La educación es de todos | Mineducación | PAE

PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

OPERADOR:						
DEPARTAMENTO	SANTANDER			MUNICPIO	82 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN	
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X	INDÍGENA			
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA					
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	INSTITUCIONES EDUCATIVAS OFICIALES PRIORIZADAS DE LOS 82 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN					

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA (LÁCTEOS)	JUGO DE FRUTA DE COSECHA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AVENA CON LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO		PECHUGA DE POLLO CON PIÑA		CARNE DE CERDO EN SALSA DE NARANJA	QUESO
CEREAL ACOMPAÑANTE	CHURROS CON BOCADILLO Y QUESO	PAPA DORADA	CROQUETA DE PLATANO MADURO	AREPA QUE MAIZ BLANCO	PAN CASCARITA
FRUTA	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	-	FRUTA DE COSECHA EN PORCION		-
AGUA	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA (LÁCTEOS)	JUGO DE FRUTA DE COSECHA CON LECHE	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES EN JULIANAS	-		HUEVO REVUELTO	PECHUGA DE POLLO CON SALSA DE MANDARINA CASERA
CEREAL ACOMPAÑANTE	PLATANO MADURO COCIDO	PALITOS DE HARINA DE MAIZ	AREPA DE MAIZ CON QUESO RALLADO	AREPA BLANCA	PAPA AL PEREJIL
FRUTA		FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION		
AGUA	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA (LÁCTEOS)	AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AVENA CON LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	HUEVO COCIDO	-	-	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA BLANCA	AREPA DE PLATANO MADURO	FRITA DE HARINA DE TRIGO	DEDITOS DE YUCA	AREPA QUE MAIZ BLANCO
FRUTA	-	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION		
AGUA	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA (LÁCTEOS)	AGUA DE PANELA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AVENA CON LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES A LA PLANCHA NAPOLITANA		-	PECHUGA A LA PLANCHA	HUEVO EN TORTILLA
CEREAL ACOMPAÑANTE	BOLITAS DE YUCA	AREPA DE MAIZ CON QUESO RALLADO	ROLLITO DE HARINA DE MAIZ	PAN BLANCO	AREPA BLANCA
FRUTA	-	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION		-
AGUA	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		LAURA MARCELA COTTE OLIVEROS	
FIRMA	Laura Cotte	MATRÍCULA PROFESIONAL	TP: 06888

PORCION SERVIDA						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA - JORNADA TARDE						
COMPONENTE	GRUPO ALIMENTARIO	PRESCOLAR	PRIMARIA 1°,2° y 3°	PRIMARIA 4° Y 5°	SECUNDARIA 6°, 7°, 8° Y 9°	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO 10° Y 11°
		PESO SERVIDO	PESO SERVIDO	PESO SERVIDO	PESO SERVIDO	PESO SERVIDO
MENÚ 1	Jugo de de fruta de cosecha con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Churros con bocadillo y queso gr	28	41	62	76	100
	Fruta de cosecha en porcion * (peso neto)	80	110	110	130	135
MENU 2	Agua de panela con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Pechuga de pollo Hawaiana gr	36	45	64	82	96
	Papa dorada gr	30	40	50	82	140
MENÚ 3	Avena con leche	200 cc	200 cc	200 cc	220	220
	Croquetas de plátano maduro gr	44	75	118	158	204
	Fruta de cosecha en porcion * (peso neto)	80	110	110	130	135
MENÚ 4	Jugo de de fruta de cosecha con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Carne de cerdo en salsa de naranja gr	34	44	61	78	86
	Arepa de maíz blanco gr	16	27	35	45	60
MENÚ 5	Chocolate con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Queso gr	10	25	35	40	45
	Pan Cascarita gr	35	40	55	80	100
MENÚ 6	Jugo de de fruta de cosecha con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Carne de res en julianas gr	38	48	74	94	103
	Plátano maduro cocido gr	40	40	85	100	145
MENÚ 7	Avena en leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Palitos de harina de maíz gr	25	35	55	70	95
	Fruta de cosecha en porcion * (peso neto)	80	110	110	130	135
MENÚ 8	Chocolate con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Arepa de maiz con queso rallado	29	38	58	76	100
	Fruta de cosecha en porcion * (peso neto)	80	110	110	130	135
MENÚ 9	Agua de panela con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Huevo revuelto gr	50	50	50	50	50
	Arepa Blanca	20	40	50	80	100
MENÚ 10	Jugo de de fruta de cosecha con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Pechuga de pollo con salsa de mandarina casera gr	33	41	60	72	82
	Papa al perejil gr	40	55	90	120	145

