ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PROTECCIÓN SOCIAL FORMATO DERIVACIÓN DE MENU	Código: FOR-PSS-206 Versión: 0 Fecha: Memo INT 2019026406 - 31/05/2019 Página: 1 de 1

convenio de asociación o contrato: Fundación Mesalud Convenio 7460	Nombre de la unidad operativa: Centro Comunidad de Cuidado La Mesa	TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: INSUFICIENCIA RENAL (HIPOSODICA - HIPOKALEMICA - CON CONTROL DE LIQUIDOS)	año: 2021

SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	1	2	3	4	5	6	7
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	CAFÉ (150 CC)	COLADA DE AVENA (150 CC)	TE (150 CC)	COLADA DE HARINA DE PLATANO (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (150 CC)	CAFÉ (150 CC)
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE (150 CC CALDO Y 30 GR CARNE)	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (150 CC CALDO Y 30 GR CARNE)	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLECREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO (150 CC)	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	PAN HOJALDRADO	AREPA	PAN BLANCO	TOSTADA	AREPUELA	PAN ROLLO
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	PERA	PATILLA	EN LA COLADA	MANDARINA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	EN LA ENSALADA	BATIDO DE FRESA CON MIEL (150 CC)	SORBETE DE GUANABANA (150 CC)	SORBETE DE MORA (150 CC)	LECHE CALIENTE (150 CC)	CAFÉ (150 CC)	PICADO DE MANGO Y PAPAYA
CEREAL	GALLETA WAFFER	ROSCÓN	CROISSANT	PAN DE QUESO	TORTA NEGRA	MANTECADA	
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS (MANZANA, PAPAYA, MELÓN) CON QUESO CAMPESINO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA Y MANGO	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE RES GUISADA (50 G)	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL (50 G)	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA (50 G)	POLLO EN SALSA BBQ (50 G)	CARNE DE RES EN BISTECK (50 G)	CARNE DE CERDO MECHADA (50 G)	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA (50 G)
CEREAL	ARROZ BLANCO (SIN SAL)	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA ROJA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA CAMPESINA	CUBOS GUISADOS	CALABACIN GUISADO	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBERCULO O PLATANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA (DIALIZADA)	PAPA DORADA (DIALIZADA)	PAPA CRIOLLA GUISADA (DIALIZADA)	CHIPS DE ARRACACHA (DIALIZADA)	PLATANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE (DIALIZADA)	PURE DE PAPA CRIOLLA (DIALIZADA)
SOPA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA (150 CC)	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES (150 CC)	SOPA DE CONCHITAS (150 CC)	SOPA DE VERDURAS (150 CC)	SOPA DE PAJARILLA (150 CC)	SOPA DE PATACON (150 CC)	SOPA DE AVENA (150 CC)
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA (150 CC)	JUGO DE MANGO (150 CC)	JUGO DE PIÑA (150 CC)	JUGO DE GUANABANA (150 CC)	JUGO DE FEIJOA (150 CC)	JUGO DE TOMATE DE ARBOL (150 CC)	JUGO DE MORA (150 CC)
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)	CAFÉ (150 CC)	PETO DE MAIZ DULCE (150 CC)	SORBETE DE AHUYAMA (150 CC)	CON LA FRUTA	SORBETE DE MANGO (150 CC)
CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOGOLLA		TORTA DE NARANJA	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	MANGO	PERA	EN EL SORBETE	PAPAYA Y MANGO PICADOS CON QUESO	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA Y MAIZ GUISADOS	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ALVERJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURE DE PAPA	PLATANO MADURO CON QUESO Y BOCADILLO
SOPA O CREMA	AJIACO (150 CC)	SIN SOPA	SOPA DE AHUYAMA (150 CC)	SIN SOPA	SOPA DE GUINEO (150 CC)	SIN SOPA	SOPA DE ARROZ (150 CC)
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO (150 CC)	LECHE CALIENTE CON MIEL (150 CC)	TE EN LECHE (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA (150 CC)	LECHE CALIENTE CON CANELA (150 CC)

SEMANA 2							
PATRÓN/DÍAS	8	9	10	11	12	13	14
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE AVENA (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA (150 CC)	COLADA DE HARINA DE PLATANO (150 CC)	TE (150 CC)		CAFÉ (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (150 CC CALDO Y 30 GR CARNE)	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO (240 CC)	CALDO DE PAPA CON CARNE (150 CC CALDO Y 30 GR CARNE)	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ALMOJABANA	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	CROISSANT	PAN BLANCO
FRUTA	GRANADILLA	EN LA COLADA	MANGO Y PIÑA PICADA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE PERA Y MORA	PATILLA	NARANJA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	HELADO	CUAJADA	BATIDO DE MORA (150 CC)	SORBETE DE FEIJOA (150 CC)	EN LA ENSALADA	TE EN LECHE (150 CC)	MANZANA PICADA
CEREAL	GALLETAS DE LECHE	PAN DE COCO	GALLETA DE LECHE	MANTECADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	PAN DE MAIZ	
FRUTA	FRESAS PICADAS	PICADO DE PAPAYA Y MELON	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS (PERA, MANGO, PAPAYA) CON QUESO DOBLE CREMA	MELÓN	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA (50 G)	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA (50 G)	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO (50 G)	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES (50 G)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS (50 G)	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA (50 G)	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA (50 G)
CEREAL	ARROZ PAJARITO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON COCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE A LA VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO, TOMATE, VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLATANO	PAPA CRIOLLA DORADA (DIALIZADA)	PLATANO MADURO COCIDO (DIALIZADA)	PAPA EN CHUPE (DIALIZADA)	PURE DE YUCA(DIALIZADA)	TORTA DE PLATANO	PAPA AL PEREJIL (DIALIZADA)	YUCA COCIDA (DIALIZADA)
SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO (150 CC)	CAZUELA DE FRIJOLES (150 CC)	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO (150 CC)	SOPA CARMELITA (150 CC)	SOPA DE CEBADA PERLADA (150 CC)	SOPA DE ARROZ (150 CC)	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ (150 CC)
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO (150 CC)	LIMONADA (150 CC)	JUGO DE FEIJOA (150 CC)	JUGO DE MARACUYA (150 CC)	JUGO DE LULO (150 CC)	JUGO DE MORA (150 CC)	JUGO DE GUANABANA (150 CC)
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE FRESA (150 CC)	FLAN	CON LA FRUTA	ARROZ CON LECHE (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA (150 CC)	CANDIL (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (150 CC)
CEREAL	CROISSANT		GALLETA DE LECHE		TORTA NEGRA	GALLETA DUCAL	PAN DE QUESO
FRUTA	EN EL SORBETE	PATILLA PICADA	PAPAYA, MANGO Y MANZANA PICADA CON YOGURT	FRESA PICADA	EN LA COLADA	MELON PICADO	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS (ALVERJA, ZANAHORIA, HABICHUELA)	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	VERDURAS CHINAS (REPOLLO, CALABACIN, ZANAHORIA, APIO)
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ZANAHORIA	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AJONJOLI
SOPA O CREMA	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS (150 CC)	SIN SOPA	SANCOCHITO (150 CC)	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA (150 CC)	SIN SOPA
BEBIDA DE FRUTA	TE EN LECHE (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA (150 CC)	LECHE CALIENTE CON MIEL (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA (150 CC)	LECHE CALIENTE (150 CC)

SEMANA 3							
PATRÓN/DÍAS	15	16	17	18	19	20	21
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE AVENA (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ (150 CC)		TE (150 CC)	COLADA DE HARINA DE PLATANO (150 CC)	CAFÉ (150 CC)
PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO (150 CC CALDO Y 30 GR CARNE)	EMPAREDADO DE QUESO CON JAMON	CHANGUA CON HUEVO (240 CC)	CALDO DE PAPA CON CARNE (150 CC CALDO Y 30 GR CARNE)	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	MOGOLLA	PAN DE MAIZ	PAN ROLLO
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA	MANDARINA	FRESAS	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	HELADO	SORBETE DE MARACUYA (150 CC)	BATIDO DE GUANABANA (150 CC)	EN LA FRUTA	CAFÉ (150 CC)	LECHE (150 CC)	PAPAYA PICADA
CEREAL	MANTECADA	PAN DE MAIZ	GALLETA WAFFER	GALLETA DUCAL	ALMOJABANA	MOGOLLA	
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	PERA	GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DERES MECHADA EN SALSA CRIOLLA (50 G)	GOULASH DE CARNE DE RES (50 G)	POLLO A LAS FINAS HIERBAS (50 G)	ALBONDIGAS (50 G)	FILETE DE PESCADO AL CILANTRO (50 G)	CARNE DE CERDO GUISADA (50 G)	CERDO Y RES EN EL COCIDO (50 G)
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	EN EL GOULASH	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLATANO	PAPA COCIDA CON CASCARA (DIALIZADA)	PAPA CRIOLLA (DIALIZADA)	PLATANO CON QUESO Y BOCADILLO	TAJADA DE PLATANO MADURO	PAPA CRIOLLA GUISADA (DIALIZADA)	PAPA AL VAPOR (DIALIZADA)	
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS (150 CC)	SOPA DE CONCHITAS (150 CC)	SOPA DE AVENA (150 CC)	SOPA DE MENUDENCIAS (150 CC)	SANCOCHITO DE PESCADO (150 CC)	CAZUELA DE LENTEJA (150 CC)	
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA (150 CC)	JUGO DE UVA (150 CC)	JUGO DE LULO (150 CC)	JUGO DE CURUBA (150 CC)	LIMONADA CON AZUCAR (150 CC)	JUGO DE PIÑA (150 CC)	JUGO DE MORA (150 CC)
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA (150 CC)	LECHE TIBIA CON MIEL (150 CC)	PETO DE MAIZ DULCE (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA (150 CC)	SORBETE DE GUANABANA (150 CC)	SORBETE DE MANGO (150 CC)	SORBETE DE LULO (150 CC)
CEREAL	CROISSANT	PAN TAJADO BLANCO		PONQUE	MANTECADA	ROSCON	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA	PATILLA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE AGUACATE	CALBAZA GUISADA	EN LA SOPA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	EN LA SOPA
TUBERCULO O PLATANO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA (150 CC)	SIN SOPA	SOPA CARMELITA (150 CC)	SIN SOPA	SOPA DE PATACON (150 CC)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ (150 CC)
BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON MIEL (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA (150 CC)	LECHE CALIENTE CON CANELA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA (150 CC)	LECHE CALIENTE CON MIEL (150 CC)

