Dr. GABRIEL SILVA OTERO
NUTRICIONISTA UIS
REG 01020-99 SSS-REG MND 06395

SEMANA 1 - MINÚTAS CENTRO VIDA - VIGENCIA 2026

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
REFRIGERIO	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**
CHOCOLISTO LIGTH ROSCON	COLADA PAN TAJADO	GELATINA GALLETAS	FLAN	DULCE DE MORA GALLETAS	PAN DE QUESO AVENA
ALMUERZO	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	ALMUERZO
SOPA DE RUYAS CARNE SUDADA LENTEJA ENSALADA VERDURA ARROZ PAPA EN PURE JUGO DE FRUTA	SOPA DE CUCHUCO ALBONDIGAS PAPA AMARILLA CON HOGO ARVEJA EN VERDURAS JUGO DE FRUTA	SOPA DE APIO POLLO SUDADO ARROZ BLANCO YUCA COCIDA GUISO DE AHUYAMA JUGO DE FRUTA	SOPA DE PASTAS CARNE SUDADA ARROZ CON VERDURAS FRIJOLES CON GUISO JUGO DE FRUTA	SOPA DE CEBADA PECHUGA ASADA ESPAGUETIS TAJADAS MADURO ENSALADA AGRIDULCE JUGO DE FRUTA	SOPA DE FIDEOS ARROZ CON POLLO YUCA CON HOGO JUGO DE MARACUYA FLAN
MEDIA TARDE	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**
JUGO DE MANGO GALLETAS	AGUADEPANELA CON LECHE ROLLO DE PAN	SALPICON	AVENA GALLETAS	ARROZ CON LECHE	GELATINA GALLETA WAFER

Dr. Gabriel Silva Otero
Nutricionista y Dietista
Reg. 01020 de SSSUF
Dr. GABRIEL SILVA OTERO
NUTICIONISTA Y DIETISTA UIS
REG 01020-99 DE SSS

Dr. GABRIEL SILVA OTERO NUTRICIONISTA Y DIETISTA UIS.
ASESOR EN SALUD PÚBLICA, PROYECTOS ALIMENTARIOS Y NUTRICIONALES.
TEL 3202077646-3186636905

Dr. GABRIEL SILVA OTERO
NUTRICIONISTA UIS
REG 01020-99 SSS-REG MND 06395

SEMANA 2 - MINÚTAS CENTRO VIDA - VIGENCIA 2026

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
REFRIGERIO	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**
GELATINA PONQUE RAMO	JUGO DE GUAYABA CON GALLETAS	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	PICADO DE PAPAYA	CHOCOLISTO ROSCON	AREPA DE QUESO CAFÉ EN LECHE
ALMUERZO	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	ALMUERZO
SOPA DE CUCHUCO CARNE EN GULASCH ARROZ BLANCO ARVEJAS CON VERDURA PAPA EN CUADRITOS JUGO DE FRUTA	CREMA DE AHUYAMA POLLO EN SALSA YUCA CON HOGO ESPAGUETIS ENSALADA DE VERDURA MORADA JUGO DE FRUTA	SOPA DE LENTEJA CARNE EN SALSA ARROZ BLANCO ROLLO DE PAPA TOMATE Y REPOLLO A LA VINAGRETA JUGO DE FRUTA	SOPA DE FRIJOL POLLO SUDADO MACARRONES CRIOLLOS MADURO COCIDO ENSALADA DE MIXTA JUGO DE FRUTA	SOPA DE PATACÓN HUEVO FRITO ARROZ VERDURA ZANAHORIA, ARVEJA FRESCA ENSALADA CORRIENTE PAPA SUDADA JUGO DE FRUTA	CREMA DE APIO POLLO EN SALSA ARROZ CON VERDURAS PAPA CON HOGO JUGO DE FRUTA
MEDIA TARDE	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**
COLADA PAN TAJADO	GELATINA	FLAN	DULCE DE MORA GALLETAS DE SODA	JUGO DE MANGO GALLETAS	CHOCOLATE PAN

Dr. Gabriel Silva Otero
Nutricionista y Dietista
Reg. 01020 de SSSuF
Dr. GABRIEL SILVA OTERO
NUTICIONISTA Y DIETISTA UIS
REG 01020-99 DE SSS

Dr. GABRIEL SILVA OTERO NUTRICIONISTA Y DIETISTA UIS.
ASESOR EN SALUD PÚBLICA, PROYECTOS ALIMENTARIOS Y NUTRICIONALES.
TEL 3202077646-3186636905