MENÚ 11	Avena con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Huevo cocido gr	50	50	50	50	50
	Arepa Blanca gr	20	40	50	75	95
MENÚ 12	Chocolate con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Arepa de plátano maduro gr	53	83	124	163	216
	Fruta de cosecha en porcion * (peso neto)	80	110	110	130	135
MENÚ 13	Avena con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Frita de harina de trigo gr	24	34	49	77	97
	Fruta de cosecha en porcion * (peso neto)	80	110	110	130	135
MENÚ 14	Jugo de de fruta de cosecha con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Carne de cerdo a la plancha gr	30	38	53	68	76
	Deditos de yuca gr	50	75	106	136	182
MENÚ 15	Agua de panela con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Pechuga de pollo con queso gr	25	31	44	57	63
	Arepa de maíz blanco gr	32	50	63	80	95
MENÚ 16	Agua de panela con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Carne de res a la plancha napolitana	39	46	60	73	80
	Bolitas de yuca	58	83	104	138	189
MENÚ 17	Chocolate con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Arepa de maíz con queso rallado gr	29	38	58	76	100
	Fruta de cosecha en porcion * (peso neto)	80	110	110	130	135
MENÚ 18	Avena con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Rollito de harina de maiz gr	25	35	55	70	95
	Fruta de cosecha en porcion * (peso neto)	80	110	110	130	135
MENÚ 19	Jugo de de fruta de cosecha con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Pechuga en cubos gr	25	31	44	57	63
	Pan cascaritagr	40	50	70	80	110
MENÚ 20	Agua de panela con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Huevo en tortilla	50	50	50	50	50
	Arepa Blanca	20	40	50	80	100

Se consultaron las versiones de la guía de metrología del ICBF:
Versión 3 (2017: páginas 24 a 26 y 47 a 48)
Versión 5 (2020: páginas 28 a 30 y 48 a 51)
Versión 7 (2023: pag 36-37 y 58-61)
Versión 8 (2025: pag 34-35 y 54-55)

Nota: *Para la fruta de cosecha se tendra en cuenta el peso Bruto teniendo en cuenta la fruta de cosecha ofertada por el operador.

Laura Cotte

LAURA MARCELA COTTE OLIVEROS

F1.4 FORMATO PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS ALMUERZO PREPARADO EN SITIO						
OPERADOR:						
DEPARTAMENTO	SANTANDER			MUNICPIO	82 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN	
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X	INDÍGENA			
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA					
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	INSTITUCIONES EDUCATIVAS OFICIALES DE LOS 82 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN					

SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES DESMECHADA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	CARNE A LA PLANCHA	HUEVO COCIDO	PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE NARANJA
LEGUMINOSAS SECAS	-	-	FRIJOLES GUISADOS	LENTEJAS GUISADAS	-
CEREAL	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS EN SALSA ROJA CASERA CON QUESO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ PALITO
TUBERCULOS - RAICES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PLATANO MADURO COCIDO CON QUESO	YUCA FRITA	AREPA DE MAIZ BLANCO	PURE DE PAPA CON QUESO	PAPA EN SALSA CASERA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, MANZANA Y TOMATE	ENSALADA AGRIDULCE (REPOLLO, LECHUGA, PIÑA,MANZANA, QUESO, MANGO, UVA DESHIDRATADA)	ENSALADA TRICOLOR (TOMATE, CEBOLLA, REPOLLO)	TOMATE EN CASQUITOS	ENSALADA VERDE (LECHUGA, REPOLLO, PEPINO, TOMATE, CEBOLLA Y NARANJA).
FRUTA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA
LÁCTEO	EN EL TUBERCULO	EN EL CEREAL	-	EN EL CEREAL	
AGUA	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO

SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES GUISADA	PECHUGA DE POLLO EN CUADROS	HUEVO FRITO	PECHUGA APANADA	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA
LEGUMINOSAS SECAS	-	-	ARVEJAS GUISADAS		FRIJOLES GUISADOS
CEREAL	ESPAGUETTIS EN SALSA	ARROZ PALITO	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA
TUBERCULOS - RAICES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA FRITA	CROQUETAS DE VERDURAS CON QUESO Y PAPA	PURE DE PAPA CON QUESO	MADURO COCIDO	AREPA DE MAIZ BLANCO
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA CON PIÑA		ENSALDA PICO DE GALLO	TORTILLA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA
FRUTA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA CON LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA
LÁCTEO	-	EN LA VERDURA	EN EL TUBERCULO	EN LA BEBIDA	
AGUA	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO

SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES A LA PLANCHA NAPOLITANA	HUEVO EN TORTILLA	PECHUGA GUISADA	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA EN SALSA CRIOLLA CASERA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
LEGUMINOSAS SECAS	-	FRIJOLES GUISADOS	-	ARVEJAS GUISADAS	-
CEREAL	ARROZ PALITO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PIMENTON	ESPAGUETTIS EN SALSA ROJA (CASERA)
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PATACONES	DEDITO DE HARINA DE MAIZ	MADURO FRITO CON QUESO RALLADO	AREPA DE MAIZ BLANCO	PURE DE PAPA CON QUESO
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GUISO DE VERDURAS	TOMATE EN CASQUITOS CON LECHUGA Y MANGO	PIQUE (TOMATE, CEBOLLA CABEZONA, CILANTRO Y LIMON)	ENSALADA TRADICIONAL (TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y PEPINO)	ENSALADA CON PIÑA
FRUTA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA CON LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA
LÁCTEO		-	EN EL ALIMENTO PROTEICO		EN EL TUBERCULO
AGUA	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO

SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE DE RES EN JULIANAS	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA	PECHUGA DE POLLO CON SALSA CRIOLLA CASERA	HUEVO REVUELTO	PECHUGA A LA PLANCHA
LEGUMINOSAS SECAS	LENTEJAS GUISADAS	-	-	FRIJOLES GUISADOS	-
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON MADURITO	ARROZ PALITO	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS EN SALSA
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PURE DE MADURO CON QUESO	YUCA AL VAPOR	AREPA DE MAIZ BLANCO	PURE DE PAPA CON QUESO	DEDITO DE HARINA DE MAIZ
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA Y MANGO.	VERDURA SALTEADA A LA NARANJA (TOMATE, PIMENTÓN, CABEZONA, JUGO DE NARANJA, AJO)	ENSALADA DE ZANAHORIA Y PEPINO	ENSALADA FRESCA (REPOLLO, ZANAHORIA, TOMATE Y LIMON)	ENSALADA CON PIÑA
FRUTA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA CON LECHE	JUGO DE FRUTA DE COSECHA	JUGO DE FRUTA DE COSECHA
LÁCTEO	EN EL TUBERCULO			EN EL TUBERCULO	-
AGUA	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO	AGUA APTA PARA EL CONSUMO HUMANO

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS		LAURA MARCELA COTTE OLIVEROS	
FIRMA	Laura Cotte	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 06888
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REVISA POR PARTE DE LA ETC LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS		LAURA MARCELA COTTE OLIVEROS	
FIRMA	Laura Cotte	MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 06888

PORCION SERVIDA						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO ALMUERZO PREPARADO EN SITIO						
COMPONENTE	GRUPO ALIMENTARIO	PRESCOLAR	PRIMARIA 1°,2° y 3°	PRIMARIA 4° Y 5°	SECUNDARIA 6°, 7°, 8° Y 9°	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO 10° Y 11°
		PESO SERVIDO G1	PESO SERVIDO G2	PESO SERVIDO G3	PESO SERVIDO 64	PESO SERVIDO G5
MENÚ 1	Carne de res desmechada gr	36	40	45	53	63
	Arroz Blanco gr	55	71	92	129	143
	Plátano maduro cocido con queso gr	72	80	105	120	150
	Ensalada de Zanahoria rallada con manzana y tomate gr	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENU 2	Pechuga de pollo a la plancha gr	24	28	31	40	47
	Espaguettis en salsa roja casera con queso gr	76	106	131	170	181
	Yuca frita gr	40	70	70	80	140
	Ensalada agridulce (Repollo, Lechuga, Piña,Manzana, Queso, Mango, Uva Deshidratada)	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 3	Carne Cerdo a la plancha	35	41	47	59	71
	Frijoles guisados	15	21	42	62	97
	Arroz al perejil	55	71	92	129	143
	Arepa de maíz blanco	62	62	62	82	82
	Ensalada Tricolor (Tomate, cebolla, repollo)	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 4	Huevo cocido	50	50	50	50	50
	Lentejas guisadas	13	20	42	62	100
	Arroz al pimentón	55	71	92	129	143
	Puré de papa con queso	64	80	105	122	158
	Tomate en casquitos	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 5	Pechuga de pollo en salsa de naranja	29	33	40	49	55
	Arroz palito	55	71	92	129	143
	papa en salsa casera	62	70	95	110	140
	Ensalada verde(lechuga, repollo, pepino, tomate, cebolla y naranja)	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc

MENÚ 6	Carne de res guisada	27	31	36	44	54
	Espaguettis en salsa	71	102	126	165	176
	Papa frita	62	70	95	110	140
	Ensalada con piña	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 7	Pechuga de pollo en cuadros	24	28	31	43	52
	Arroz palito	60	76	97	134	148
	Croquetas de verduras con queso y papa	133	145	185	205	255
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 8	Huevo frito	50	50	50	50	50
	Arvejas guisadas	15	23	45	64	100
	Arroz con pimentón	55	71	92	129	143
	Pure de papa con queso	67	78	115	130	160
	Ensalada pico de gallo	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 9	Pechuga apanada gr	30	34	38	46	62
	Arroz Blanco gr	55	71	92	129	143
	Maduro cocido gr	62	70	95	110	140
	Tortilla de zanahoria	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 10	Carne de cerdo a la plancha	35	41	47	58	70
	frijoles guisados	15	22	43	63	97
	Arroz con zanahoria	55	70	90	129	143
	Arepa de maíz blanco	52	63	80	100	125
	Ensalada de tomate y cebolla	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc

MENÚ 11	Carne de res a la plancha napolitana	32	38	43	54	65
	Arroz palito	55	70	90	129	143
	Patacones	57	65	85	100	135
	Guiso de verduras	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 12	Huevo en tortilla	50	50	50	50	50
	Frijoles Guisados	15	22	43	63	97
	Arroz al perejil	55	70	90	129	143
	Deditos de harina de maiz	57	67	82	102	127
	Tomate en casquitos con lechuga y mango	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 13	Pechuga guisada	24	28	35	40	47
	Arroz Blanco gr	55	70	90	129	143
	Maduro frito con queso rallado	67	75	105	122	155
	Pique	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 14	Carne de cerdo a la plancha en salsa criolla casera	36	42	48	59	71
	Arvejas guisadas	15	23	45	64	100
	Arroz al pimentón	55	70	90	129	143
	Arepa de maiz blanco	52	62	77	97	122
	Ensalada tradicional	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 15	Pechuga de pollo a la plancha gr	24	28	31	40	47
	Espaguettis en salsa criolla casera	71	102	126	165	176
	Pure de papa con queso	67	78	115	130	160
	Ensalada con piña	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc

MENÚ 16	Carne de res en julianas	32	38	43	54	65
	Lentejas guisadas	18	25	48	67	105
	Arroz con zananahoria	55	70	90	129	143
	Puré de maduro con queso	68	82	102	117	155
	Ensalada de tomate, zanahoria y mango	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 17	Carne de cerdo a la plancha	36	42	48	59	71
	Arroz con madurito	55	70	90	129	143
	Yuca al vapor gr	62	70	95	110	140
	Verduras salteadas a la naranja	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 18	Pechuga de pollo en salsa criolla casera	24	28	31	40	47
	Arroz palito	55	70	90	129	143
	Arepa de maiz blanco	52	62	77	97	122
	Ensalada de zanahoria y pepino	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha con leche	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 19	Huevo revuelto	50	50	50	50	50
	Frijoles guisados	15	22	43	63	97
	Arroz Blanco gr	55	70	90	129	143
	Pure de papa con queso	64	77	102	120	158
	Ensalada fresca (repollo, zanahoria y tomate)	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
MENÚ 20	Pechuga a la plancha	24	28	31	40	47
	Espaguettis en salsa	71	102	126	165	176
	Dedito de harina de maiz	50	60	75	95	120
	Ensalada con piña	50	60	65	70	90
	Jugo de fruta de cosecha	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc

Se consultaron las versiones de la guía de metrología del ICBF:

Versión 3 (2017: páginas 24 a 26 y 47 a 48)
(2020: páginas 28 a 30 y 48 a 51)
(2023: pag 36-37 y 58-61)

Versión 5
Versión 7
Versión 8 (2025:
pag 34-35 y 54-55)

LAURA MARCELA COTTE OLIVEROS

REPORTE DE CICLOS DE MENUS	
ENTIDAD TERRITORIAL:	GOBERNACIÓN DE SANTANDER
MUNICIPIO:	82 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS
OPERADOR:	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración Industrializada
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

SEMANA No. 1

COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
LÁCTEOS	LECHE UAT (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA ENTERA	AVENA UAT - (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA CON LECHE ENTERA EN LAS VARIEDADES: NATURAL, CANELA, VAINILLA, AREQUIPE	LECHE LÍQUIDA ENTERA SABORIZADA (UAT/UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA EN LAS VARIEDADES: FRESA, VAINILLA, CHOCOLATE Y AREQUIPE	AVENA UAT - (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA CON LECHE ENTERA EN LAS VARIEDADES: NATURAL, CANELA, VAINILLA, AREQUIPE	LECHE LÍQUIDA ENTERA SABORIZADA (UAT/UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA EN LAS VARIEDADES: FRESA, VAINILLA, CHOCOLATE Y AREQUIPE
DERIVADO DE CEREAL	MUFFIN RED VELVET	PONQUE DE AMAPOLA	MANTECADA, HORNEADA	PAN DE MAIZ	GALLETA COMBINADA
FRUTA	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	/	/
AZÚCARES Y DULCES	/	/	/	PANELITA DE LECHE	BOCADILLO DE GUAYABA

SEMANA No. 2

COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
LÁCTEOS	LECHE LÍQUIDA ENTERA SABORIZADA (UAT/UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA EN LAS VARIEDADES: FRESA, VAINILLA, CHOCOLATE Y AREQUIPE	AVENA UAT - (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA CON LECHE ENTERA EN LAS VARIEDADES: NATURAL, CANELA, VAINILLA, AREQUIPE	LECHE UAT (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA ENTERA	AVENA UAT - (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA CON LECHE ENTERA EN LAS VARIEDADES: NATURAL, CANELA, VAINILLA, AREQUIPE	LECHE UAT (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA ENTERA
DERIVADO DE CEREAL	MUFFIN DE QUESO	GALLETA ARCOIRIS	ROSCON CON AREQUIPE	PAN SABOR A QUESO	GALLETA CUCA
FRUTA	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION		
AZÚCARES Y DULCES	/	/	/	AREQUIPE	COCADA

SEMANA No. 3

COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
LÁCTEOS	AVENA UAT - (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA CON LECHE ENTERA EN LAS VARIEDADES: NATURAL, CANELA, VAINILLA, AREQUIPE	LECHE LÍQUIDA ENTERA SABORIZADA (UAT/UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA EN LAS VARIEDADES: FRESA, VAINILLA, CHOCOLATE Y AREQUIPE	AVENA UAT - (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA CON LECHE ENTERA EN LAS VARIEDADES: NATURAL, CANELA, VAINILLA, AREQUIPE	BEBIDA LÁCTEA UAT (UHT), LARGA VIDA A BASE DE YOGURT SEMI DESCREMADO CON DULCE SABOR A FRESA Y MELOCOTÓN	LECHE UAT (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA ENTERA
DERIVADO DE CEREAL	CROISSANT DE QUESO HORNEADO	MUFFIN SABOR A VAINILLA	GALLETA CON CHIPS DE CHOCOLATE	PAN CON SABOR A COCO	GALLETA PANDERITO
FRUTA	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	/	/
AZÚCARES Y DULCES	/	/	/	MERENGUE CLASICO	BOCADILLO DE GUAYABA