SEMANA 4							
PATRÓN/DÍAS	22	23	24	25	26	27	28
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ (150 CC)	LECHE (150 CC)	CHOCOLATE (150 CC)	COLADA DE PLATANO CON MORA (150 CC)	CAFÉ (150 CC)	COLADA DE AVENA (150 CC)	TE (150 CC)
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (150 CC CALDO Y 30 GR CARNE)	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE (150 CC CALDO Y 30 GR CARNE)	CALDO DE PAPA CON PESCADO (150 CC CALDO Y 30 GR DE PESCADO)	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	CROISSANT	ALMOJABANA	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN TAJADO BLANCO	AREPUELA	PAN BLANDO
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	FRESA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	CHOCOLATE (150 CC)	SORBETE DE MORA (150 CC)	BATIDO DE FRESA (150 CC)	LECHE CALIENTE CON CANELA (150 CC)	SORBETE DE CURUBA (150 CC)	KUMIS (150 CC)	PATILLA PICADA
CEREAL	PONQUE TAJADO	PAN COCO	GALLETA WAFFER	AREPUELA	ROSCON	GALLETA CRACKER	
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELON	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (50 G)	PECHUGA MECHADA (50 G)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA (50 G)	FILETE DE PESCADO AL PIMENTON (50 G)	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI (50 G)	CARNE DE CERDO AL AJILLO (50 G)	POLLO GUISADO (50 G)
CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	ALVERJA, ZANAHORIA, MAIZ Y MAYONESA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	ZANAHORIA RALLADA CON LIMON Y CILANTRO
TUBERCULO O PLATANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL (DIALIZADA)	PAPA AL VAPOR (DIALIZADA)	PLATANO MADURO COCIDO	PURE DE PAPA (DIALIZADA)	PAPAS A LA FRANCESA (DIALIZADA)	CHIPS DE YUCA (DIALIZADA)	TAJADA DE PLATANO MADURO
SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO (150 CC)	SOPA DE VERDURAS (150 CC)	CAZUELA DE ALVERJA VERDE SECA (150 CC)	SOPA DE AVENA (150 CC)	SOPA DE PATACON (150 CC)	SOPA DE CONCHITAS (150 CC)	AJIACO (150 CC)
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO (150 CC)	JUGO DE PIÑA (150 CC)	JUGO DE FEIJOA (150 CC)	JUGO DE MARACUYA (150 CC)	JUGO DE TOMATE DE ARBOL (150 CC)	JUGO DE MORA (150 CC)	LIMONADA (150 CC)
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE MARACUYA (150 CC)	COLADA DE HARINA DE PLATANO (150 CC)	ARROZ CON LECHE (150 CC)	FLAN	CANDIL (150 CC)	SORBETE DE CURUBA (150 CC)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA (150 CC)
CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	PAN ROLLO			MAIZ PIRA	TORTA NEGRA	TORTA DE NARANJA
FRUTA	EN EL SORBETE	MANDARINA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MELON PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTON	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AHUYAMA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA CALIENTE
TUBERCULO O PLATANO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO
SOPA O CREMA	SIN SOPA	MAZAMORRA CHIQUITA (150 CC)	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS) (150 CC)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO (150 CC)	SIN SOPA
BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON CANELA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL (150 CC)	TE EN LECHE (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO (150 CC)	LECHE CALIENTE CON MIEL (150 CC)

Elaborado por: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista Dietista PUJ - RP MND 07178
Bebida caliente de la mañana: 100 cc

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PROTECCIÓN SOCIAL FORMATO DERIVACIÓN DE MENU	Código: FOR-PSS-206 Versión: 0 Fecha: Memo INT 2019026406 - 31/05/2019 Página: 1 de 1

convenio de asociación o contrato: Fundación Mesalud Convenio 7469	Nombre de la unidad operativa: Centro Comunidad de Cuidado La Mesa	TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: HIPOCALORICA - HIPOGLUCIDA (DIABETES MELLITUS - SOBREPESO/OBESIDAD)	año: 2021

