Complemento almuerzo:

CICLOS DE MENÚS MODALIDAD ALMUERZO PAE 2026

ENTIDAD TERRITORIAL: MUNICIPIO	**GOBERNACION DE BOLIVAR**
SEDE EDUCATIVA	
OPERADOR	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	**Ración para Preparar en Sitio**
TIPO DE COMPLEMENTO	**Almuerzo LOTE**

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
ALIMENTO PROTEICO	SALTEADO DE CERDO CON VEGETALES	HUEVO FRITO	PECHUGA A LA PLANCHA	PESCADO APANADO (CORVINA)	ALBÓNDIGAS DE CARNE MOLIDA EN SALSA BOLOÑESA
CEREAL O DERIVADO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ AHUYAMA	ARROZ CON PIMENTON ROJO	ARROZ CON COCO	PASTAS CORTAS
TUBERCULOS	CHIPS DE PAPA FRITA	TAJADAS MADURAS FRITAS	YUCA FRITA	PATACONES	PAN TAJADO
VERDURAS	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA CON CEBOLLA Y TOMATE	ENSALADA COCIDA DE ZANAHORIA, HABICHUELA Y CEBOLLA	ENSALADA DE PAPA CON ZANAHORIA Y CEBOLLA BLANCA	ENSALADA DE AGUACATE, TOMATE Y CEBOLLA	INCLUIDA EN LA SALSA BOLOÑESA
LEGUMINOSAS		LENTEJAS GUISADAS	FRIJOL GUISADO		
FRUTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE	BANANO	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	MANDARINA	JUGO DE FRESA CON LECHE
LACTEO	*INCLUIDO EN EL JUGO		*INCLUÍDO EN EL JUGO	AGUA DE PANELA CON LIMÓN	*INCLUÍDO EN EL JUGO
AGUA	INCLUIDA COMO HIELO PARA EL JUGO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	INCLUIDA COMO HIELO PARA EL JUGO	INCLUIDA COMO HIELO PARA EL JUGO	INCLUIDA COMO HIELO PARA EL JUGO

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTEICO	HIGADO EN BISTEC	CERDO ASADO A LAS FINAS HIERBAS	HUEVO FRITO	CERDO GUISADO CON VERDURAS	PECHUGA BROASTER A LA MIEL MOSTAZA
CEREAL O DERIVADO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON PIMENTON ROJO	ARROZ CON AJO	MACARRONES EN SALSA DE VEGETALES
TUBERCULOS	PLÁTANO EN TENTACIÓN	AREPITA DULCE DE MAIZ CON ANIS	PURÉ DE BATATA	PAPAS CHORREADAS	CHIPS DE PLATANO VERDE
VERDURAS	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y ZANAHORIA	VEGETALES SALTEADOS DE BRÓCOLI CON ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO, ZANAHORIA, ESPINACA Y VINAGRESTA DULCE.	ENSALADA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO Y TOMATE
LEGUMINOSAS		GARBANZOS GUISADOS	LENTEJAS GUISADAS		
FRUTA	JUGO DE GUAYABA DULCE CON LECHE	PIÑA EN PORCION	JUGO DE BANANO CON LECHE	PATILLA	JUGO DE MANGO CON LECHE
LACTEO	INCLUYE HIELO PARA EL JUGO	*INCLUIDO EN EL JUGO			*INCLUIDO EN EL JUGO
AGUA	INCLUIDA COMO HIELO PARA EL JUGO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	INCLUIDA COMO HIELO PARA EL JUGO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	INCLUIDA COMO HIELO PARA EL JUGO

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No.14	MENÚ No. 15
ALIMENTO PROTEICO	CERDO EN BISTECK	SALPICON DE PESCADO (CORVINA)	PECHUGA DE POLLO AL CURRY	TORTILLA DE HUEVO CON ESPINACA	SALTEADO DE CERDO EN SALSA AGRIDULCE
CEREAL O DERIVADO	ARROZCON ZANAHORIA	ARROZCON COCO	ESPAGUETTIS EN SALSA DE VERDURAS	ARROZ BLANCO	ARROZ DE ESPINACA
TUBERCULOS	TORTA DE ÑAME	PATACONES	PAN TAJADO	PAPAS A LA FRANCESA	PLATANO MADURO COCIDO
VERDURAS	ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO, TOMATE Y PIÑA	ENSALADA DE AGUACATE, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA CAMPESTRE (LECHUGA CEBOLLA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAIZ TIERNO)	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE,Y MANZANACONVINAGRETA DULCE	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA Y TOMATE
LEGUMINOSAS	ARVEJAS GUISDAS			FRIJOL ROJO GUISADO	
FRUTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE	MANGO	PATILLA	JUGO DE FRESA CON LECHE	JUGO DE BANANO CON LECHE
LACTEO	INCLUIDO EN EL JUGO			INCLUIDO EN EL JUGO	INCLUIDO EN EL JUGO
AGUA	INCLUIDACOMO HIELOPARAEL JUGO	AGUA DE PANELA CON LIMÓN	AGUA APTAPARAEL CONSUMO HUMANO	INCLUIDACOMO HIELOPARAEL JUGO	INCLUIDACOMO HIELOPARAEL JUGO

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO CON VERDURAS	TORTILLA DE HUEVO CON CEBOLLA Y TOMATE.	CERDO EN SALSA DE MARACUYA	ROLLO DE CARNE MOLIDACON SALSA DE VERDURAS.	CHOW MEIN DE POLLO
CEREAL O DERIVADO	ARROZ DE PIMENTÓN VERDE	ARROZ DE AHUYAMA	ARROZ DE ESPINACAS	ARROZ DE ZANAHORIA	PASTATORNILLOS CON SALSA DE VEGETALES
TUBERCULOS	HOJUELAS DE PAPAS FRITAS	PURÉ DE ÑAME	TAJADAS MADURAS FRITAS	CHIPS DE PLATANO VERDE	AREPITAS DULCES CON ANIS
VERDURAS	ENSALADASALTEADA DE BRÓCOLICON ZANAHORIA	ENSALADADE ZANAHORIA, CEBOLLA BLANCA Y HABICHUELAS	ENSALADA DE PEPINO, ZANAHORIAY CEBOLLA	ENSALADA DE AGUACATE, TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE PEPINO, TOMATE Y CEBOLLA
LEGUMINOSAS	ARVEJAS GUISADAS			CROQUETAS DE LENTEJAS	
FRUTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE	SORBETE DE BANANO CON LECHE	MANZANA	JUGO DE GUAYABADULCE CON LECHE	MANDARINA
LACTEO	*INCLUIDO EN EL JUGO	*INCLUIDO EN EL JUGO		*INCLUIDO EN EL JUGO	
AGUA	INCLUIDACOMO HIELO PARA EL JUGO	INCLUIDACOMO HIELO PARA EL JUGO	AGUA APTAPARA EL CONSUMO HUMANO	INCLUIDACOMO HIELO PARA EL JUGO	AGUAAPTAPARAEL CONSUMO HUMANO

NOMBRENUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE

FIRMA

MATRÍCULA PROFESIONAL