SEMANA No. 4

COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
LÁCTEOS	LECHE LÍQUIDA ENTERA SABORIZADA (UAT/UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA EN LAS VARIEDADES: FRESA, VAINILLA, CHOCOLATE Y AREQUIPE	AVENA UAT - (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA CON LECHE ENTERA EN LAS VARIEDADES: NATURAL, CANELA, VAINILLA, AREQUIPE	LECHE UAT (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA ENTERA	AVENA UAT - (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA CON LECHE ENTERA EN LAS VARIEDADES: NATURAL, CANELA, VAINILLA, AREQUIPE	LECHE UAT (UHT) ULTRA ALTA TEMPERATURA LARGA VIDA ENTERA
DERIVADO DE CEREAL	REDONDITAS DE QUESO	PAN ALMOJÁBANA	ROSCON CON BOCADILLO	GALLETA PUNTO ROJO	GALLETA RIZADA BLANCA
FRUTA	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	FRUTA DE COSECHA EN PORCION	/	/
AZÚCARES Y DULCES	/	/	/	LECHE CONDENSADA AZUCARADA	DULCE CON LECHE CON BOCADILLO DE GUAYABA

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN		LAURA MARCELA COTTE OLIVEROS	
FIRMA	Laura Cotte	MATRÍCULA PROFESIONAL	TP 06888

PORCION SERVIDA

MODALIDAD COMPLEMENTO JM/JT RACION INDUSTRIALIZADA						
COMPONENTE	GRUPO ALIMENTARIO	PRESCOLAR	PRIMARIA 1°,2° y 3°	PRIMARIA 4° Y 5°	SECUNDARIA 6°, 7°, 8° Y 9°	MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO 10° Y 11°
		PESO SERVIDO	PESO SERVIDO	PESO SERVIDO	PESO SERVIDO	PESO SERVIDO
MENÚ 1	Leche líquida entera UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Muffin Red Velvet gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENU 2	Avena UAT (UHT) con leche entera	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Ponqué de Amapola gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 3	Leche líquida entera saborizada UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Mantecada Horneada gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 4	Avena UAT (UHT) con leche entera	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Pan de maíz gr	40	50	60	80	100
	Panelita de leche	20	20	20	20	20
MENÚ 5	Leche líquida entera Saborizada UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Galleta Combinada gr	40	50	60	80	100
	Bocadillo o dulce de guayaba gr	15	15	15	15	15
MENÚ 6	Leche líquida entera Saborizada UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Muffin de queso	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 7	Avena UAT (UHT) con leche entera	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Galleta Arcoiris gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 8	Leche líquida entera UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Roscon con arequipe	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 9	Avena UAT (UHT) con leche entera	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Pan sabor a queso gr	40	50	60	80	100
	Arequipe o dulce de leche gr	20	20	20	20	20
MENÚ 10	Leche líquida entera UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Galleta cuca gr	40	50	60	80	100
	Cocada gr	20	20	20	20	20
MENÚ 11	Avena UAT (UHT) con leche entera	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Croissant de queso horneado gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 12	Leche líquida entera Saborizada UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Muffin sabor a vainilla gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 13	Avena UAT (UHT) con leche entera	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Galleta con chips de chocolate gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 14	Bebida láctea a base yogur UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Pan sabor a coco gr	40	50	60	80	100
	Merengue clásico gr	15	15	15	15	15
MENÚ 15	Leche líquida entera UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Galleta panderito gr	40	50	60	80	100
	Bocadillo de guayaba gr	15	15	15	15	15
MENÚ 16	Leche líquida entera Saborizada UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Redonditas de queso gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 17	Avena UAT (UHT) con leche entera	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Pan Amojábana gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 18	Leche líquida entera UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Roscón con bocadillo gr	40	50	60	80	100
	Fruta de cosecha * (peso neto)	100	100	120	120	120
MENÚ 19	Avena UAT (UHT) con leche entera	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Galleta punto rojo	40	50	60	80	100
	Leche de vaca condensada con azúcar	20	20	20	20	20
MENÚ 20	Leche líquida entera UAT (UHT)	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc
	Galleta rizada blanca	40	50	60	80	100
	Dulce con leche con bocadillo de guayaba	15	15	15	15	15

Nota: *Para la fruta de cosecha se tendra en cuenta el peso Bruto teniendo en cuenta la fruta de cosecha ofertada por el operador.

Laura Cotte

LAURA MARCELA COTTE OLIVEROS