	SEMANA 1							SEMANA 2								SEMANA 3								SEMANA 4							
PATRÓN/DÍAS	1	2	3	4	5	6	7	PATRÓN/DÍAS	8	9	10	11	12	13	14	PATRÓN/DÍAS	15	16	17	18	19	20	21	PATRÓN/DÍAS	22	23	24	25	26	27	28
	TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	TE SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE HARINA DE PLATANO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COCOA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LACTEO	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON GUAYABA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE HARINA DE PLATANO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	TE SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COCOA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LACTEO	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COCOA SIN AZUCAR SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	TE SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE HARINA DE PLATANO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE	COCOA SIN AZUCAR	COLADA DE PLATANO CON MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	TE SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE (150 CC CALDO Y 30 GR CARNE)	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLECREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	TAMAL (100 G)	PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	EMPAREDADO DE QUESO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL (100 G)	PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO CON JAMON	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	TAMAL (100 G)	PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL (100 G)
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ	PAN INTEGRAL	AREPA	PAN TAJADO INTEGRAL	TOSTADA	GALLETA SALTIN	PAN INTEGRAL	CEREAL/ TUBERCULO	ALMOJABANA	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	CROISSANT	PAN INTEGRAL	CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	AREPA		TOSTADA	MOGOLLA INTEGRAL	PAN DE MAIZ	PAN INTEGRAL	CEREAL/ TUBERCULO	CROISSANT	ALMOJABANA	AREPA	PAN DE MAIZ	PAN INTEGRAL TAJADO	AREPUELA	PAN INTEGRAL
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	PERA	PATILLA	EN LA COLADA	MANDARINA	FRUTA	GRANADILLA	EN LA COLADA	MANGO Y PIÑA PICADA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE PERA Y MORA	PATILLA	NARANJA	FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA	MANDARINA	FRESAS	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA	GRANADILLA	FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	NARANJA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	PATILLA
	TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	EN LA ENSALADA	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	LACTEO	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CUAJADA	BATIDO DE MORA CON AVENA EN HOJUELAS SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE FEIJOA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	EN LA ENSALADA	TE EN LECHE SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	MANZANA PICADA	LACTEO	SORBETE DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE MARACUYA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	BATIDO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	EN LA FRUTA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE	PAPAYA PICADA	LACTEO	COCOA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	BATIDO DE FRESA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE CON CANELA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	KUMIS DIETETICO	PATILLA PICADA
CEREAL			GALLETA SALTIN (1 UNIDAD)					CEREAL								CEREAL	GALLETA SALTIN (1 UNIDAD)							CEREAL							
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS (MANZANA, PAPAYA, MELÓN) CON QUESO CAMPESINO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE MANZANA Y PERA		FRUTA	FRESAS PICADAS	PICADO DE PAPAYA Y MELON	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS (PERA, MANGO, PAPAYA) CON QUESO CAMPESINO	MELÓN		FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	PERA PICADA	GRANADILLA		FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELON	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	
	TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO GUISADO	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO PICADA	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA	PROTEINA	CARNE DERES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	FILETE DE PESCADO AL CILANTRO	CARNE DE CERDO GUISADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO	PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	PECHUGA MECHADA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MARACUYA	FILETE DE PESCADO AL PIMENTON	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ BLANCO (50 GR)	ARROZ CON AJONJOLI (50 GR)	ARROZ AL PIMENTON (50 GR)	ARROZ AL CILANTRO (50 GR)	ARROZ BLANCO (50 GR)	PASTA EN SALSA ROJA (50 GR)	ARROZ CON ZANAHORIA (50 GR)	CEREAL	ARROZ PAJARITO (50 GR)	ARROZ BLANCO (50 GR)	ARROZ AL PEREJIL (50 GR)	ARROZ CON ZANAHORIA (50 GR)	ARROZ CON COCO (50 GR)	ARROZ BLANCO (50 GR)	ARROZ CON FIDEOS (50 GR)	CEREAL	ARROZ AL PEREJIL (50 GR)	ARROZ AL PIMENTON (50 GR)	ARROZ ATOMATADO (50 GR)	SPAGUETTIS (50 GR)	ARROZ CON AJONJOLI (50 GR)	ARROZ CON ZANAHORIA (50 GR)	ARROZ BLANCO (50 GR)	CEREAL	ARROZ PAJARITO (50 GR)	SPAGUETTIS (50 GR)	ARROZ AL PEREJIL (50 GR)	ARROZ AL CILANTRO (50 GR)	ARROZ AL PIMENTON (50 GR)	ARROZ CON AJONJOLI (50 GR)	ARROZ BLANCO (50 GR)
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE (DOBLE PORCIÓN)	VERDURA ORIENTAL (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA CAMPESINA (DOBLE PORCIÓN)	CUBIOS GUISADOS (DOBLE PORCIÓN)	CALABACIN GUISADO (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA PICO DE GALLO (DOBLE PORCIÓN)	VERDURA O ENSALADA	HABICHUELAS GUISADAS (DOBLE PORCIÓN)	RODAJAS DE TOMATE A LA VINAGRETA (DOBLE PORCIÓN)	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE FRESCA (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO, TOMATE, VINAGRE (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO (DOBLE PORCIÓN)	CALABAZA GUISADA (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA (DOBLE PORCIÓN)	VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA (DOBLE PORCIÓN)	EN EL GOULASH	VERDURA ORIENTAL (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE TOMATE, AGUACATE Y CEBOLLA CABEZONA (DOBLE PORCIÓN)	COCIDO BOYACENSE (1/2 PORCION DE PAPA)	VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE (DOBLE PORCIÓN)	ALVERJA, ZANAHORIA, MAIZ Y MAYONESA (DOBLE PORCIÓN)	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA (DOBLE PORCIÓN)	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA (DOBLE PORCIÓN)	VERDURAS SALTEADAS (DOBLE PORCIÓN)	TAJADA DE AGUACATE (DOBLE PORCIÓN)	ZANAHORIA RALLADA CON LIMON Y CILANTRO (DOBLE PORCIÓN)
TUBERCULO O PLATANO								TUBERCULO O PLATANO								TUBERCULO O PLATANO								TUBERCULO O PLATANO							
SOPA O CREMA				SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA			SOPA O CREMA			SOPA DE VERDURAS		CREMA DE AHUYAMA			SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS			SOPA DE MENUDENCIAS				SOPA O CREMA		SOPA DE VERDURAS					
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE PIÑA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE FEIJOA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LIMONADA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE FEIJOA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE MARACUYA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE LULO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE LULO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LIMONADA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE PAPAYA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE FEIJOA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE MARACUYA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	JUGO DE MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LIMONADA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA
	TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON GUAYABA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COCOA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE AHUYAMA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CON LA FRUTA	SORBETE DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LACTEO	SORBETE DE FRESA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	PATILLA Y MELON PICADOS	PAPAYA, MANZANA Y MANGO PICADA CON QUESO CAMPESINO	SORBETE DE MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	CANDIL SIN AZUCAR CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LACTEO	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE TIBIA	FRUTA PICADA (FRESA, PERA, MANDARINA)	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE GUANABANA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE MANGO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE LULO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LACTEO	SORBETE DE MARACUYA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE HARINA DE PLATANO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE LULO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	FRUTA PICADA (UCHUVA, PAPAYA, PAPAYA)	CANDIL SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	SORBETE DE CURUBA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA
CEREAL								CEREAL	GALLETA SALTIN (1 UNIDAD)							CEREAL								CEREAL							
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	MANGO	PERA	EN EL SORBETE	PAPAYA Y MANGO PICADOS CON QUESO CAMPESINO	EN EL SORBETE	FRUTA	EN EL SORBETE			EN EL SORBETE	EN LA COLADA	MELON PICADO	EN LA COLADA	FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA		EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRUTA	EN EL SORBETE	MANDARINA	EN EL SORBETE		MELON PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
	TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES	PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS	PROTEINA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA	PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTON	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA Y MAIZ GUISADOS	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ALVERJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	TORTILLA DE ACELGA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	VERDURAS CHINAS (REPOLLO, CALABAZA, ZANAHORIA, APIO)	VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	RODAJA DE TOMATE	CALBAZA GUISADA	EN LA SOPA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	EN LA SOPA	VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AHUYAMA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA CALIENTE
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURE DE PAPA	PLATANO MADURO CON QUESO Y BOCADILLO	TUBERCULO O PLATANO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AJONJOLI	TUBERCULO O PLATANO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	TUBERCULO O PLATANO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CREMA	AJIACO (120 CC)	SIN SOPA	SOPA DE AHUYAMA	SIN SOPA	SOPA DE GUINEO (120 CC)	SIN SOPA	SOPA DE ARROZ (120 CC)	SOPA O CREMA	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS (120 CC)	SIN SOPA	SANCOCHITO (120 CC)	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA (120 CC)	SIN SOPA	SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA (120 CC)	SIN SOPA	SOPA CARMELITA (120 CC)	SIN SOPA	SOPA DE PATACON (120 CC)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ (120 CC)	SOPA O CREMA	SIN SOPA	MAZAMORRA CHIQUITA	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE CON CANELA	BEBIDA DE FRUTA	TE EN LECHE SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	TE EN LECHE SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZUCAR O CON AZÚCAR DIETETICA	LECHE CALIENTE

Elaborado por: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista Dietista PUJ - RP MND 07178

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PROTECCIÓN SOCIAL FORMATO DERIVACIÓN DE MENU	Código: FOR-PSS-206 Versión: 0 Fecha: Memo INT 2019026406 - 31/05/2019 Página: 1 de 1

convenio de asociación o contrato: Fundación Mesalud Convenio 7460	Nombre de la unidad operativa: Centro Comunidad de Cuidado La Mesa	TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: HIPERCALORICA	año: septiembre 2021

SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	1	2	3	4	5	6	7
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	TE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	COLADA DE HARINA DE PLATANO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	CHOCOLATE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	AGUA DE PANELA CON LECHE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLECREMA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	PAN HOJALDRADO (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	AREPA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	PAN TAJADO INTEGRAL (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	TOSTADA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	AREPUELA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	PAN ROLLO (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)
FRUTA	GRANADILLA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	BANANO	PATILLA	EN LA COLADA	MANDARINA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	EN LA ENSALADA	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL (200 CC)	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ	BEBIDA HIPERCALORICA No. 1 (VER HOJA "BEBIDAS HIPERCALORICAS)
CEREAL	GALLETA WAFFER (DOBLE PORCIÓN)	GALLETA DE LECHE (DOBLE PORCIÓN)	CROISSANT (DOBLE PORCIÓN)	PAN DE QUESO (DOBLE PORCIÓN)	TORTA NEGRA (DOBLE PORCIÓN)	MANTECADA (DOBLE PORCIÓN)	
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	GRANADILLA	PICADO DE PIÑA Y BANANO	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN SALSA BBQ	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE CERDO MECHADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ BLANCO (130 GR)	ARROZ CON AJONJOLI (130 GR)	ARROZ AL PIMENTON (130 GR)	ARROZ AL CILANTRO (130 GR)	ARROZ BLANCO (130 GR)	PASTA EN SALSA ROJA (130 GR)	ARROZ CON ZANAHORIA (130 GR)
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA CAMPESINA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO	ENSALADA PICO DE GALLO
TUBERCULO O PLATANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	CHIPS DE ARRACACHA	PLATANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACON	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA	JUGO DE	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON GUAYABA	CHOCOLATE	CAFÉ	PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON BANANO	CON LA FRUTA	SORBETE DE MANGO
CEREAL	PAN ROLLO	AREPA	MOGOLLA		TORTA DE NARANJA	GALLETAS DE LECHE	PAN BLANDO
FRUTA	EN LA COLADA	MANDARINA	MANGO	PERA	EN EL SORBETE	PAPAYA Y MANGO PICADOS CON QUESO	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	POLLO DORADO	TERNERA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	FILETE DE PESCADO GUISADO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA Y MAIZ GUISADOS	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ALVERJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURE DE PAPA	PLATANO MADURO CON QUESO Y BOCADILLO
SOPA O CREMA	AJIACO	SIN SOPA	SOPA DE AHUYAMA	SIN SOPA	SOPA DE GUINEO	SIN SOPA	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE CON MIEL	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA
REFRIGERIO NOCTURNO	CAFÉ - MANTECADA	BEBIDA HIPERCALORICA No. 1	YOGURT – ROSCÓN	NATILLA GALLETA DE LECHE	BEBIDA HIPERCALORICA No. 2	AVENA – MOGOLLA	BEBIDA HIPERCALORICA No. 3

