	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	1 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ

SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD

GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS

FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_1	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA E HIPOGLÚCIDA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE HIERBAS SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE FINAMENTE PICADA	CALDO DE PAPA CON CARNE LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades) LICUADO EN LA BEBIDA	PAN DE MAIZ (30 gr 1 unidad)	PAN DE MAIZ CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)	PAN DE MAIZ (60 gr 2unidades)
FRUTA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA LICUADA O PROCESADA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA	PERA	GRANADILLA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA
DERIVADO CEREAL	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER LICUADA O PROCESADA EN LA COMPOTA	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	ENSALADA DE FRUTAS (MANZANA RALLADA) CON QUESO CAMPESINO	COMPOTA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO CAMPESINO
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE RES GUISADA FINAMENTE PICADA	CARNE DE RES GUISADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE RES GUISADA (120)	CARNE DE RES GUISADA (43 g)	CARNE DE RES GUISADA	CARNE DE RES GUISADA
CEREAL	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON ESPINACA 50 g	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA PROCESADA O LICUADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PURÉ DE PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA EN SALSA CRIOLLA 30 g	PAPA EN SALSA CRIOLLA 90 g	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA EN SALSA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA LICUADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON PANELA	AGUA DE PANELA FRÍA	LIMONADA CON PANELA	LIMONADA SIN AZÚCAR	LIMONADA CON PANELA	LIMONADA CON PANELA	LIMONADA SIN AZÚCAR	LIMONADA CON PANELA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	AROMÁTICA DE FRUTAS	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ
DERIVADO CEREAL	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO LICUADO EN LA BEBIDA	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO
FRUTA	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO	MELÓN PROCESADO	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO	MELÓN PICADO
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	PECHUGA MECHADA	PECHUGA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	PECHUGA MECHADA	PECHUGA MECHADA (140 g)	PECHUGA MECHADA (50 g)	PECHUGA MECHADA	PECHUGA MECHADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL PEREJIL 30 g	ARROZ AL PEREJIL 90 g	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS LICUADA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS SOPA DE CEBADA PERLADA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	2 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_2	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYÁ + 1 VASO DE AGUA
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	AROMÁTICA DE HIERBABUENA	COLADA DE AVENA
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN HOJALDRADO	PAN HOJALDRADO	PAN HOJALDRADO LICUADO EN LA BEBIDA	PAN HOJALDRADO (30 g)	PAN HOJALDRADO CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN HOJALDRADO	PAN HOJALDRADO	PAN HOJALDRADO
FRUTA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA MACERADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	MANZANA PICADA	PAPAYA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE FRESA SIN AZÚCAR	SORBETE DE FRESA	SORBETE DE FRESA	AROMÁTICA DE MORA SIN AZÚCAR	SORBETE DE FRESA
DERIVADO CEREAL	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA LICUADA EN EL SORBETE	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL FINAMENTE PICADA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL (120 g)	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL (43 g)	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL	CARNE DE CERDO EN SALSA DE MIEL
CEREAL	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON AJONJOLÍ (50 g)	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS PROCESADAS	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	VERDURAS SALTEADAS	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA DORADA	PAPA DORADA	PAPA DORADA PROCESADA	PAPA SUDADA (30 G)	PAPA DORADA (60 g)	PAPA DORADA	PAPA DORADA	PAPA DORADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES	SOPA DE VERDURAS	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES PROCESADA	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	CAZUELA DE GARBANZOS CON MENUDO DE RES
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO SIN AZÚCAR	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO SIN AZÚCAR	JUGO DE MANGO + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	AROMÁTICA DE GUAYABA SIN AZÚCAR	CHOCOLATE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	AREPA	AREPA	AREPA LICUADA EN EL CHOCOLATE	AREPA	AREPA	AREPA	AREPA	AREPA
FRUTA	MANDARINA	MANDARINA	ZUMO DE MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS FINAMENTE PICADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (100 g)	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (37 g)	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS DOBLE PORCIÓN
VERDURA O ENSALADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA PROCESADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (30 g)	ARROZ BLANCO (90 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS LICUADA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	3 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_3	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE SIN AZÚCAR	TE EN LECHE	TE EN LECHE	AROMÁTICA DE MANZANA SIN AZÚCAR	TE EN LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO LICUADO EN LA BEBIDA	PAN BLANDO (30 g)	PAN BLANDO CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANGO DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE GUANÁBANA SIN AZÚCAR	SORBETE DE GUANÁBANA	SORBETE DE GUANÁBANA	AROMÁTICA DE PERA SIN AZÚCAR	SORBETE DE GUANÁBANA