Dr. GABRIEL SILVA OTERO
NUTRICIONISTA UIS
REG 01020-99 SSS-REG MND 06395

SEMANA 3 - MINÚTAS CENTRO VIDA - VIGENCIA 2026

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
REFRIGERIO	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**
ARROZ CON LECHE	BOCADILLO CON QUESO	SORBETE DE MARACUYA	GELATINA TRICOLOR	KUMIS	CHOCOLATE MANTECADA
ALMUERZO	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	ALMUERZO
SOPA DE AVENA PECHUGA A LA PLANCHA ARROZ AL PIMETON LENTEJAS SUDADAS PAPA EN PURE ENSALADA DE VERDURAS JUGO DE FRUTA	CREMA DE ALVERJAS PESCADO APANADO ARROZ BLANCO DEDITOS DE YUCA ENSALADA MIXTA JUGO DE FRUTA	CREMA DE ESPINACA CARNE MOLIDA ESPAGUETTIS PLATANO COCIDO RODAJAS DE TOMATE, REPOLLO, ZANAHORIA JUGO FRUTA	CREMA DE VERDURAS POLLO APANADO ARROZ CON FIDEOS FRIJOLES CON GUISO TOMATE PAPA COCIDA TORTILLA DE VEGETALES JUGO DE FRUTA	SOPA MONDONGO CARNE EN BISTEC ARROZ BLANCO GARBANZOS VERDURA JUGO FRUTA	NARANJADA CREMA DE VERDURAS CARNE SUDADA ARROZ CON PIMENTÓN FRITAS DE TRIGO ENSALADA FRESCA
MEDIA TARDE	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**
JUGO MANGO	AVENA FRIA	NATILLA	JUGO DE GUAYABA GALLETAS	BANANO CON LECHE	GELATINA GALLETA



Dr. GABRIEL SILVA OTERO NUTRICIONISTA Y DIETISTA UIS.
ASESOR EN SALUD PÚBLICA, PROYECTOS ALIMENTARIOS Y NUTRICIONALES.
TEL 3202077646-3186636905

Dr. GABRIEL SILVA OTERO
NUTRICIONISTA UIS
REG 01020-99 SSS-REG MND 06395

SEMANA 4 - MINÚTAS CENTRO VIDA - VIGENCIA 2026

LUNES	MARTES	MIERCOLE	JUEVES	VIERNES	SABADO
REFRIGERIO	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**	**REFRIGERIO**
PICADO DE PAPAYA	JUGO DE MANGO GALLETAS	AGUADEPANELA CON LECHE ROLLO DE PAN	CHOCOLISTO ROSCON	COLADA PAN TAJADO	CAFÉ EN LECHE HUEVOS PERICOS
ALMUERZO	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	**ALMUERZO**	ALMUERZO
CREMA DE ARVEJA CARNE DESMECHADA ARROZ CON ZANAHORIA GUISO DE VERDURA PAPA DORADA JUGO DE FRUTA	SOPA DE ARROZ POLLO EN SALSA MACARRONES ENSALADA CRIOLLA MADURO ACARAMELADO JUGO DE FRUTA	SOPA CARMELITA CARNE MOLIDA ARROZ FRIJOL PAPA COCIDA ENSALADA JUGO DE FRUTA	SOPA DE VERDURA PECHUGA APANADA ARROZ BLANCO ALVERJAS ENSALADA HAWAIANA YUCA COCIDA JUGO DE FRUTA	CREMA DE ACELGA, ESPINACA ALBONDIGAS ARROZ LENTEJAS ENSALADA A LA JULIANA PAPA AMARILLA JUGO FRUTA	SOPA DE AVENA POLLO A LA PLANCHA ARROZ AL PIMENTON ENSALADA DE VERDURAS CON PAPA COCIDA JUGO DE CURUBA
MEDIA TARDE	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**	**MEDIA TARDE**
PICADO DE FRUTAS: PAPAYA, MANGO, BANANO	JUGO DE GUAYABA GALLETAS	CHOCOLATE QUESO PAN	JUGO FRUTA PONQUE	AVENA CUAJADA PAN	AREPA DE QUESO CHOCOLATE



Dr. GABRIEL SILVA OTERO NUTRICIONISTA Y DIETISTA UIS.
ASESOR EN SALUD PÚBLICA, PROYECTOS ALIMENTARIOS Y NUTRICIONALES.
TEL 3202077646-3186636905