SEMANA 2							
PATRÓN/DÍAS	8	9	10	11	12	13	14
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	COLADA DE HARINA DE PLATANO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	TE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	AROMATICA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	CAFÉ SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	CHOCOLATE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO	EMPAREDADO DE QUESO (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ALMOJABANA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	ARROZ BLANCO (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	AREPA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)		TOSTADA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	CROISSANT (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	PAN BLANCO (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)
FRUTA	GRANADILLA	EN LA COLADA	MANGO Y PIÑA PICADA	PAPAYA PICADA	COMPOTA DE PERA Y MORA	PATILLA	NARANJA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	HELADO	CUAJADA	BATIDO DE MORA, BANANO, AVENA EN HOJUELAS	SORBETE DE FEIJOA	EN LA ENSALADA	TE EN LECHE	BEBIDA HIPERCALORICA No. 2 (VER HOJA "BEBIDAS HIPERCALORICAS)
CEREAL	GALLETAS DE LECHE (DOBLE PORCIÓN)	PAN DE COCO (DOBLE PORCIÓN)	GALLETA DE LECHE (DOBLE PORCIÓN)	MANTECADA (DOBLE PORCIÓN)	GALLETA CRACKER SABORIZADA (DOBLE PORCIÓN)	PAN DE MAIZ (DOBLE PORCIÓN)	
FRUTA	FRESAS PICADAS	PICADO DE PAPAYA Y MELON	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	MELÓN	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ PAJARITO (130 GR)	ARROZ BLANCO (130 GR)	ARROZ AL PEREJIL (130 GR)	ARROZ CON ZANAHORIA (130 GR)	ARROZ CON COCO (130 GR)	ARROZ BLANCO (130 GR)	ARROZ CON FIDEOS (130 GR)
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	RODAJAS DE TOMATE A LA VINAGRETA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE FRESCA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO, TOMATE, VINAGRE	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	CALABAZA GUISADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLATANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLATANO MADURO COCIDO	PAPA EN CHUPE	PURE DE YUCA	TORTA DE PLATANO	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE FRIJOLES	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA CARMELITA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE LULO	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE FRESA	FLAN	CON LA FRUTA	ARROZ CON LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	CANDIL	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	CROISSANT		GALLETA DE AVENA		TORTA NEGRA	GALLETAS INTEGRALES	PAN DE QUESO
FRUTA	EN EL SORBETE	PATILLA PICADA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	FRESA PICADA	EN LA COLADA	MELON PICADO	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES PICADA	POLLO A LA JARDINERA	CARNE DE CERDO BBQ	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	EN LA SOPA	TORTILLA DE ACELGA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	VERDURAS CHINAS (REPOLLO, CALABACIN, ZANAHORIA, APIO)
TUBERCULO O PLATANO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AJONJOLI
SOPA O CREMA	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS	SIN SOPA	SANCOCHITO	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA	SIN SOPA
BEBIDA DE FRUTA	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE
REFRIGERIO NOCTURNO	BEBIDA HIPERCALORICA No. 4	CANDIL - MOJICON	ESPONJADO DE MORA – GALLETA WAFFER	BEBIDA HIPERCALORICA No. 5	AVENA – PAN	COLADA DE MAIZENA – GALLETA SALTÍN (3 U)	BEBIDA HIPERCALORICA No. 6

SEMANA 3							
PATRÓN/DÍAS	15	16	17	18	19	20	21
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	CHOCOLATE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	COLADA DE FECULA DE MAIZ SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	AROMATICA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	TE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	COLADA DE HARINA DE PLATANO SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	CAFÉSIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA
PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	EMPAREDADO DE QUESO CON JAMON (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	AREPA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)		TOSTADA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	MOGOLLA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	PAN DE MAIZ (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	PAN ROLLO (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)
FRUTA	FRESA PICADA	PAPAYA	MANDARINA	BANANO	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PATILLA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	HELADO	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL	EN LA FRUTA	CAFÉ	LECHE	BEBIDA HIPERCALORICA No. 3 (VER HOJA "BEBIDAS HIPERCALORICAS)
CEREAL	MANTECADA (DOBLE PORCIÓN)	PAN DE MAIZ (DOBLE PORCIÓN)	GALLETA DE LECHE (DOBLE PORCIÓN)	GALLETA DE AVENA (DOBLE PORCIÓN)	ALMOJABANA (DOBLE PORCIÓN)	MOGOLLA (DOBLE PORCIÓN)	
FRUTA	MANGO PICADO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	UVAS	GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DERES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	GOULASH DE CARNE DE RES	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBONDIGAS	FILETE DE PESCADO AL CILANTRO	CARNE DE CERDO GUISADA	CERDO Y RES EN EL COCIDO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL (130 GR)	ARROZ AL PIMENTON (130 GR)	ARROZ ATOMATADO (130 GR)	SPAGUETTIS (130 GR)	ARROZ CON AJONJOLI (130 GR)	ARROZ CON ZANAHORIA (130 GR)	ARROZ BLANCO (130 GR)
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	EN EL GOULASH	VERDURA ORIENTAL	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE
TUBERCULO O PLATANO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA	PLATANO CON QUESO Y BOCADILLO	TAJADA DE PLATANO MADURO	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA AL VAPOR	
SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SANCOCHITO DE PESCADO	CAZUELA DE LENTEJA	
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZUCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ DULCE	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	CROISSANT	PAN TAJADO BLANCO INTEGRAL		TORTA DE BANANO	MANTECADA	ROSCON	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	PATILLA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	POLLO GUISADO	LENGUA EN SALSA	CARNE DE RES PICADA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE AGUACATE	CALBAZA GUISADA	EN LA SOPA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	EN LA SOPA
TUBERCULO O PLATANO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	SOPA CARMELITA	SIN SOPA	SOPA DE PATACON	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	LECHE CALIENTE CON MIEL
REFRIGERIO NOCTURNO	GELATINA – GALLETA WAFFER	BEBIDA HIPERCALORICA No. 7	NATILLA GALLETA DE LECHE	FLAN – GALLETA DUCAL	BEBIDA HIPERCALORICA No. 1	LECHE – GALLETA SALTIN CON MERMELADA (2 UI)	BEBIDA HIPERCALORICA No. 2

SEMANA 4							
PATRÓN/DÍAS	22	23	24	25	26	27	28
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZSIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	LECHE	CHOCOLATE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	COLADA DE PLATANO CON MORA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	CAFÉSIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	COLADA DE AVENA SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA	TE SIN AZUCAR O CON AZUCAR DIETÉTICA
PROTEINA	HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	QUESO CAMPESINO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL
CEREAL/ TUBERCULO	CROISSANT (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	ALMOJABANA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	AREPA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	PAN DE MAIZ (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	PAN TAJADO INTEGRAL (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	AREPUELA (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)	PAN BLANDO (DOBLE PORCION O ADICIONAR AREPUELA)
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	NARANJA	MANGO PICADO	EN LA COLADA	PAPAYA PICADA	MANDARINA	UVAS
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	CHOCOLATE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE BANANO CON AVENA EN HOJUELAS	LECHE CALIENTE CON CANELA	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	
CEREAL	PONQUE TAJADO (DOBLE PORCIÓN)	PAN COCO (DOBLE PORCIÓN)	GALLETA WAFFER (DOBLE PORCIÓN)	TORTILLA DE AVENA CON BANANO (DOBLE PORCIÓN)	ROSCON (DOBLE PORCIÓN)	GALLETA CRACKER (DOBLE PORCIÓN)	BEBIDA HIPERCALORICA No. 4 (VER HOJA "BEBIDAS HIPERCALORICAS)
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELON	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRESA PICADA	EN EL SORBETE	GRANADILLA	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	PECHUGA MECHADA	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	FILETE DE PESCADO AL PIMENTON	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE CERDO AL AJILLO	POLLO GUISADO
CEREAL	ARROZ PAJARITO (130 GR)	SPAGUETTIS (130 GR)	ARROZ AL PEREJIL (130 GR)	ARROZ AL CILANTRO (130 GR)	ARROZ AL PIMENTON (130 GR)	ARROZ CON AJONJOLI (130 GR)	ARROZ BLANCO (130 GR)
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	ALVERJA, ZANAHORIA, MAIZ Y MAYONESA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA AGRIDULCE	VERDURAS SALTEADAS	TAJADA DE AGUACATE	ZANAHORIA RALLADA CON LIMON Y CILANTRO
TUBERCULO O PLATANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA AL VAPOR	PLATANO MADURO COCIDO	PURE DE PAPA	PAPAS A LA FRANCESA	CHIPS DE YUCA	TAJADA DE PLATANO MADURO
SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE VERDURAS	CAZUELA DE ALVERJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACON	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE MARACUYA	COLADA DE HARINA DE PLATANO	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	PAN ROLLO			MAIZ PIRA	TORTA NEGRA	TORTA DE NARANJA
FRUTA	EN EL SORBETE	MANDARINA	FRESA PICADA	PAPAYA PICADA	MELON PICADO	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE RES AL PIMENTON	CARNE DE RES MECHADA BBQ	PECHUGA MECHADA	POLLO DORADO	CARNE DE RES AL CILANTRO	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AHUYAMA	EN LA SOPA	ENSALADA CAMPESINA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA	EN LA SOPA	VERDURA CALIENTE
TUBERCULO O PLATANO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CREMA	SIN SOPA	MAZAMORRA CHIQUITA	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS)	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SIN SOPA
BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE CON MIEL
REFRIGERIO NOCTURNO	CANDIL – PAN	BEBIDA HIPERCALORICA No. 3	ESPONJADO DE MORA – GALLETA WAFFER	LECHE TIBIA ROSCÓN	BEBIDA HIPERCALORICA No. 4	NATILLA GALLETA DE LECHE	GELATINA – GALLETA WAFFER