DERIVADO CEREAL	CROISSANT	CROISSANT	CROISSANT LICUADO EN EL SORBETE	CROISSANT	CROISSANT	CROISSANT	CROISSANT	CROISSANT
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA PROCESADO O LICUADO	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA (160 g)	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA (62 g)	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA	FILETE DE PESCADO EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL PIMENTÓN (50 g)	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	CALABAZA Y ZANAHORIA GUISADAS	CALABAZA Y ZANAHORIA GUISADAS PROCESADAS	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA CRIOLLA GUISADA PROCESADA	PAPA CRIOLLA GUISADA (30 g)	PAPA CRIOLLA GUISADA (60 g)	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA CRIOLLA GUISADA	PAPA CRIOLLA GUISADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS LICUADA	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA SIN AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA SIN AZÚCAR	JUGO DE PIÑA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE HIERBAS	CAFÉ CON LECHE
DERIVADO CEREAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL LICUADA EN EL CAFÉ	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA	MOGOLLA INTEGRAL
FRUTA	MANGO PICADO	MANGO PICADO	COMPOTA DE MANGO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	COLOMBINA DE POLLO DORADO	COLOMBINA DE POLLO DORADO	COLOMBINA DE POLLO DORADO PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	COLOMBINA DE POLLO DORADO	COLOMBINA DE POLLO DORADO + HUEVO	COLOMBINA DE POLLO DORADO	COLOMBINA DE POLLO DORADO	COLOMBINA DE POLLO DORADO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (30 g)	ARROZ BLANCO (90 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA LICUADA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE FRUTAS SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	4 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_4	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE HIERBABUENA	CAFÉ CON LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	HUEVOS REVUELTOS	HUEVOS REVUELTOS	HUEVOS REVUELTOS	HUEVOS REVUELTOS	HUEVOS REVUELTOS	HUEVOS REVUELTOS	HUEVOS REVUELTOS	HUEVOS REVUELTOS
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL LICUADO EN EL CAFÉ	PAN TAJADO INTEGRAL (30 g)	PAN TAJADO INTEGRAL CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO	PAN TAJADO INTEGRAL
FRUTA	BANANO	BANANO	COMPOTA DE BANANO	BANANO	BANANO	BANANO	BANANO	BANANO CON PAPAYA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA SIN AZÚCAR	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA	AROMÁTICA DE MORA SIN AZÚCAR	SORBETE DE MORA
DERIVADO CEREAL	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO LICUADO EN EL SORBETE	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	POLLO EN SALSA BBQ	POLLO SUDADO FINAMENTE PICADO	POLLO EN SALSA BBQ PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	POLLO EN SALSA BBQ	POLLO EN SALSA BBQ (140 g)	POLLO SUDADO (50 g)	POLLO SUDADO	POLLO EN SALSA BBQ
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL CILANTRO (50 g)	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO
VERDURA O ENSALADA	CUBIOS GUISADOS	CUBIOS GUISADOS	CUBIOS GUISADOS PROCESADOS	CUBIOS GUISADOS	CUBIOS GUISADOS	CUBIOS GUISADOS	CUBIOS GUISADOS	CUBIOS GUISADOS DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	TAJADA DE PLÁTANO PROCESADA	PLÁTANO COCIDO (30 g)	TAJADA DE PLÁTANO (60 g)	TAJADA DE PLÁTANO	PLÁTANO COCIDO	TAJADA DE PLÁTANO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS LICUADA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA SIN AZÚCAR	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA DERIVADO CEREAL	PETO DE MAIZ DULCE	PETO DE MAIZ DULCE	PETO DE MAIZ DULCE LICUADO	PETO DE MAIZ SIN DULCE	PETO DE MAIZ DULCE	PETO DE MAIZ DULCE	AROMÁTICA DE GUAYABA SIN AZÚCAR	PETO DE MAIZ DULCE
FRUTA	UVAS	UVAS	UVAS PROCESADAS	UVAS	UVAS	UVAS	UVAS	UVAS
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	TERNERA GUISADA	TERNERA GUISADA	TERNERA GUISADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	TERNERA GUISADA	TERNERA GUISADA (100 g)	TERNERA GUISADA (37 g)	TERNERA GUISADA	TERNERA GUISADA
VERDURA O ENSALADA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	VERDURA MIXTA(ARVEJA, ESPINACA Y PIMENTON)	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON) PROCESADA	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON)	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON) (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	VERDURA MIXTA(ESPINACA Y PIMENTON)	VERDURA MIXTA(ARVEJA, HABICHUELA Y PIMENTON) DOBLE PORCIÓN
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON ZANAHORIA (30 g)	ARROZ CON ZANAHORIA (90 g)	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA LICUADA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA
BEBIDA CALIENTE	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE SIN AZÚCAR	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE	AROMÁTICA DE MANZANA SIN AZÚCAR	TÉ EN LECHE + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	5 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_5	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	AROMÁTICA DE PERA SIN AZÚCAR	CHOCOLATE EN LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	QUESO DOBLE CREMA	QUESO DOBLE CREMA	QUESO DOBLE CREMA LICUADO EN EL CHOCOLATE	QUESO DOBLE CREMA	QUESO DOBLE CREMA	QUESO DOBLE CREMA	QUESO DOBLE CREMA	QUESO DOBLE CREMA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	TOSTADA	TOSTADA	TOSTADA LICUADA EN EL CHOCOLATE	TOSTADA (30 g)	TOSTADA CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	TOSTADA	TOSTADA	TOSTADA
FRUTA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PROCESADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS	LECHE CALIENTE
DERIVADO CEREAL	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO LICUADO EN LA LECHE	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO
FRUTA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA PROCESADA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA	PERA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE RES EN BISTECK PICADA FINAMENTE	CARNE DE RES EN BISTECK PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE RES EN BISTECK (120 g)	CARNE DE RES EN BISTECK (43 g)	CARNE DE RES EN BISTECK	CARNE DE RES EN BISTECK
