACCP, el contratista deberá cumplir con las buenas prácticas de manufacturas, establecidas la resolución 2674 de 2013 y

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

la legislación sanitaria vigente. Así mismo se compromete a cumplir con los estándares de habilitación que le corresponden.

- El contratista se compromete a verificar y realizar auditoria al Plan HACCP o control de calidad solicitado y a presentar los controles establecidos cuando sean requeridos por la Interventoría del contrato de la institución incluyendo lo correspondiente al control de puntos críticos, especialmente: Controles en desinfección de frutas, verduras y ambiente, tiempos y temperaturas de alimentos, rotaciones de materia prima en almacén, temperatura de cuartos fríos y equipos de congelación, higiene y presentación personal de los empleados incluyendo exámenes médicos exigidos dos veces al año y esquema de vacunación , uniformes completos incluyendo tapabocas, guantes desechables, gorro, seguimiento de normas higiénicas, fumigación y erradicación de plagas, calibración de básculas y termómetros personales y de equipos, prueba organoléptica diaria de los alimentos, limpieza especial y desinfección de áreas, equipo y menaje utilizado, evacuación de residuos al centro de acopio final de acuerdo con los protocolos del Hospital y normatividad sanitaria y ambiental vigente, desengrase y limpieza semanal o mensual de campanas extractoras, estufas, hornos y trampas de grasa, materiales de limpieza y desinfección de operarios, áreas, equipo y menaje. El valor ocasionado por estas actividades será por cuenta del oferente.
- Los alimentos que son suministrados en los diferentes servicios del hospital deben ser transportados en carros termos y servirse en bandeja resistente a altas temperaturas sobre un individual de papel con diseño a elección del contratista acorde con la misión institucional, que cubra la bandeja en su totalidad.
- De acuerdo a la composición de la dieta solicitada y por consideración del nutricionista del hospital, se debe entregar pitillos plásticos curvos en empaque individual, mezcladores, cubiertos completos y servilletas.
- A quien requiere adición de azúcar, edulcorante o sal se hará según criterio del nutricionista.
- Para evitar la contaminación y brindar una excelente presentación; el contratista debe tener en cuenta que todos los alimentos como bebidas calientes o frías, acompañantes, refrigerios, frutas, gelatinas, verduras y otros que requieran protección ambiental serán cubiertos con Vinipel, para el caso del servicio en taza o vaso desechable estos serán cubierto únicamente con las tapas correspondientes y se colocaran sobre bandeja individual antes de ser trasportados a los diferentes servicios del hospital.
- Cada dieta a suministrar debe ser rotulada con las siguientes especificaciones: Fecha, nombre del paciente, cama y tipo de dieta.
- A solicitud del área de Nutrición y/o Epidemiología, las dietas que lo requieran para pacientes en aislamiento infecto-contagioso o psiquiátrico deben ser

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

suministradas en loza desechable de icopor con tapa de icopor no vinipel, con cubiertos desechables completos.

- En los servicios de UCIN, maternidad, salas de cirugía, urgencias, se utilizará loza desechable de icopor con tapa de icopor no vinipel, con cubiertos desechables completos.
- Como norma de seguridad, el contratista deberá diariamente tomar muestras de las preparaciones del menú, debidamente rotuladas y almacenarlas a una temperatura que garantice su inocuidad (como mínimo 72 horas) con el fin de realizar los análisis químicos y microbiológicos según sea el caso.
- No se permitirá la utilización de preparaciones recalentadas, ni reutilización de sobrantes en los diferentes tiempos de comida, todo alimento una vez salga del servicio no puede volver a ingresar a éste y debe ser desechado.
- El contratista se compromete a dar cumplimiento a la ruta epidemiológica del hospital y a seguir las instrucciones y normatividad vigente del Ministerio de Ambiente y Desarrollo Territorial (Res 1164/2002) así: Los residuos de alimentos no se utilizarán como "lavasa" para engorde de animales domésticos pero deberán ser evacuados diariamente de las instalaciones del HORO, este traslado será de responsabilidad del contratista, al igual que de la recolección, clasificación en los sitios de generación y de la evacuación diaria y/o horaria al centro de acopio final del Hospital de Yopal, por sus propios medios de los residuos de la alimentación de pacientes y comedores de acuerdo con los protocolos del Hospital y la normatividad ambiental y sanitaria vigente y aplicable. Los elementos considerados como reciclables deben ser entregados al operario del Centro de Acopio del hospital para cumplir dichos compromisos deben utilizar recipientes adecuados y rotulados con tapa y bolsas plásticas de colores y rotuladas de acuerdo con lo establecido en el manual de gestión integral de residuos del hospital y con densidad suficiente para soportar el contenido sin causar desorden y desaseo en el lugar, para el transporte al centro de acopio el funcionario encargado de esta actividad debe hacer uso de los elementos de protección necesarios para la actividad (gorro, monogafas, tapabocas, peto y guantes ¾, las bolsas deben llegar marcadas al centro de acopio con los siguientes datos: Hospital de Yopal, lugar de generación, fecha y responsable (personal que realiza la recolección),
- El profesional designado por el servicio de alimentos deberá supervisar y realizar acompañamiento durante el proceso de distribución a las auxiliares de dietas en los diferentes servicios, con el fin de garantizar una adecuada entrega de alimentos, cumpliendo con los protocolos de cortesía con el cliente interno y externo.
- El contratista debe contar con:

