SUMINISTROS Y CATERING LOREN¨"S
MARY LORENA GAITA TAPIERO
NIT. 1007248060-4

ORTEGA TOLIMA 01 OCTUBRE DE 2026

SEÑORES:

HOSPITAL SAN JOSE DE ORTEGA E.S.E
NIT: 890.700.967-1

Ref.: **PROPUESTA DE ALIMENTACION**

Cordial saludo:

Yo, Mary **Lorena Gaita Tapiero**, mayor de edad, identificada con cedula de ciudadanía **N°1.007.248.060** de Ortega (Tolima), residente en la Calle 5 N°6-55, barrio Centro, jurisdicción del municipio de Ortega (Tolima), Celular 3125509588, en mi calidad de propietaria y administradora del establecimiento comercial de razón social **SUMINISTROS Y CATERING LOREN"S,** por medio del presente documento me permito presentarles mi cotización de servicios para proveer la alimentación de las personas en calidad de hospitalizados en el **HOSPITAL SAN JOSE DE ORTEGA E.S.E .**

MARY LORENA GAITA TAPIERO
DIR: CL 5No 6.55 CENTRO
CELULAR No : 3125509588
gaitalorena795@gmail.com
Ortega Tolima

SUMINISTROS Y CATERING LOREN""S
MARY LORENA GAITA TAPIERO
NIT. 1007248060-4

De la siguiente manera :

CANTIDAD	DESCRIPCIÓN	VALOR UNITARIO
1	Desayuno	$10.000
1	Almuerzo	$13.000
1	Cena	$10.000
Nota: **EL VALOR DE MI PROPUESTA ESTA CONTEMPLADA BAJO MI RESPONSABILIDAD DE HACER LA ENTREGA Y DISRRIBUCION DEL PRODUCTO SE REALIZARA EN PLATOS DESECHABLES .**		

MARY LORENA GAITA TAPIERO
DIR: CL 5No 6.55 CENTRO
CELULAR No : 3125509588
gaitalorena795@gmail.com
Ortega Tolima

SUMINISTROS Y CATERING LOREN""S
MARY LORENA GAITA TAPIERO
NIT. 1007248060-4

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
ALIMENTOS PROTEÍCOS	CARNE DE RES SOFRITA, EN BISTECK	Huevo, Carne de res, Carne de Cerdo, Pollo, Atun, Higado, Frijol Garagamanto, Frijol Rojo, Blanquillo, Lentejas, Garbanzo.
	PECHUGA A LA PLANCHA, ASADA O EN JULIANAS CON VERDURAS	
	CARNE DE CERDO EN CUBITOS, ASADA O EN BISTECK	
	POLLO GUISADO CON ZANAHORIA, POLLO GUISADO, SOFRITO O DESMECHADO	
	HUEVO FRITO, REVUELTO O EN TORTILLA	
	ALBONDIGA DE CARNE DE RES	
LEGUMINOSAS	LENTEJAS GUISADAS	
	FRIJOL ROJO EN SALSA	
	FRIJOL BLANQUILLO	
CEREALES	ARROZ BLANCO, ARROZ DE FIDEOS, ARROZ DE ZANAHORIA, ARROZ DE VERDURAS, ARROZ DE CEBOLLA, ARROZ CON HABICHUELA	Arroz Blanco, Pasta alimenticia espagueti, pasta alimenticia para sopa, macarrones.
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLATANOS O DERIVADOS DE CEREAL	TAJADA DE PLATANO MADURO, MONEDITAS DE PLATANO, PLATANO CALADO, PATACONCITOS, PLATANO COCIDO	Papa, Yuca, Platano, Guineo Verde, Papa criolla, Platano hartón verde, Platano hartón maduro, arracacha amarilla, arracacha blanca.
	YUCA FRITA, YUCA COCIDA	
	PURÉ DE PAPA, PAPA EN CASCOS, PAPA GUISADA, PAPA AL VAPOR,	
ENSALADAS O VERDURAS CALIENTES	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y PEPINO	Arveja verde, Brocoli, Cebolla cabezona, Cebolla Junca, Acelga, Ajo, Ahuyama, Apio, Cilantro, Coliflor, Espinaca, Habichuela, Lechuga, Pepino, Perejil, Pimentón rojo, Pimenton verde, Remolacha, Repollo, Tomate Chonto, Zanahoria, Aguacate, tomate, lechuga, pepino.
	ENSALADA DE ZANAHORIA, CON TOMATE EN CUBITOS	
	ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	
	ENSALADA DE CEBOLLA, PEPINO Y TOMATE	
	ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE EN RODAJAS	
	TOMATE Y PEPINO EN CUBITOS CON CILANTRO	
	ENSALADA DE CEBOLLA Y TOMATE	
	TOMATE EN RODAJAS	
	ENSALADA DE LECHUGA, APIO Y TOMATE	
	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA AL VAPOR	
	ENSALADA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA AL VAPOR	
BEBIDAS	GUAYABA, PIÑA, MANGO, NARANJA, TOMATE DE ARBOL, LIMONADA, MANGO, BANANO. FRUTA DE COSECHA	Fresa, Granadilla, Guayaba, Lulo, Mandarina, Mango, Manzana, Maracuya, Melón, Mora, Naranja, Papaya, Piña, Pera, Limón, uva, tomate de árbol.
LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	LECHE DE VACA ENTERA EN POLVO	Leche Entera Líquida, Queso, yogurt, Kumis.
AZÚCARES	AZÚCAR	Panela, Leche condensada, Azúcar Blanca, Azúcar Morena
	PANELA	
GRASAS	ACEITE VEGETAL	Aceite Vegetal, Aceite de soya, Margarina
AGUA	AGUA APTA PARA CONSUMO HUMANO	