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE ACELGA	TORTILLA DE ACELGA	TORTILLA DE ACELGA PROCESADA	TORTILLA DE ACELGA	TORTILLA DE ACELGA	TORTILLA DE ACELGA	TORTILLA DE ACELGA	TORTILLA DE ACELGA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PLÁTANO MADURO COCIDO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PLÁTANO MADURO COCIDO PROCESADO	PLÁTANO MADURO COCIDO (30 g)	PLÁTANO MADURO COCIDO (90 g)	PLÁTANO MADURO COCIDO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PLÁTANO MADURO COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PAJARILLA LICUADA	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PAJARILLA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PAJARILLA	SOPA DE PAJARILLA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZÚCAR	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZÚCAR	JUGO DE GUAYABA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE SIN AZÚCAR	TE EN LECHE	TE EN LECHE	AROMÁTICA DE FRUTAS	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	TORTA SABOR A QUESO	TORTA SABOR A QUESO	TORTA SABOR A QUESO LICUADA EN EL TÉ	TORTA SABOR A QUESO	TORTA SABOR A QUESO	TORTA SABOR A QUESO	TORTA SABOR A QUESO	TORTA SABOR A QUESO
FRUTA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	COMPOTA DE MANGO Y PAPAYA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA	PICADO DE MANGO Y MANZANA	PICADO DE MANGO Y PAPAYA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	GOULASH DE CARNE DE CERDO FINAMENTE PICADO	GOULASH DE CARNE DE CERDO PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	GOULASH DE CARNE DE CERDO	GOULASH DE CARNE DE CERDO (100 g)	GOULASH DE CARNE DE CERDO (37 g)	GOULASH DE CARNE DE CERDO	GOULASH DE CARNE DE CERDO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ PAJARITO (30 g)	ARROZ PAJARITO (90 g)	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO LICUADA	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	6 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_6	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES SIN LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA (MAIZENA)	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA (MAIZENA)	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA (MAIZENA)	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA (MAIZENA) SIN AZÚCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA (MAIZENA)	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA (MAIZENA)	AROMÁTICA DE HIERBABUENA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA (MAIZENA) + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON HUEVO LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON HUEVO	CALDO DE PAPA CON HUEVO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO LICUADO EN LA COLADA	PAN BLANDO (30 g)	PAN BLANDO CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO
FRUTA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA + PAPAYA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE MORA SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE
DERIVADO CEREAL	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA LICUADA EN EL CAFÉ	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA
FRUTA	PICADO DE PIÑA Y BANANO	PICADO DE PIÑA Y BANANO	COMPOTA DE PIÑA Y BANANO	PICADO DE PIÑA Y BANANO	PICADO DE PIÑA Y BANANO	PICADO DE PIÑA Y BANANO	PICADO DE PIÑA Y BANANO	PICADO DE PIÑA Y BANANO
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE CERDO MECHADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE CERDO MECHADA (120 g)	CARNE DE CERDO MECHADA (43 g)	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE CERDO MECHADA
CEREAL	PASTA EN SALSA	PASTA EN SALSA	PASTA EN SALSA PROCESADA + 30 mL DE AGUA	PASTA EN SALSA (50 g)	PASTA EN SALSA	PASTA EN SALSA	PASTA EN SALSA	PASTA EN SALSA
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO PROCESADA	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	AHUYAMA Y CALABAZA GUISADAS	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA EN SALSA CRIOLLA PROCESADA	PAPA EN SALSA CRIOLLA (30 g)	PAPA EN SALSA CRIOLLA (90 g)	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA EN SALSA CRIOLLA	PAPA EN SALSA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN LICUADA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	JUGO DE TOMATE DE ARBOL + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA
DERIVADO CEREAL	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE PROCESADAS EN LA FRUTA	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE
FRUTA	FRUTA PICADA CON QUESO	FRUTA PICADA CON QUESO	FRUTA PROCESADA CON QUESO	FRUTA PICADA CON QUESO	FRUTA PICADA CON QUESO	FRUTA PICADA CON QUESO	FRUTA PICADA CON QUESO	FRUTA PICADA CON QUESO
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO ASADO	FILETE DE PESCADO DORADO PROCESADO O LICUADO	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO DORADO (160 g)	FILETE DE PESCADO DORADO (59 g)	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO DORADO
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS PROCESADA	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS DOBLE PORCIÓN
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA PROCESADA	PURÉ DE PAPA (25 g)	PURÉ DE PAPA (75 g)	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA LICUADA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	7 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_7	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	AROMÁTICA DE GUAYABA SIN AZÚCAR	AGUA DE PANELA CON LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PROCESADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE SIN AZÚCAR	TE EN LECHE	TE EN LECHE	AROMÁTICA DE MORA SIN AZÚCAR	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ LICUADO EN EL TÉ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ
FRUTA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA PROCESADA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA DESMECHADA O FINAMENTE PICADA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA (140 g)	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA (50 g)	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA	PECHUGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON ZANAHORIA (50 g)	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA PICO DE GALLO	ACELGA SUDADA	ACELGA SUDADA PROCESADA	ENSALADA PICO DE GALLO	ENSALADA PICO DE GALLO	ENSALADA PICO DE GALLO	ACELGA SUDADA	ENSALADA PICO DE GALLO DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PURE DE PAPA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA PROCESADA	PURE DE PAPA CRIOLLA (30 g)	PURE DE PAPA CRIOLLA (90 g)	PURE DE PAPA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA	PURE DE PAPA CRIOLLA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA LICUADA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA SIN AZÚCAR	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE MANGO	SORBETE DE MANGO	SORBETE DE MANGO	SORBETE DE MANGO SIN AZÚCAR	SORBETE DE MANGO	SORBETE DE MANGO	AROMÁTICA DE MANZANA SIN AZÚCAR	SORBETE DE MANGO
DERIVADO CEREAL	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO LICUADO EN EL SORBETE	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑON ES	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES FINAMENTE PICADA	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES (100 g)	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES (37g)	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES	CARNE DE RES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO PROCESADO	PLATANO COCIDO (25 g)	PLATANO COCIDO (75 g)	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ LICUADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMÁTICA DE PERA SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE CON CANELA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	8 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_8	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE HIERBAS SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA PICADA PINAMENTE O DESMECHADA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA	CALDO DE PAPA CON PECHUGA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ LICUADO EN EL CAFÉ	PAN DE MAIZ (30 g)	PAN DE MAIZ CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ
FRUTA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA PROCESADA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA	PERA	GRANADILLA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE FRUTAS SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE
DERIVADO CEREAL	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE	GALLETAS DE LECHE
FRUTA	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL	FRESA PICADA CON CREMA LECHE DESLACTOSADA Y MIEL	FRESA PICADA CON CREMA LECHE Y MIEL
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA FINAMENTE PICADA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA (120 g)	CARNE DE CERDO A LA NARANJA (43 g)	CARNE DE CERDO A LA NARANJA	CARNE DE CERDO A LA NARANJA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	GUACAMOLE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA PROCESADA	PAPA CRIOLLA COCIDA (30 g)	PAPA CRIOLLA DORADA (60 g)	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO LICUADA	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO	SOPA DE GUINEO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO SIN AZÚCAR	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO SIN AZÚCAR	JUGO DE MANGO + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	AROMÁTICA DE HIERBABUENA SIN AZÚCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO
DERIVADO CEREAL	CROISSANT	CROISSANT	CROISSANT LICUADO EN LA COLADA	CROISSANT	CROISSANT	CROISSANT	CROISSANT	CROISSANT
FRUTA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PROCESADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	MANZANA PICADA	PAPAYA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO A LA PLANCHA	FILETE DE PESCADO DORADO PROCESADO O LICUADO	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO DORADO (160 g)	FILETE DE PESCADO DORADO (59 g)	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO DORADO
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS PROCESADAS	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS DOBLE PORCIÓN
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL CILANTRO (30 g)	ARROZ AL CILANTRO (90 g)	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS LICUADA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS CON MARACUYÁ + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	9 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_9	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ SIN AZÚCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ	AROMÁTICA DE MORA SIN AZÚCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PROCESADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	CUAJADA	CUAJADA	LECHE CON PANELA	CUAJADA	CUAJADA	CUAJADA	CUAJADA	CUAJADA
DERIVADO CEREAL	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO LICUADO CON LA LECHE	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO
FRUTA	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	PURÉ DE PAPAYA Y MELÓN	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN	PICADO DE MANZANA Y MELÓN	PICADO DE PAPAYA Y MELÓN
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA (160 g)	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA (60 g)	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	PEPINO GUISADO	PEPINO GUISADO PROCESADO	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	PEPINO GUISADO	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PLÁTANO MADURO COCIDO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PLÁTANO MADURO COCIDO PROCESADO	PLÁTANO MADURO COCIDO (30 g)	PLÁTANO MADURO COCIDO (90 g)	PLÁTANO MADURO COCIDO	PLÁTANO MADURO COCIDO	PLÁTANO MADURO COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA	CAZUELA DE FRIJOLES	SOPA DE VERDURAS	CAZUELA DE FRIJOLES LICUADA	CAZUELA DE FRIJOLES	CAZUELA DE FRIJOLES + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	CAZUELA DE FRIJOLES
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON PANELA	AGUA DE PANELA FRÍA	LIMONADA CON PANELA	LIMONADA SIN AZÚCAR	LIMONADA CON PANELA	LIMONADA CON PANELA	LIMONADA SIN AZÚCAR	LIMONADA CON PANELA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE SIN AZÚCAR	TE EN LECHE	TE EN LECHE	AROMÁTICA DE GUAYABA	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	GALLETA DULCE	GALLETA DULCE	GALLETA DULCE LICUADA EN ELTÉ	GALLETA DULCE	GALLETA DULCE	GALLETA DULCE	GALLETA DULCE	GALLETA DULCE