Elaborado por: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista Dietista PUJ - RP MND 07178

CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO LA MESA

BEBIDAS HIPERCALORICAS

BEBIDA HIPERCALORICA N0. 1	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 2**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 3**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 4**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 5**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 6**	**BEBIDA HIPERCALORICA N0. 7**
COLADA DE AHUYAMA Y GUAYABA (para dos porciones) Preparar un concentrado de guayaba: 2 guayabas en ½ pocillo de agua, licuar y colar Poner a cocinar la ahuyama con canela y licuar: 60 gramos de ahuyama en 500 cc de agua Unir las dos preparaciones y cocinar a fuego medio por 15 minutos, agregar azúcar Esta preparación se puede dar fría o caliente	SORBETE DE AVENA CON FRUTA (para dos porciones) Licuar un vaso de leche, un banano, 2 cucharadas de avena en hojuelas, 2 cucharadas de leche condensada y servir	BATIDO DE AGUACATE Y PLÁTANO (para dos porciones) Licuar un aguacate, un banano, 1 vaso de leche, 1 cucharada de azúcar	BATIDO DE PLATANO Y NUECES (para dos porciones) Licuar un banano, 70 gramos de nueces, 1 cucharadita de miel, 250 cc de leche de almendras o de soya	BATIDO DE FRESAS Y YOGURT (para dos porciones) Licuar 80 gr de fresas, 300 cc de yogurt, 2 cucharadas de avena	BATIDO DE CACAHUATE (para dos porciones) Licuar 1 banano, 1 cucharada de mantequilla de maní, una cucharada de maní, 250 cc de leche	BATIDO CON HELADO (para dos porciones) Licuar 80 gr de fruta (fresa, mora, guayaba, banano), 80 gr de helado de cualquier sabor, 250 cc de leche, servir frio

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PROTECCIÓN SOCIAL FORMATO DERIVACIÓN DE MENU	Código: FOR-PSS-206 Versión: 0 Fecha: Memo INT 2019026406 - 31/05/2019 Página: 1 de 1

convenio de asociación o contrato: Fundación Mesalud Convenio 7460	Nombre de la unidad operativa: Centro Comunidad de Cuidado La Mesa	TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: SEMIBLANDA	año: septiembre 2021