MARY LORENA GAITA TAPIERO
DIR: CL 5No 6.55 CENTRO
CELULAR No : 3125509588
gaitalorena795@gmail.com
Ortega Tolima

SUMINISTROS Y CATERING LOREN¨"S
MARY LORENA GAITA TAPIERO
NIT. 1007248060-4

PREPARACION DE DIETAS NORMALES Y DERIVADOS .

	✓ Jugo sin dulce o fruta	✓ Jugo sin dulce o fruta	
HIPOSÓDICA HIPOGLUCIDA	✓ Caldo sin grasa y sin sal ✓ Carne sin sal ✓ Arepa ✓ Aromática o te en agua sin dulce ✓ Jugo sin dulce o fruta	✓ Caldo sin grasa y sin sal ✓ Arroz sin sal ✓ Carne o pollo sin sal ✓ Verdura cocida o cruda sin sal ✓ Jugo sin dulce	Igual que al almuerzo, pero sin caldo
HIPERPROTEICA	✓ Jugo o fruta ✓ Bebida con leche ✓ Huevo, queso o carne ✓ Pan tajado, galletas o tostadas (2) ✓ Arepa ✓ Tubérculo ✓ Caldo	✓ Sopa ✓ Carne, pollo o pescado en cualquier preparación ✓ Arroz ✓ Tubérculo en cualquier preparación ✓ Verdura en cualquier preparación ✓ Jugo ✓ Leche, queso o huevo	Igual que al almuerzo, pero sin sopa
ASTRINGENTE	✓ Jugo de guayaba, pera o manzana, papaya ✓ Caldo sin grasa ✓ Agua, aromática, te en agua o agua de panela ✓ Pan tajado (2) ✓ Arepas (2) ✓ Carne sin grasa	✓ Jugo astringente ✓ Sopa sin grasa ✓ Carne sin grasa o pollo sin grasa y sin piel ✓ Tubérculos en puré o torta ✓ Arroz	Igual que al almuerzo, pero sin sopa
HIPOSODICA	✓ Jugo o fruta ✓ Caldo sin sal	✓ Jugo ✓ Sopa sin sal ✓ Arroz sin sal	Igual que al almuerzo, pero sin sopa

MARY LORENA GAITA TAPIERO
DIR: CL 5No 6.55 CENTRO
CELULAR No : 3125509588
gaitalorena795@gmail.com
Ortega Tolima