FRUTA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA PROCESADA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	PECHUGA MECHADA	PECHUGA MECHADA	PECHUGA MECHADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	PECHUGA MECHADA	PECHUGA MECHADA (140 g)	PECHUGA MECHADA (50 g)	PECHUGA MECHADA	PECHUGA MECHADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON ESPINACA (30 g)	ARROZ CON ESPINACA (90 g)	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS PROCESADA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	10 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_10	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES SIN LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ EN LECHE	CAFÉ EN LECHE	CAFÉ EN LECHE	CAFÉ EN LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ EN LECHE	CAFÉ EN LECHE	AROMÁTICA DE MANZANA SIN AZÚCAR	CAFÉ EN LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO LICUADO EN LA COMPOTA	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	AREPA	AREPA	AREPA LICUADA EN EL CAFÉ	AREPA (45 g)	AREPA CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	AREPA	AREPA	AREPA
FRUTA	MANGO Y PIÑA PICADO	MANGO Y PIÑA PICADO	COMPOTA DE MANGO Y PIÑA	MANGO Y PIÑA PICADO	MANGO Y PIÑA PICADO	MANGO Y PIÑA PICADO	MANGO Y PIÑA PICADO	MANGO Y PIÑA PICADO DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA SIN AZÚCAR	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA	AROMÁTICA DE PERA SIN AZÚCAR	BATIDO DE MORA Y BANANO CON AVENA
DERIVADO CEREAL	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA LICUADA EN EL BATIDO	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA
FRUTA	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO		EN EL BATIDO
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	CARNE DE CERDO CARAMELIZADA FINAMENTE PICADA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO (120 g)	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO (43 g)	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO	CARNE DE CERDO CARAMELIZADO
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL PEREJIL (50 g)	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA PROCESADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA EN CHUPE	PAPA EN CHUPE	PAPA EN CHUPE	PAPA EN CHUPE (30 g)	PAPA EN CHUPE (90 g)	PAPA EN CHUPE	PAPA EN CHUPE	PAPA EN CHUPE
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO LICUADA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZÚCAR	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZÚCAR	JUGO DE GUAYABA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA
DERIVADO CEREAL	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA PROCESADA CON LA PAPILLA	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA	GALLETA AVENA
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT (CON LA MANZANA RALLADA)	PAPILLA DE FRUTAS	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES AL CILANTRO FINAMENTE PICADA	CARNE DE RES AL CILANTRO PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES AL CILANTRO (120 g)	CARNE DE RES AL CILANTRO (37 g)	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES AL CILANTRO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	SPAGUETTI S	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS PROCESADOS + 30 mL DE AGUA	SPAGUETTIS (45 g)	SPAGUETTIS (120 g)	SPAGUETTI S	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA PROCESADA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	11 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_11	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL
BEBIDA LÁCTEA	AGUA DE PANELA	AGUA DE PANELA	AGUA DE PANELA	AROMÁTICA	AGUA DE PANELA	AGUA DE PANELA	AROMÁTICA DE HIERBABUENA SIN AZÚCAR	AGUA DE PANELA + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CHANGUA CON HUEVO	CHANGUA CON HUEVO	CHANGUA CON HUEVO LICUADA	CHANGUA CON HUEVO	CHANGUA CON HUEVO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE HUEVO	CHANGUA CON HUEVO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	TOSTADAS	TOSTADAS	TOSTADAS LICUADAS EN LA CHANGUA	TOSTADAS (30 g)	TOSTADAS CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	TOSTADAS	TOSTADAS	TOSTADAS
FRUTA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PERA Y MORA	COMPOTA DE PAPAYA Y MORA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA	EN LA ENSALADA
DERIVADO CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZADA PROCESADA EN LA PAPILLA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA (CON LA ANZANA RALLADA)	PAPILLA DE FRUTAS	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA	ENSALADA DE FRUTAS CON QUESO DOBLE CREMA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS (160 g)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS (62 g)	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS	FILETE DE PESCADO A LAS FINAS HIERBAS
CEREAL	ARROZ CON COCO	ARROZ CON COCO	ARROZ CON COCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON COCO (50 g)	ARROZ CON COCO	ARROZ CON COCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON COCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS PROCESADAS	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO	VERDURAS SALTEADAS	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y CILANTRO DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	TORTA DE PLÁTANO	TORTA DE PLÁTANO	TORTA DE PLÁTANO PROCESADA + 20 mL DE AGUA	TORTA DE PLÁTANO (30 g)	TORTA DE PLÁTANO (90 g)	TORTA DE PLÁTANO	TORTA DE PLÁTANO	TORTA DE PLÁTANO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA LICUADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA	SOPA DE CEBADA PERLADA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO (LULO ESCALDADO)	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO SIN AZÚCAR	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO SIN AZÚCAR	JUGO DE LULO + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO SIN AZÚCAR	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO CON LECHE DESLACTOSADA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON BANANO
DERIVADO CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO) LICUADA EN LA COLADA	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)