SEMANA 1								SEMANA 2								SEMANA 3								SEMANA 4							
PATRÓN/ DÍAS	1	2	3	4	5	6	7	PATRÓN/DÍAS	8	9	10	11	12	13	14	PATRÓN/ DÍAS	15	16	17	18	19	20	21	PATRÓN/ DÍAS	22	23	24	25	26	27	28
TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	CAFÉ	COLADA DE AVENA	TE	COLADA DE HARINA DE PLATANO	CHOCOLATE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE	LACTEO	COLADA DE AVENA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA	COLADA DE HARINA DE PLATANO	TE	AROMATICA	CAFÉ	CHOCOLATE	LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE	COLADA DE FECULA DE MAIZ	AROMATICA	TE	COLADA DE HARINA DE PLATANO	CAFÉ	LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE	CHOCOLATE	COLADA DE PLATANO CON MORA	CAFÉ	COLADA DE AVENA	TE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON CARNE (DESMECHADA EN EL CALDO)	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (DESMECHADA EN EL CALDO)	HUEVOS REVUELTOS	QUESO DOBLECREMA PICADO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	TAMAL (SIN HUESOS)	PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (DESMECHADA EN EL CALDO)	HUEVO EN TORTILLA	QUESO CAMPESINO PICADO	QUESO PICADO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE (DESMECHADA EN EL CALDO)	TAMAL (SIN HUESOS)	PROTEINA	HUEVOS PERICOS	CALDO DE PAPA CON PESCADO	QUESO Y JAMON PICADO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE (DESMECHADO EN EL CALDO)	HUEVOS REVUELTOS	TAMAL (SIN HUESOS)	PROTEINA	HUEVO TIBIO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA (DESMECHADA EN EL CALDO)	QUESO CAMPESINO PICADO	CALDO DE PAPA CON CARNE (DESMECHADO EN EL CALDO)	CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO EN TORTILLA	TAMAL (SIN HUESOS)
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (EN LA BEBIDA)	PAN HOJALDRADO (EN LA BEBIDA)	PAN BLANCO (EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO INTEGRAL (EN LA BEBIDA)	TOSTADA (EN LA BEBIDA)	PAN BLANCO (EN LA BEBIDA)	PAN ROLLO (EN LA BEBIDA)	CEREAL/ TUBERCULO	ALMOJABANA (EN LA BEBIDA)	ARROZ BLANCO	PAN BLANCO (EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO EN LA BEBIDA	TOSTADA (EN LA CHANGUA)	CROISSANT (EN LA BEBIDA)	PAN BLANCO (EN LA BEBIDA)	CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	PAN ROLLO (EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO EN LA BEBIDA	TOSTADA (EN LA CHANGUA)	MOGOLLA (EN LA BEBIDA)	PAN DE MAIZ (EN LA BEBIDA)	PAN ROLLO (EN LA BEBIDA)	CEREAL/ TUBERCULO	CROISSANT (EN LA BEBIDA)	ALMOJABANA (EN LA BEBIDA)	PAN ROLLO (EN LA BEBIDA)	PAN DE MAIZ (EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO INTEGRAL (EN LA BEBIDA)	PAN (EN LA BEBIDA)	PAN BLANDO (EN LA BEBIDA)
FRUTA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	COMPOTA DE BANANO	COMPOTA DE PATILLA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MANGO	FRUTA	COMPOTA DE GUAYABA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MANGO Y PIÑA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PATILLA	COMPOTA DE MANZANA	FRUTA	COMPOTA DE FRESA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE MANGO	COMPOTA DE BANANO	COMPOTA DE PERA CON CANELA	COMPOTA DE PATILLA	COMPOTA DE GUAYABA	FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	COMPOTA DE PIÑA	COMPOTA DE MANGO	EN LA COLADA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE BANANO
TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL (200 CC)	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ	SORBETE DE UVA	LACTEO	HELADO	SORBETE DE TOMATE DE ARBOL	BATIDO DE MORA, BANANO, AVENA EN HOJUELAS	SORBETE DE FEIJOA	SORBETE DE GUANABANA	TE EN LECHE	SORBETE DE MORA	LACTEO	HELADO	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL	SORBETE DE FRESA	CAFÉ	LECHE	SORBETE DE CURUBA	LACTEO	CHOCOLATE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE BANANO CON AVENA EN HOJUELAS	LECHE CALIENTE CON CANELA	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	SORBETE DE UVA
CEREAL	GALLETA WAFFER (EN EL SORBETE)		CROISSANT (EN EL SORBETE)	PAN DE QUESO (EN EL SORBETE)	TORTA NEGRA (LICUADA EN LA LECHE)	MANTECADA (EN EL SORBETE)		CEREAL	EN LA COMPOTA	PAN DE COCO (EN EL SORBETE)	MANTECADA (LICUADA EN EL SORBETE)	GALLETA CRACKER SABORIZADA (LICUADA EN EL SORBETE)	PAN DE MAIZ (EN EL TE)			CEREAL	EN LA COMPOTA	PAN DE MAIZ (EN EL SORBETE)	GALLETA WAFFER (EN EL SORBETE)	ALMOJABANA (LICUADA EN EL CAFE)	MOGOLLA (LICUADA EN LA LECHE)		CEREAL	PONQUE TAJADO (LICUADO EN EL CHOCOLATE)	PAN COCO (LICUADO EN EL SORBETE)		TORTILLA DE AVENA CON BANANO MUY BLANDA	ROSCON (LICUADO EN EL SORBETE)	GALLETA CRACKER (LICUADA EN EL SORBETE)	
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE FRESA	COMPOTA DE BANANO		FRUTA	COMPOTA DE FRESA CON AVENA	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MELÓN		FRUTA	COMPOTA DE MANGO CON AVENA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE GUAYABA		FRUTA	COMPOTA DE PERA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE FRESA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANGO	
TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CARNE DE RES GUISADA (MOLIDA)	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL (MOLIDA)	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA (MOLIDO)	POLLO EN SALSA BBQ (MOLIDO)	CARNE DE RES EN BISTECK (MOLIDA)	CARNE DE CERDO MECHADA (MOLIDA)	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA (MOLIDA)	PROTEINA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA (MOLIDO)	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA (MOLIDA)	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO (MOLIDA)	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES (MOLIDO)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS (MOLIDO)	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA (MOLIDA)	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA (MOLIDA)	PROTEINA	CARNE DERES MECHADA EN SALSA CRIOLLA (MOLIDA)	GOULASH DE CARNE DE RES (MOLIDA)	POLLO A LAS FINAS HIERBAS (MOLIDA)	ALBONDIGAS	FILETE DE PESCADO AL CILANTRO (MOLIDA)	CARNE DE CERDO GUISADA (MOLIDA)	CERDO Y RES EN EL COCIDO (MOLIDA)	PROTEINA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (MOLIDA)	PECHUGA MECHADA (MOLIDA)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA (MOLIDO)	FILETE DE PESCADO AL PIMENTON (MOLIDO)	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI (MOLIDA)	CARNE DE CERDO AL AJILLO (MOLIDA)	POLLO GUISADO (MOLIDA)
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ BLANCO	PASTA EN SALSA ROJA	ARROZ CON ZANAHORIA	CEREAL	ARROZ PAJARITO	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON COCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ ATOMATADO	SPAGUETTIS	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	CEREAL	ARROZ PAJARITO	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA	TORTILLA DE ESPINACA	CALABAZA GUISADA	CUBIOS GUISADOS	TORTILLA DE ACELGA	ENSALADA ROJA CON LIMON Y CILANTRO EN PURÉ	TORTA DE ZANAHORIA	VERDURA O ENSALADA	AGUACATE EN PURÉ	CALABACIN GUISADO	POTECA DE AHUYAMA	TORTILLITAS DE ZANAHORIA	TOTILLA DE ESPINACA	CALABAZA GUISADA	HABICHUELAS EN PURÉ	VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE ACELGA	PURÉ DE ALVERJA Y ZANAHORIA	POTECA DE AHUYAMA	PURÉ DE REMOLACHA	PURÉ DE ZANAHORIA	GUACAMOLE	COCIDO BOYACENSE (EN PURE)	VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA	TORTA DE ZANAHORIA	TORTILLA DE ACELGA	CALABACIN EN PURÉ	PURÉ DE HABICHUELA	GUACAMOLE	TORTILLA DE ESPINACA
TUBERCULO O PLATANO	PAPA EN SALSA CRIOLLA (EN PURÉ)	PURÉ DE PAPA	PAPA CRIOLLA GUISADA (EN PURÉ)	PURÉ DE ARRACACHA	PLATANO MADURO COCIDO (EN PURÉ)	PAPA EN CHUPE (EN PURÉ)	PURE DE PAPA CRIOLLA	TUBERCULO O PLATANO	PURÉ DE PAPA CRIOLLA	PLATANO MADURO COCIDO (EN PURÉ)	PAPA EN CHUPE (EN PURÉ)	PURE DE YUCA	TORTA DE PLATANO	PAPA AL PEREJIL (EN PURÉ)	YUCA COCIDA (EN PURÉ)	TUBERCULO O PLATANO	PAPA EN PURÉ	PAPA CRIOLLA (EN PURÉ)	PLATANO COCIDO EN PURÉ	TAJADA DE PLATANO EN PURÉ	PAPA CRIOLLA GUISADA (EN PURÉ)	PAPA AL VAPOR (EN PURÉ)		TUBERCULO O PLATANO	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL (EN PURÉ)	PAPA AL VAPOR (EN PURÉ)	PLATANO MADURO COCIDO (EN PURÉ)	PURE DE ARRACACHA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE YUCA	PLATANO COCIDO EN PURÉ
SOPA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PATACON	SOPA DE AVENA	SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	CAZUELA DE FRIJOLES	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA CARMELITA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE AVENA	SOPA DE MENUDENCIAS	SANCOCHITO DE PESCADO	CAZUELA DE LENTEJA		SOPA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE VERDURAS	CAZUELA DE ALVERJA VERDE SECA	SOPA DE AVENA	SOPA DE PATACON	SOPA DE CONCHITAS	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA	JUGO DE	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE LULO	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA	BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZUCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA	BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON GUAYABA	CHOCOLATE	CAFÉ	PETO DE MAIZ DULCE (LICUAR EL PETO)	COLADA DE AVENA CON BANANO	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MANGO	LACTEO	SORBETE DE FRESA	FLAN	SORBETE DE GUAYABA	ARROZ CON LECHE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	CANDIL	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ DULCE (LICUAR EL PETO)	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA	LACTEO	SORBETE DE MARACUYA	COLADA DE HARINA DE PLATANO	ARROZ CON LECHE	FLAN	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	PAN ROLLO (EN LA BEBIDA)	PAN BLANCO (EN LA BEBIDA)	MOGOLLA (EN LA BEBIDA)		TORTA DE NARANJA (EN LA BEBIDA)	GALLETAS DE LECHE (EN LA BEBIDA)	PAN BLANDO (EN LA BEBIDA)	CEREAL	CROISSANT (EN LA BEBIDA)		GALLETA DE AVENA (EN LA BEBIDA)		TORTA NEGRA (EN LA BEBIDA)	MOGOLLA (EN LA BEBIDA)	PAN DE QUESO (EN LA BEBIDA)	CEREAL	CROISSANT (EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO BLANCO INTEGRAL (EN LA BEBIDA)		TORTA DE BANANO (EN LA BEBIDA)	MANTECADA (EN LA BEBIDA)	ROSCON (EN LA BEBIDA)	PAN DE MAIZ (EN LA BEBIDA)	CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA (EN LA BEBIDA)	PAN ROLLO (EN LA BEBIDA)			PAN BLANCO (EN LA BEBIDA)	TORTA NEGRA (EN LA BEBIDA)	TORTA DE NARANJA (EN LA BEBIDA)
FRUTA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANGO	COMPOTA DE PERA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE PATILLA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE FRESA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MELÓN	EN LA COLADA	FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	COMPOTA DE PATILLA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE FRESA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE MELON	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA								TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS MOLIDA	POLLO DORADO MOLIDO	TERNERA GUISADA MOLIDA	GOULASH DE CARNE DE CERDO MOLIDO	FILETE DE PESCADO GUISADO MOLIDO	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES MOLIDO	PROTEINA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA MOLIDO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES AL CILANTRO MOLIDA	CARNE DE RES PICADA MOLIDA	POLLO A LA JARDINERA MOLIDO	CARNE DE CERDO BBQ MOLIDA	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS MOLIDA	PROTEINA	POLLO GUISADO MOLIDO	LENGUA EN SALSA MOLIDA	CARNE DE RES PICADA MOLIDA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA MOLIDO	CARNE DE CERDO MECHADA MOLIDA	CARNE DE RES AL CILANTRO MOLIDA	PECHUGA GRATINADA MOLIDA	PROTEINA	CARNE DE CERDO GUISADA MOLIDA	CARNE DE RES AL PIMENTON MOLIDA	CARNE DE RES MECHADA BBQ MOLIDA	PECHUGA MECHADA MOLIDA	POLLO DORADO MOLIDO	CARNE DE RES AL CILANTRO MOLIDA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA MOLIDO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	CALABAZA Y MAIZ GUISADOS EN PURÉ	EN LA SOPA	VERDURA MIXTA (ALVERJA, HABICHUELA Y PIMENTON) EN PURÉ	EN LA SOPA	TORTILLA DE VERDURAS	EN LA SOPA	VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS EN PURÉ	EN LA SOPA	TORTILLA DE ACELGA	EN LA SOPA	POTECA DE AHUYAMA	EN LA SOPA	POTECA DE ZANAHORIA	VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	TORTA DE ZANAHORIA	AGUACATE EN PURÉ	CALBAZA GUISADA EN PURÉ	EN LA SOPA	POTECA DE AHUYAMA CON ALVERJA VERDE	EN LA SOPA	VERDURA O ENSALADA	TORTA DE AHUYAMA	EN LA SOPA	TORTILLA DE ESPINACA	EN LA SOPA	CALABAZA GUISADA EN PURÉ	EN LA SOPA	VERDURA CALIENTE EN PURÉ
CEREAL O TUBERCULO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ PAJARITO	PURE DE PAPA	PLATANO COCICO EN PURÉ	TUBERCULO O PLATANO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ BLANCO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON AJONJOLI	TUBERCULO O PLATANO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ CON ESPINACA	SPAGUETTIS	ARROZ AL PEREJIL	TUBERCULO O PLATANO	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO	SPAGUETTIS	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CREMA	AJIACO	SIN SOPA	SOPA DE AHUYAMA	SIN SOPA	SOPA DE GUINEO	SIN SOPA	SOPA DE ARROZ	SOPA O CREMA	SIN SOPA	SOPA DE FIDEOS	SIN SOPA	SANCOCHITO	SIN SOPA	SOPA DE MAZORCA	SIN SOPA	SOPA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	SOPA CARMELITA	SIN SOPA	SOPA DE PATACON	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA O CREMA	SIN SOPA	MAZAMORRA CHQUITA	SIN SOPA	SOPA DE PASTA (LETRAS)	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SIN SOPA	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE CON MIEL	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA	BEBIDA DE FRUTA	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE CON MIEL