Carrera: 31 N° 20-12
Móvil: 313-8857745
Ut.jps.sumiservicatering@gmail.com
Yopal - Casanare

-Acreditación en BPM
-Manual BPM
-Plan de saneamiento básico de la empresa
-Plan de contingencia que garantice el cumplimiento del contrato en casos de emergencias.
-Manual de estandarizaciones.
-Manual de funciones.
-Manual de control de plagas con su respectivo cronograma
-Manual de procesos y procedimientos
-Plan de capacitación al personal.

- El periodo de recolección de loza usada por los pacientes debe iniciar una hora después de la entrega teniendo en cuenta de hacerlo en el mismo orden en que fue entregada, por ningún motivo deben quedar bandejas en las habitaciones ni en áreas externas del hospital luego de este periodo de tiempo.
- Los carros destinados para la recolección de desperdicios, bandejas y vajilla deberán ser de material liviano, de fácil lavado y desinfección, al desplazarse no deben generar ruido, los recipientes que se utilicen para dicha recolección debe tener tapa.
- Efectuar el control de calidad microbiológico mensual durante la ejecución contractual tanto de las materias primas utilizadas, como a los alimentos procesados para verificar la calidad microbiológica de la alimentación, el contratista realizara como mínimo (5) rastreos microbiológicos que corresponden a (3) grupos de alimentos (proteína, verdura, fruta, lácteos u otros), uno (1) a superficie, (mesón, utensilio, equipo u otro) y uno (1) a manipulador de alimentos (mano y uñas). El contratista deberá presentar a la oficina de Nutrición y Epidemiología del Hospital Regional de la Orinoquia E.S.E, el resultado de estas pruebas.
- Las dietas deben salir envasadas o ensambladas desde el servicio de alimentación cubiertas de tal forma que no se contaminen, utilizando papel vinipel. debidamente identificadas con el tipo de dieta, nombre del paciente y numero de cama, los cubiertos deben ser desechables, servilletas, mezcladores, pitillos y demás elementos necesarios para el consumo del alimento de acuerdo al estado del paciente, su capacidad de deglución y masticación
- No se permitirá el ensamblaje de un número mayor de bandejas a la capacidad específica de cada carro termo bandejero, evitando la contaminación de los alimentos que van servidos por contacto con las bandejas.
- Garantizar que las dietas lleguen al paciente hospitalizado a una temperatura adecuada (>60° C) para su consumo.

- La solicitud de las dietas se realizará a través del formato oficial del hospital, los cuales relacionan las dietas terapéuticas a suministrar por paciente.
- Realizar encuestas de satisfacción al usuario, evaluaciones de las preparaciones cada tres (3) meses y realizar análisis y plan de mejoramiento a los hallazgos.
- El personal manipulador de alimentos debe contar con certificación en manipulación de alimentos otorgado por la secretaria de salud municipal o por las instituciones autorizadas para tal fin, el cual deberá estar vigente durante la ejecución del contrato.
- Permitir que se realicen pruebas microbiológicas al personal manipulador de alimento y equipos utilizados, por lo menos cuatro (4) veces en el año.
- El lactario deberá contar con personal capacitado específicamente en la preparación de fórmulas infantiles y enterales, realizar cada tres (3) meses capacitación y actualización en temas relacionados.
- Realizar esterilización aplicando los controles diarios, con un equipo apto para el proceso.
- El contratista se compromete a preparar y distribuir para los pacientes del Hospital Regional de la Orinoquía, las dietas normales y terapéuticas, que prescriba el cuerpo médico en coordinación con Nutrición, en forma exacta durante todos los días del año incluidos fines de semanas y festivos.
- Los horarios para la entrega de dietas a los pacientes serán los siguientes:

Kathryn Navarro Z.

Kathryn Navarro Zarate
Nutricionista Union Temporal JPS & SUMISERVI CATERING