FRUTA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	POLLO A LA JARDINERA	POLLO A LA JARDINERA FINAMENTE PICADO O DESMECHADO	POLLO A LA JARDINERA PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	POLLO A LA JARDINERA	POLLO A LA JARDINERA (140 g)	POLLO A LA JARDINERA (50 g)	POLLO A LA JARDINERA	POLLO A LA JARDINERA
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	CALABAZA Y ZANAHORIA GUISADAS	CALABAZA Y ZANAHORIA GUISADAS PROCESADAS	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA	CALABAZA Y ZANAHORIA GUISADAS	ENSALADA CAMPESINA DOBLE PORCIÓN
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ ATOMATADO (30 g)	ARROZ ATOMATADO (90 g)	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ ATOMATAD O
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN LICUADA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS SIN AZÚCAR	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS SIN AZÚCAR	AROMÁTICA DE HIERBAS CON UCHUVAS + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	12 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_12	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	AROMÁTICA DE MORA	COLADA DE AVENA + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	EMPAREDA DO DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO	QUESO PROCESADO EN LA PAPAYA	EMPAREDA DO DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	EMPAREDADO DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ			PAN LICUADO EN LA COLADA					
FRUTA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PURÉ DE PAPAYA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	MANZANA PICADA	PAPAYA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE FEIJOA	SORBETE DE FEIJOA	SORBETE DE FEIJOA	SORBETE DE FEIJOA SIN AZÚCAR	SORBETE DE FEIJOA	SORBETE DE FEIJOA	AROMÁTICA DE GUAYABA	SORBETE DE FEIJOA
DERIVADO CEREAL	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA LICUADA EN EL SORBETE	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑON ES	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES DESMECHADO O PICADO	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑON ES PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑON ES	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES (140 g)	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES (50 g)	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON ZANAHORIA (50 g)	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ZANAHORIA CON PEPINO GUISADO	ZANAHORIA CON PEPINO GUISADO PROCESADA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE , VINAGRE DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA (30 g)	PURÉ DE YUCA (90 g)	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA	PURÉ DE YUCA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA LICUADA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MARACUYA (ESCALDADO)	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MARACUYA SIN AZÚCAR	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MARACUYA (ESCALDADO) SIN AZÚCAR	JUGO DE MARACUYA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA DERIVADO CEREAL	ARROZ CON LECHE	ARROZ CON LECHE	ARROZ CON LECHE PROCESADO O LICUADO	ARROZ CON LECHE SIN AZÚCAR	ARROZ CON LECHE	ARROZ CON LECHE	AROMÁTICA DE MANZANA Y GALLETAS DE SODA	ARROZ CON LECHE
FRUTA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA LICUADA EN EL ARROZ CON LECHE	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE RES PICADA FINAMENTE	CARNE DE RES PICADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE RES PICADA (100 g)	CARNE DE RES PICADA (37 g)	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE RES PICADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (30 g)	ARROZ BLANCO (90 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SANCOCHITO	SANCOCHITO	SANCOCHITO LICUADO	SANCOCHITO	SANCOCHITO + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SANCOCHITO	SANCOCHITO	SANCOCHITO
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y HIERBABUENA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	13 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_13	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE MANZANA SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE FINAMENTE PICADA	CALDO DE PAPA CON CARNE LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL LICUADA EN EL CAFÉ	MOGOLLA INTEGRAL (30 g)	MOGOLLA INTEGRAL CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA	MOGOLLA INTEGRAL
FRUTA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PROCESADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE SIN AZÚCAR	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE	AROMÁTICA DE PERA	TÉ EN LECHE
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ LICUADO EN EL TÉ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ	PAN DE MAÍZ
FRUTA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA PROCESADA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA FINAMENTE PICADA O DESMECHADA	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA (100 g)	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA (43)	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA	SOBREBARRIGA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA PROCESADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	CALABAZA GUISADA	CALABAZA GUISADA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA AL PEREJIL	PAPA AL PEREJIL	PAPA AL PEREJIL EN PURÉ	PAPA AL PEREJIL (30 g)	PAPA AL PEREJIL (90 g)	PAPA AL PEREJIL	PAPA AL PEREJIL	PAPA AL PEREJIL
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS LICUADA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA SIN AZÚCAR	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA SIN AZÚCAR	JUGO DE MORA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA SIN AZÚCAR	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA	AROMÁTICA DE HIERBAS SIN AZÚCAR	SORBETE DE GUANABANA
DERIVADO CEREAL	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA LICUADA EN EL SORBETE	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO BBQ	CARNE DE CERDO A LAS FINAS HIERBAS FINAMENTE PICADA	CARNE DE CERDO BBQ PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO BBQ	CARNE DE CERDO BBQ (100 g)	CARNE DE CERDO SUDADA (37 g)	CARNE DE CERDO BBQ	CARNE DE CERDO BBQ