SUMINISTROS Y CATERING LOREN¨"S
MARY LORENA GAITA TAPIERO
NIT. 1007248060-4

	✓ Agua aromática, te en agua o agua de panela ✓ Pan tajado (2) ✓ Arepas (2) ✓ Carne o huevo sin sal	✓ Carne o pollo sin sal ✓ Ensalada sin sal ✓ Tubérculo sin sal	
HIPOSODICA, HIPOPROTEICA O RENAL O UREMICO	✓ Jugo o fruta ✓ Caldo sin sal sin carne ✓ Agua, aromática, te en agua ✓ Pan tajado (2) ✓ Arepas (2) ✓ Carne sin sal	✓ Jugo ✓ Sopa sin sal ni carne ✓ Carne o pollo sin sal ✓ Arroz sin sal ✓ Ensalada sin sal ✓ Tubérculo sin sal	Igual que al almuerzo, pero sin sopa
HIPOGRASA	✓ Jugo o fruta ✓ Caldo sin grasa ✓ Aromática o té en agua ✓ Pan tajado (2) ✓ Arepas (2) ✓ Carne sin grasa	✓ Jugo ✓ Caldo sin grasa ✓ Carne sin grasa o pollo sin grasa y sin piel ✓ Arroz ✓ Ensalada cocida ✓ Tubérculo no frito	Igual que al almuerzo, pero sin sopa
HIPERCALÓRICA	Igual que la dieta normal, pero con una harina más o una gelatina	Igual que la dieta normal, pero con una harina más o una gelatina	Igual que al almuerzo, pero sin sopa
DIETA ALTA EN FIBRA	Igual que la dieta normal, pero con una porción más de fruta	Igual que la dieta normal, pero con una porción más de fruta	Igual que al almuerzo, pero sin sopa

De la siguiente manera:

MARY LORENA GAITA TAPIERO
DIR: CL 5No 6.55 CENTRO
CELULAR No : 3125509588
gaitalorena795@gmail.com
Ortega Tolima

SUMINISTROS Y CATERING LOREN¨"S
MARY LORENA GAITA TAPIERO
NIT. 1007248060-4

PATRÓN	8	9	10	11	12	13	14
			DESAYUNO				
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA	AROMATICA CON UCHUVA	INFUSION DE HIERVAS AROMATICAS	AROMATICA HIERVA BUENA	TINTO	AROMATICA MANZANILLA	TE DE MANZANILLA
LACTEO	COLADA DE AVENA		CHOCOLATE EN LCHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA	AGUA DE PANELA CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEINA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	HUEVO EN TORTILLA	CARNE EN BISTEK	HUEVOS CON ESPINACA	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON CARNE	HUEVOS CON CEBOLLA Y TOMATE
CEREAL/ TUBERCULO	PAN ROLLO	AREPA	CROISSANT		TOSTADA	AREPA	AREPA
FRUTA	GRANADILLA	PERA PICADA	BANANO	PAPAYA PICADA	MANZANA PICADA	MELÓN PICADO	MANGO PICADO
BEBIDA DE FRUTA O LÁCTEO	HELADO	CUAJADA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE GUANABANA	EN LA ENSALADA	TE EN LECHE	SORBETE MORA
CEREAL/ TUBERCULO	GALLETA WAFER	GALLETA INTEGRAL	PONQUE TAJADO	BUÑUELO	GALLETA CRACKER SABORIZADA	PAN DE MAÍZ	MANTECADA
FRUTA	FRESA PICADA	MIX DE PAPAYA Y MELÓN PICADO	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO	PAPAYA PICADA	EN EL SORBETE
			ALMUERZO				
PROTEINA	PECHUGA A LA PLANCHA	FRIJOL GUISADO CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE CERDO ASADA	PECHUGA A LA PLANCHA	POLLO EN SALSA	SOBREABARRIGA ASADA	ARVEJA VERDE SECA GUISADA PECHUGA DESMECHADA
CEREAL	ARROZ PAJARITO (FIDEO)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON VERDURAS	ARROZ CON FIDEOS
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA TOMATE , CEBOLLA (CILANTRO, LIMON, SAL)	ENSALADA DE AGUACATE	AHUYAMA GUISADA	ENSALADA DE AGUACATE, LECHUGA, TOMÁTE Y CEBOLLA CABEZONA	ENSALADA DE ZANAHORIA , PEPINO COHOMBRO , TOMATE , VINAGRE	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA
TUBERCULO O PLATANO	PAPA CRIOLLA DORADA	PLÁTANO COCIDO	PURE DE PAPA	YUCA FRITA	TORTA DE PLÁTANO	PAPA AL PEREJIL	YUCA COCIDA
SOPA O CREMA	SOPA DE GUINEO	SIN SOPA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO		SOPA DE CEBADA PERLADA	CREMA DE LENTEJAS	SIN SOPA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MORA	LIMONADA CON PANELA	JUGO DE LULO	JUGO DE FRESA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MELÓN	JUGO DE GUANABANA
PATRÓN	8	9	10	11	12	13	14