Elaborado por: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista Dietista PUJ - RP MND 07178

* NOTA: DEPENDIENDO DE LAS NECESIDADES DE LA PERSONA MAYOR, LICUAR LA SOPA PARA UNA MEJOR DEGLUCIÓN DE ESTA PREPARACIÓN.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL SERVICIO SOCIAL CENTROS DE PROTECCIÓN SOCIAL FORMATO DERIVACIÓN DE MENU	Código: FOR-PSS-206 Versión: 0 Fecha: Memo INT 20190226406 - 31/05/2019 Página: 1 de 1

convenio de asociación o contrato: Fundación Mesalud Convenio 7460	Nombre de la unidad operativa: Centro Comunidad de Cuidado La Mesa	TIPO DE MODIFICACION ALIMENTARIA: LIQUIDA COMPLETA	año: septiembre 2021

SEMANA 1							
PATRÓN/DÍAS	1	2	3	4	5	6	7
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	CAFÉ	COLADA DE AVENA	TE	COLADA DE HARINA DE PLATANO	CHOCOLATE	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE
PROTEINA	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVO TIBIO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO TIBIO	QUESO CAMPESINO LICUADO EN EL CHOOLATE	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON HUEVO	HUEVO TIBIO
CEREAL/ TUBERCULO	PAN DE MAIZ (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN HOJALDRADO (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN BLANCO (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO INTEGRAL (LICUADO EN LA BEBIDA)	TOSTADA (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN BLANCO (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN ROLLO (LICUADO EN LA BEBIDA)
FRUTA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	COMPOTA DE BANANO	COMPOTA DE PATILLA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MANGO
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA	BATIDO DE FRESA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL (200 CC)	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MORA	LECHE CALIENTE	CAFÉ	SORBETE DE UVA
CEREAL	GALLETA WAFFER (LICUADA EN EL SORBETE)		CROISSANT (LICUADA EN EL SORBETE)	PAN DE QUESO (LICUADA EN EL SORBETE)	TORTA NEGRA (LICUADA EN EL SORBETE)	MANTECADA (LICUADA EN EL SORBETE)	
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE FRESA	COMPOTA DE BANANO	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	SOPA DE CEBADA PERLADA LICUADA CON LA CARNE EL ARROZ, AHUYAMA Y LA PAPA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES LICUADA CON EL ARROZ Y LA PAPA	SOPA DE CONCHITAS LICUADA CON EL ARROZ, ZANAHORIA COCINADA, CARNE Y PAPA CRIOLLA	SOPA DE VERDURAS LICUADA CON EL ARROZ, EL POLLO Y LA ARRACACHA)	SOPA DE PAJARILLA LICUADA CON LA CARNE, EL ARROZ, ACELGA Y PAPA	CREMA DE AHUYAMA LICUADA CON LA CARNE, ARROZ Y LA PAPA	SOPA DE AVENA LICUADA CON LA PECHUGA, EL AREOS, ZANAHORIA COCIDA Y PAPA CRIOLLA
CEREAL							
VERDURA O ENSALADA							
TUBERCULO O PLATANO							
SOPA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA	JUGO DE	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON GUAYABA	CHOCOLATE	CAFÉ	PETO DE MAIZ DULCE (LICUAR EL PETO)	COLADA DE AVENA CON BANANO	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MANGO
CEREAL	PAN ROLLO (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN BLANCO (LICUADO EN LA BEBIDA)	MOGOLLA(LICUADO EN LA BEBIDA)		TORTA DE NARANJA(LICUADO EN LA BEBIDA)	GALLETAS DE LECHE(LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN BLANDO (LICUADO EN LA BEBIDA)
FRUTA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANGO	COMPOTA DE PERA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	AJIACO LICUADO CON LA PECHUGA Y EL ARROZ	CREMA DE ZANAHORIA LICUADA CON LA CARNE Y EL ARROZ	SOPA DE AHUYAMA LICUADA CON EL POLLO Y EL ARROZ	CREMA DE ESPINACA LICUADA CON LA CARNE Y EL ARROZ	SOPA DE GUINEO LICUADA CON LA CARNE Y EL ARROZ	CREMA DE VERDURAS LICUADA CON CARNE Y LA PAPA	SOPA DE ARROZ LICUADA CON LA CARNE Y PAPA
VERDURA O ENSALADA							
CEREAL O TUBERCULO							
SOPA O CREMA							
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	LECHE CALIENTE CON MIEL	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	LECHE CALIENTE CON CANELA
REFRIGERIO NOCTURNO	CAFÉ - MANTECADA	BEBIDA HIPERCALORICA No. 1	YOGURT –	MAIZENA	BEBIDA HIPERCALORICA No. 2	AVENA	BEBIDA HIPERCALORICA No. 3

SEMANA 2							
PATRÓN/DÍAS	8	9	10	11	12	13	14
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE AVENA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA	COLADA DE HARINA DE PLATANO	TE	AROMATICA	CAFÉ	CHOCOLATE
PROTEINA	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO TIBIO	QUESO CAMPESINO LICUADO EN LA COLADA	QUESO LICUADO EN EL TE	LICUADO DE CHANGUA CON HUEVO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVO TIBIO
CEREAL/ TUBERCULO	ALMOJABANA (LICUADO EN LA BEBIDA)	ARROZ BLANCO	PAN BLANCO (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO (LICUADO EN LA BEBIDA)	TOSTADA (LICUADO EN LA BEBIDA)	CROISSANT (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN BLANCO (LICUADO EN LA BEBIDA)
FRUTA	COMPOTA DE GUAYABA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MANGO Y PIÑA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PATILLA	COMPOTA DE MANZANA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	HELADO	SORBETE DE TOMATE DE ARBOL	BATIDO DE MORA, BANANO, AVENA EN HOJUELAS	SORBETE DE FEIJOA	SORBETE DE GUANABANA	TE EN LECHE	
CEREAL	EN LA COMPOTA	PAN DE COCO (LICUADA EN EL SORBETE)		MANTECADA (LICUADA EN EL SORBETE)	GALLETA CRACKER SABORIZADA (LICUADA EN EL SORBETE)	PAN DE MAIZ (LICUADA EN EL SORBETE)	SORBETE DE MORA
FRUTA	COMPOTA DE FRESA CON AVENA	EN EL SORBETE	EN EL BATIDO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MELÓN	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CREMA DE VERDURAS LICUADA CON ARROZ, CARNE Y PAPA CRIOLLA	CAZUELA DE FRIJOLES LICUADA CON LA CARNE Y EL ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO LICUADA CON LA CARNE, EL ARROZ, AHUYAMA Y PAPA	SOPA CARMELITA LICUADA CON EL POLLO, ARROZ, ZANAHORIA COCIDA Y YUCA	SOPA DE CEBADA PERLADA LICUADA CON PEHUGA, ARROZ BLANCO, ESPINACA COCIDA Y PAPA	SOPA DE ARROZ LICUADA CON LA SOBREBARRIGA, ARROZ, AHUYAMA Y PAPA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ LICUADA CON LA CARNE, ARROZ, HABICHUELAS Y YUCA
CEREAL							
VERDURA O ENSALADA							
TUBERCULO PLATANO							
SOPA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	LIMONADA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE LULO	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE FRESA	FLAN LICUADO	SORBETE DE GUAYABA	ARROZ CON LECHE LICUADO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	CANDIL	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
CEREAL	CROISSANT (LICUADO EN LA BEBIDA)		GALLETA DE AVENA(LICUADO EN LA BEBIDA)		TORTA NEGRA (LICUADO EN LA BEBIDA)	MOGOLLA(LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN DE QUESO (LICUADO EN LA BEBIDA)
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE PATILLA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE FRESA	EN LA COLADA	COMPOTA DE MELÓN	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CREMA DE ZANAHORIA LICUADA CON PECHUGA Y ARROZ	SOPA DE FIDEOS LICUADA CON LA PECHUGA Y EL ARROZ	CREMA DE AHUYAMA LICUADA CON LA CARNE, LA ACELGA Y ARROZ	SANCOCHITO LICUADO CON LA CARNE Y EL ARROZ	CREMA DE VERDURAS LICUADA CON EL POLLO Y EL ARROZ	SOPA DE MAZORCA LICUADA CON LA CARNE Y EL ARROZ	SOPA DE ARROZ LICUADA CON LA CARNE, ZANAHORIA COCIDA Y EL ARROZ
VERDURA O ENSALADA							
TUBERCULO PLATANO							
SOPA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA	TE EN LECHE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AGUA DE PANELA EN LECHE
REFRIGERIO NOCTURNO	BEBIDA HIPERCALORICA No. 4	CANDIL	YOGURT	BEBIDA HIPERCALORICA No. 5	AVENA	COLADA DE MAIZENA	BEBIDA HIPERCALORICA No. 6