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL PIMENTÓN (30 g)	ARROZ AL PIMENTÓN (90 g)	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE MAZORCA LICUADA	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE MAZORCA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE MAZORCA	SOPA DE MAZORCA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	14 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_14	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y CANELA + 1 VASO DE AGUA
BEBIDA LÁCTEA	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	AROMÁTICA DE FRUTAS	CHOCOLATE EN LECHE
PROTEÍNA	TAMAL	TAMAL	TAMAL (CON PROTEÍNA PROCESADA)	TAMAL	TAMAL	TAMAL	TAMAL	TAMAL
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	AREPA	AREPA	AREPA LICUADA EN EL CHOCOLATE	AREPA (45 g)	AREPA CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	AREPA	AREPA	AREPA
FRUTA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PURÉ DE PAPAYA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	MANZANA PICADA	PAPAYA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	CON LA FRUTA	CON LA FRUTA	CON LA FRUTA	CON LA FRUTA	CON LA FRUTA	CON LA FRUTA	CON LA FRUTA	CON LA FRUTA
DERIVADO CEREAL	GALLETAS CRAKER	GALLETAS CRAKER	GALLETAS CRAKER LICUADAS CON LA PAPILLA	GALLETAS CRAKER	GALLETAS CRAKER	GALLETAS CRAKER	GALLETAS CRAKER	GALLETAS CRAKER
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH	PAPILLA DE PAPAYA Y MELÓN	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH	PICADO DE PATILLA Y MELÓN CON YOGURTH
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADAS FINAMENTE	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA (130 g)	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA (47 g)	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA	CARNE DE RES Y PECHUGA PICADA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS PROCESADAS	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA CABEZONA Y LECHUGA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	PURÉ DE YUCA COCIDA	YUCA COCIDA (30 g)	YUCA COCIDA (90 g)	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ LICUADA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA SIN AZÚCAR	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUANABANA SIN AZÚCAR	JUGO DE GUANABANA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA SIN AZÚCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA	AROMÁTICA DE HIERBABUENA SIN AZÚCAR	COLADA DE FÉCULA DE MAÍZ CON MORA
DERIVADO CEREAL	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO LICUADO EN LA COLADA	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO	PAN DE QUESO
FRUTA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS PICADA FINAMENTE	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS (120 g)	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS (37 g)	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS	TERNERA A LAS FINAS HIERBAS
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON AJONJOLÍ (30 g)	ARROZ CON AJONJOLÍ (90 g)	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ	ARROZ CON AJONJOLÍ
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA LICUADA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA
BEBIDA CALIENTE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AROMÁTICA DE MORA SIN AZÚCAR	AGUA DE PANELA EN LECHE + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	15 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_15	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	AROMÁTICA DE GUAYABA	COLADA DE AVENA + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA LICUADA EN LA COLADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE MANZANA SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE
DERIVADO CEREAL	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA LICUADA EN LA LECHE	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA
FRUTA	MANGO PICADO	MANGO PICADO	COMPOTA DE MANGO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA (120 g)	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA (43 g)	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES MECHADA EN SALSA CRIOLLA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL PEREJIL (50 g)	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA CAMPESINA	CALABAZA Y ZANAHORIA GUISADAS	CALABAZA Y ZANAHORIA GUISADAS PROCESADAS	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA	ENSALADA CAMPESINA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA COCIDA CON CASCARA	PURÉ DE PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA COCIDA CON CASCARA (30 g)	PAPA COCIDA CON CASCARA (90 g)	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA COCIDA CON CASCARA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ LICUADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ
BEBIDA DE FRUTA	NARANJADA	NARANJADA	NARANJADA	NARANJADA SIN AZÚCAR	NARANJADA	NARANJADA	NARANJADA SIN AZÚCAR	NARANJADA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA SIN AZÚCAR	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	AROMÁTICA DE PERA SIN AZÚCAR	SORBETE DE CURUBA
DERIVADO CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO) LICUADA EN EL SORBETE	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO DESMECHADO O FINAMENTE PICADO	POLLO GUISADO PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO (140 g)	POLLO GUISADO (50 g)	POLLO GUISADO	POLLO GUISADO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON ZANAHORIA (30 g)	ARROZ CON ZANAHORIA (90 g)	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA LICUADA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON MIEL	LECHE CALIENTE CON MIEL	LECHE CALIENTE CON MIEL	LECHE CALIENTE CON CANELA SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE CON MIEL	LECHE CALIENTE CON MIEL	AROMÁTICA DE HIERBAS SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE CON MIEL + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	16 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_16	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO Y JENGIBRE
BEBIDA LÁCTEA	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	AROMÁTICA DE FRUTAS SIN AZÚCAR	CHOCOLATE EN LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	AREPA	AREPA	AREPA LICUADA EN EL CHOCOLATE	AREPA (45 g)	AREPA CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	AREPA	AREPA	AREPA
