

GRAMAJES CICLO DE MENÚS: COMPLEMENTO MODALIDAD INDUSTRIALIZADA – 2026.2

MENÚ 1						
Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Avena	180 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Torta de vainilla con chips de chocolate	30 g	40 g	60 g	70 g	90 g
Fruta o postre	Mango	105 g	105 g	132 g	170 g	184 g

MENÚ 2						
Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Kumis	180 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Torta de banano	30 g	30 g	40 g	60 g	70 g
Fruta o postre	Maní	10 g	10 g	20 g	20 g	30 g

MENÚ 3						
Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Yogurt	150 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Galleta de avena	30 g	30 g	50 g	70 g	90 g
Fruta o postre	Durazno	106 g	129 g	141 g	176 g	176 g

Nutricionista dietista que elabora menús	Astrid Stefanny Gil Barrera MND 07370	Fecha de elaboración: mayo a octubre de 2025 Fecha modificaciones: febrero - abril de 2026
---	---------------------------------------	---

MENÚ 4						
Componente	Preparación	PESO SERVIDO POR NIVEL				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Colada nutricional	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Liberal	40 g	60 g	80 g	100 g	100 g
Fruta o postre	Pera	140 g	165 g	165 g	176 g	188 g

MENÚ 5						
Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Queso	40 g	50 g	50 g	70 g	80 g
Cereal acompañante	Pan blandito	50 g	60 g	80 g	90 g	90 g
Fruta o postre	Dulce de leche (rollito azucarado)	15 g	1 g	20g	20 g	25 g

MENÚ 6						
Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Leche saborizada de arequipe	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Mojicón	30 g	50 g	60 g	80 g	100 g
Fruta o postre	Naranja	100 g	118 g	163 g	175 g	200 g

Nutricionista dietista que elabora menús	Astrid Stefanny Gil Barrera MND 07370	Fecha de elaboración: mayo a octubre de 2025 Fecha modificaciones: febrero - abril de 2026
--	---------------------------------------	---

MENÚ 7

Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Leche entera	180 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Galleta de maíz	40 g	50 g	50 g	70 g	90 g
Fruta o postre	Bocadillo de guayaba con manjar blanco	15 g	20 g	20 g	30 g	30 g

MENÚ 8

Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Yogurt	180 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Ponqué cubierto de chocolate	20 g	20 g	40 g	50 g	60 g
Fruta o postre	Fruta de cosecha (feijoa, gulupa, zapote, ciruela, banano)	100 g	126 g	137 g	147 g	189 g

MENÚ 9

Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Avena	180 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Brownie	30 g	40 g	50 g	60 g	80 g
Fruta o postre	Mezcla de frutos secos	15 g	15 g	15 g	15 g	20 g

Nutricionista dietista que elabora menús

Astrid Stefanny Gil Barrera MND 07370

Fecha de elaboración: mayo a octubre de 2025

Fecha modificaciones: febrero - abril de 2026

MENÚ 10

Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Colada nutricional	180 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Brazo de reina	40 g	50 g	70 g	90 g	90 g
Fruta o postre	Manzana	106 g	141 g	153 g	180 g	190 g

MENÚ 11

Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Yogurt	200 g	200 g	200 g	200 g	200 g
Cereal acompañante	Torta de queso	30 g	30 g	40 g	60 g	70 g
Fruta o postre	Pera	140 g	165 g	165 g	180g	235 g

MENÚ 12

Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Colada nutricional	200 g	200 g	200 g	200 g	200 g
Cereal acompañante	Hojaldra	30 g	40 g	50 g	60 g	80 g
Fruta o postre	Banano bocadillo	100 g	100 g	100 g	114 g	129 g

Nutricionista dietista que elabora menús

Astrid Stefanny Gil Barrera MND 07370

Fecha de elaboración: mayo a octubre de 2025

Fecha modificaciones: febrero - abril de 2026

MENÚ 13

Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Leche saborizada de vainilla	180 g	200 g	200 g	200 g	200 g
Cereal acompañante	Torta de naranja	30 g	40 g	50 g	50 g	60 g
Fruta o postre	Maní confitado	15 g	15 g	15 g	20 g	20 g

MENÚ 14

Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Kumis	180 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
Cereal acompañante	Palito de queso	30 g	30 g	40 g	60 g	70 g
Fruta o postre	Mandarina	100 g	100 g	129 g	141 g	153 g

MENÚ 15

Componente	Preparación	Peso servido por nivel				
		Preescolar/ educación inicial (3 a 5 años)	Primaria I: primero, Segundo y tercero	Primaria II: cuarto y quinto	Secundaria	Media y ciclo complementario
Leche y productos lácteos	Queso	40 g	50 g	50 g	70 g	80 g
Cereal acompañante	Pan hojaldrado	40 g	50 g	70 g	90 g	90 g
Fruta o postre	Bocadillo de guayaba	15 g	20 g	25 g	25 g	30 g

Nutricionista dietista que elabora menús

Astrid Stefanny Gil Barrera MND 07370

Fecha de elaboración: mayo a octubre de 2025
Fecha modificaciones: febrero - abril de 2026