MARY LORENA GAITA TAPIERO
DIR: CL 5No 6.55 CENTRO
CELULAR No : 3125509588
gaitalorena795@gmail.com
Ortega Tolima

SUMINISTROS Y CATERING LOREN¨"S
MARY LORENA GAITA TAPIERO
NIT. 1007248060-4

CENA							
PROTEINA	TORTA DE ESPICANA	POLLO ASADO	PECHUGA MECHADA	CARNE DE RES EN LA CREMA	PECHUGA A LA JARDINERA	PECHUGA ENLA SOPA	CARNE DE RES EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CONVERDURA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ESPINACA	ENSALADA SILVESTRE			EN LA PECHUGA	ENSALADA CALIENTE (ARBEJA, ZANAHORIA, MAIZ TIERNO HABICHUELA) CILANTRO	ZANAHORIA RALLADA CON LIMÓN Y CILANTRO
TUBERCULOO PLATANO	TAJADA DE PLATANO	YUCA ALBAPOR	PLATA MELADO	PAPA ADICION EN CREMA			
SOPA O CREMA		SIN SOPA		CREMA DE AHUYAMA		SOPA DE FIDEOS	SIN SOPA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBA BUENA	AROMATICA DE MORA	AROMATICA DE FRESA	AROMATICA LIMONARIA	AROMATICA DE PIÑA	AROMATICA CON FRUTAS	AROMATICA DE HIERVA BUENA

MINUTA PATRON DE LA DIETA NORMAL :

TEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCION	CANTIDAD DE LA PORCION
DESAYUNO	Bebida con leche (infusión coladas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso, jamon, carne, pollo)	1 unidad o tajada	60. gr
	Cereal o derivado de cereal (cereal elaborado)	3 unidades	50 gr
	Jugo de fruta o porción de fruta	1 vaso 1 porción	100 gr 0 100 cc
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (caseras o crema)	1 taza	250 cc
	Alimento proteico (carne , pollo , pescado)	Una porción	100 gr

MARY LORENA GAITA TAPIERO
DIR: CL 5No 6.55 CENTRO
CELULAR No : 3125509588
gaitalorena795@gmail.com
Ortega Tolima

SUMINISTROS Y CATERING LOREN""S
MARY LORENA GAITA TAPIERO
NIT. 1007248060-4

	Energético (cereal elaborado, platanos,papas y tuberculos)	Una unidad o tajadas o astillas o molde	60 gr
	Arroz	1 porción	100 gr
	Verduras (crudas o cocidas , verde y / o amarillas)	1 porción	50 gr cocinado o 50 gr en cocido
	Jugo de frutas (fruta variada) Porcion de fruta	1 vaso o una porción	100 gr o 100 cc
	Postre casero SOLO ALMUERZO	1 porcion 1 unidad	40 gr

Se hace entrega del suministro contratado en el Municipio de Ortega, durante el tiempo contratado, según las especificaciones del contrato.

Agradezco la atención a la presente y quedo atenta a cualquier información.

Atentamente

Mary Lorena Gaita Tapiero

MARY LORENA GAITA TAPIERO
C.C No N°1.007.248.060 de Ortega (Tolima)
Celular: 312 5509588
Correo electrónico: gaitalorena795@gmail.com
DE ORTEGA- TOLIMA

SUMINISTROS Y CATERING LOREN¨"S
MARY LORENA GAITA TAPIERO
NIT. 1007248060-4

MARY LORENA GAITA TAPIERO
DIR: CL 5No 6.55 CENTRO
CELULAR No : 3125509588
gaitalorena795@gmail.com
Ortega Tolima