SEMANA 3							
PATRÓN/ DÍAS	15	16	17	18	19	20	21
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE	COLADA DE FECULA DE MAIZ	AROMATICA	TE	COLADA DE HARINA DE PLATANO	CAFÉ
PROTEINA	HUEVO TIBIO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PESCADO	QUESO LICUADO EN LA BEBIDA	LICUADO DE CHANGUA CON HUEVO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVO TIBIO	HUEVO TIBIO
CEREAL/ TUBERCULO	ARROZ BLANCO	PAN ROLLO (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO (LICUADO EN LA BEBIDA)	TOSTADA (LICUADA EN LA BEBIDA)	MOGOLLA (LICUADA EN LA BEBIDA)	PAN DE MAIZ (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN ROLLO (LICUADO EN LA BEBIDA)
FRUTA	COMPOTA DE FRESA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE MANGO	COMPOTA DE BANANO	COMPOTA DE PERA CON CANELA	COMPOTA DE PATILLA	COMPOTA DE GUAYABA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	HELADO	SORBETE DE MARACUYA	BATIDO DE GUANABANA CON AVENA EN HOJUELAS Y MIEL	SORBETE DE FRESA	CAFÉ	LECHE	SORBETE DE CURUBA
CEREAL	EN LA COMPOTA	PAN DE MAIZ (LICUADA EN EL SORBETE)		GALLETA WAFFER (LICUADA EN EL SORBETE)	ALMOJABANA (LICUADA EN EL SORBETE)	MOGOLLA (LICUADA EN LA LECHE)	
FRUTA	COMPOTA DE MANGO CON AVENA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE GUAYABA	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	SOPA DE VERDURAS LICUADA CON CARNE, ARROZ, ACELGA Y PAPA	SOPA DE CONCHITAS LICUADA CON LA CARNE, ARROZ, ALVERJA, ZANAHORIA Y PAPA CRIOLLA	SOPA DE AVENA LICUADA CON EL POLLO, ARROZ, AHUYAMA Y PAPA	SOPA DE MENUDENCIAS LICUADA CON ARROZ Y PAPA	SANCOCHITO DE PESCADO LICUADO CON PAPA Y YUCA Y EL PESCADO	CAZUELA DE LENTEJA LICUADA CON CARNE, ARROZ, AHUYAMA Y PAPA	CREMA DE VERDURAS LICUADA CON PAPA Y POLLO
CEREAL							
VERDURA O ENSALADA							
TUBERCULO O PLATANO							
SOPA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	JUGO DE UVA	JUGO DE LULO	JUGO DE CURUBA	LIMONADA CON AZUCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MORA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE CURUBA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	PETO DE MAIZ DULCE (LICUAR EL PETO)	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE MANGO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	CROISSANT (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO BLANCO INTEGRAL (LICUADO EN LA BEBIDA)		TORTA DE BANANO (LICUADO EN LA BEBIDA)	MANTECADA(LICUADO EN LA BEBIDA)	ROSCON (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN DE MAIZ (LICUADO EN LA BEBIDA)
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	COMPOTA DE PATILLA	EN LA COLADA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	SOPA DE ARRACACHA LICUADA CON EL POLLO Y EL ARROZ	CREMA DE ZANAHORIA LICUADA CON LA LENGUA Y EL ARROZ	SOPA CARMELITA LICUADA CON LA CARNE, AHUYAMA Y ARROZ	CREMA DE AHUYAMA LICUADA CON PECHUGA Y ARROZ	SOPA DE PATACON LICUADA CON LA CARNE Y EL ARROZ	CREMA DE CEBOLLA LICUADA CON LA CARNE, AHUYAMA Y ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ LICUADA CON LA PECHUGA, Y EL ARROZ
VERDURA O ENSALADA							
TUBERCULO O PLATANO							
SOPA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMON	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	LECHE CALIENTE CON MIEL
REFRIGERIO NOCTURNO	AVENA	BEBIDA HIPERCALORICA No. 7	MAIZENA	FLAN LICUADO	BEBIDA HIPERCALORICA No. 1	LECHE	BEBIDA HIPERCALORICA No. 2

SEMANA 4							
PATRÓN/ DÍAS	22	23	24	25	26	27	28
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	COLADA DE FECULA DE MAIZ	LECHE	CHOCOLATE	COLADA DE HARINA DE PLATANO CON MORA	CAFÉ	COLADA DE AVENA	CANDIL
PROTEINA	HUEVO TIBIO	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PECHUGA	QUESO CAMPESINO PICADO (LICUADO EN EL CHOCOLATE)	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON CARNE	LICUADO DE CALDO DE PAPA CON PESCADO	HUEVO TIBIO	HUEVO (EN EL CANDIL)
CEREAL/ TUBERCULO	CROISSANT (LICUADO EN LA BEBIDA)	ALMOJABANA (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN ROLLO (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN DE MAIZ (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN TAJADO INTEGRAL (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN BLANDO (LICUADO EN LA BEBIDA)
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA CON CANELA	COMPOTA DE PIÑA	COMPOTA DE MANGO	EN LA COLADA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE PERA	COMPOTA DE BANANO
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	CHOCOLATE	SORBETE DE MORA	BATIDO DE BANANO CON AVENA EN HOJUELAS	LECHE CALIENTE CON CANELA	SORBETE DE CURUBA	KUMIS	
CEREAL	PONQUE TAJADO (LICUADO EN EL CHOCOLATE)	PAN COCO (LICUADO EN EL SORBETE)		TORTILLA DE AVENA CON BANANO (LICUADA EN LA LECHE)	ROSCON (LICUADO EN EL SORBETE)	GALLETA CRACKER (LICUADA EN EL SORBETE)	SORBETE DE UVA
FRUTA	COMPOTA DE PERA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	COMPOTA DE FRESA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANGO	
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO LICUADA CON ARNE, ARROZ BLANCO, AHUYAMA Y PAPA	SOPA DE VERDURAS LICUADA CON LA PECHUGA, ARROZ BLANCO, ZANAHORIA COCIDA Y PAPA	CAZUELA DE ALVERJA VERDE SECA LICUADA CON LA CARNE, ARROZ Y AHUYAMA	SOPA DE AVENA LICUADA CON CARNE, ARROZ, ZANAHORIA COCIDA Y PAPA	SOPA DE PATACON LICUADA CON CARNE, ARROZ, ZANAHORIA COCIDA Y PAPA	SOPA DE CONCHITAS LICUADA CON LA CARNE, ARROZ, AHUYAMA Y PAPA	AJIACO LICUADO CON CON EL POLLO, EL ARROZ, ESPINACA, COCIDA Y LA PAPA
CEREAL							
VERDURA O ENSALADA							
TUBERCULO O PLATANO							
SOPA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA	JUGO DE FEIJOA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA
TIEMPO DE COMIDA							
LACTEO	SORBETE DE MARACUYA	COLADA DE HARINA DE PLATANO	ARROZ CON LECHE LICUADO	FLAN LICUADO	CANDIL	SORBETE DE CURUBA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA (LICUADO EN LA BEBIDA)	PAN ROLLO (LICUADO EN LA BEBIDA)			PAN BLANCO (LICUADO EN LA BEBIDA)	TORTA NEGRA (LICUADO EN LA BEBIDA)	TORTA DE NARANJA (LICUADO EN LA BEBIDA)
FRUTA	EN EL SORBETE	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE FRESA	COMPOTA DE PAPAYA	COMPOTA DE MELÓN	EN EL SORBETE	EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA							
PROTEINA	CREMA DE AHUYAMA LICUADA CON LA CARNE Y EL ARROZ	MAZAMORRA CHIQUITA LICUADA CON LA CARNE Y EL ARROZ	CREMA DE ESPINACA LICUADA CON LA CARNE Y EL ARROZ	SOPA DE PASTA LICUADA CON LA PECHUGA Y EL ARROZ	CREMA DE ZANAHORIA LICUADA CON EL POLLO Y EL ARROZ	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO LICUADA CON LA CARNE Y ARROZ	CREMA DE VERDURAS LICUADA CON PECHUGA Y ARROZ
VERDURA O ENSALADA							
TUBERCULO O PLATANO							
SOPA O CREMA							
BEBIDA DE FRUTA	LECHE CALIENTE CON CANELA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL (150 CC)	TE EN LECHE (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA (150 CC)	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO (150 CC)	LECHE CALIENTE CON MIEL (150 CC)
REFRIGERIO NOCTURNO	CANDIL	BEBIDA HIPERCALORICA No. 3	AVENA	LECHE TIBIA	BEBIDA HIPERCALORICA No. 4	MAIZENA	CAFÉ

Elaborado por: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista Dietista PUJ - RP MND 07178