FRUTA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PURÉ DE PAPAYA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	MANZANA PICADA	PAPAYA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE MARACUYÁ	SORBETE DE MARACUYÁ (MARACUYÁ PREVIAMENTE ESCALDADA)	SORBETE DE MARACUYÁ	SORBETE DE MARACUYÁ SIN AZÚCAR	SORBETE DE MARACUYÁ	SORBETE DE MARACUYÁ	AROMÁTICA DE HIERBABUENA SIN AZÚCAR	SORBETE DE MARACUYÁ
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ LICUADO EN EL SORBETE	PAN DE MAIZ (30 g)	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	GOULASH DE CARNE DE RES	GOULASH DE CARNE DE RES FINAMENTE PICADA	GOULASH DE CARNE DE RES PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	GOULASH DE CARNE DE RES	GOULASH DE CARNE DE RES (120 g)	GOULASH DE CARNE DE RES (43 g)	GOULASH DE CARNE DE RES	GOULASH DE CARNE DE RES
CEREAL	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL PIMENTON PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL PIMENTON
VERDURA O ENSALADA	VERDURA MIXTA	VERDURA MIXTA	VERDURA MIXTA PROCESADA	VERDURA MIXTA	VERDURA MIXTA	VERDURA MIXTA (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	VERDURA MIXTA	VERDURA MIXTA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA PROCESADA	PAPA CRIOLLA COCIDA (30 g)	PAPA CRIOLLA DORADA (60 g)	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS LICUADA	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA SIN AZÚCAR	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA	JUGO DE UVA SIN AZÚCAR	JUGO DE UVA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	AGUA DE PANELA	AROMÁTICA CON QUESO CAMPESINO	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO	AROMÁTICA DE MORA SIN AZÚCAR CON QUESO CAMPESINO	AGUA DE PANELA CON QUESO CAMPESINO
DERIVADO CEREAL	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL LICUADO EN EL AGUA DE PANELA	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO	PAN TAJADO INTEGRAL
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO + CON QUESO CAMPESINO LICUADO	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO	COMPOTA DE MANZANA Y BANANO
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	LENGUA EN SALSA	LENGUA EN SALSA FINAMENTE PICADA	LENGUA EN SALSA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	LENGUA EN SALSA	LENGUA EN SALSA (90 g)	LENGUA EN SALSA (no se modifica porción)	LENGUA EN SALSA	LENGUA EN SALSA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ ATOMATADO (30 g)	ARROZ ATOMATADO (90 g)	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA LICUADA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	17 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_17	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE GUAYABA SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	EMPAREDADO DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO LICUADO EN EL CAFÉ	EMPAREDADO DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	EMPAREDADO DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO	EMPAREDADO DE QUESO
FRUTA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA PROCESADA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	BATIDO DE GUANÁBANA CON MIEL	BATIDO DE GUANÁBANA CON MIEL	BATIDO DE GUANÁBANA CON MIEL	BATIDO DE GUANÁBANA SIN AZÚCAR	BATIDO DE GUANÁBANA CON MIEL	BATIDO DE GUANÁBANA CON MIEL	AROMÁTICA DE MANZANA	BATIDO DE GUANÁBANA CON MIEL
DERIVADO CEREAL	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA LICUADA EN EL BATIDO	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA
FRUTA	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO		EN EL BATIDO
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO A LAS FINAS HIERBAS FINAMENTE PICADO O DESMECHADO	POLLO A LAS FINAS HIERBAS PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO A LAS FINAS HIERBAS (140 g)	POLLO A LAS FINAS HIERBAS (50 g)	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	POLLO A LAS FINAS HIERBAS
CEREAL	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ ATOMATADO (50 g)	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO	ARROZ ATOMATADO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO PROCESADO	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO (30)	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO (90 g)	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO	PLÁTANO CON QUESO Y BOCADILLO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA LICUADA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO (ESCALDADO)	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO SIN AZÚCAR	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO	JUGO DE LULO SIN AZÚCAR	JUGO DE LULO + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA DERIVADO CEREAL	PETO DE MAIZ DULCE	PETO DE MAIZ DULCE	PETO DE MAIZ DULCE LICUADO	PETO DE MAIZ SIN DULCE	PETO DE MAIZ DULCE	PETO DE MAIZ DULCE	AROMÁTICA DE PERA	PETO DE MAIZ DULCE
FRUTA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PROCESADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE RES PICADA FINAMENTE	CARNE DE RES PICADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE RES PICADA (100 g)	CARNE DE RES PICADA (37 g)	CARNE DE RES PICADA	CARNE DE RES PICADA
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	GUACAMOLE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE DOBLE PORCIÓN
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (30 g)	ARROZ BLANCO (90 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA LICUADA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE ARRACACHA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	18 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_18	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA PATILLA PICADA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MORA Y CANELA
BEBIDA LÁCTEA	AGUA DE PANELA	AGUA DE PANELA	AGUA DE PANELA	AROMÁTICA SIN AZÚCAR	AGUA DE PANELA	AGUA DE PANELA	AROMÁTICA DE MANZANA	AGUA DE PANELA + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CHANGUA CON HUEVO	CHANGUA CON HUEVO	CHANGUA CON HUEVO LICUADA	CHANGUA CON HUEVO	CHANGUA CON HUEVO	CHANGUA CON HUEVO	CALDO DE HUEVO	CHANGUA CON HUEVO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	TOSTADAS	TOSTADAS	TOSTADAS LICUADAS EN LA CHANGUA	TOSTADAS (30 g)	TOSTADAS CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	TOSTADAS	TOSTADAS	TOSTADAS
FRUTA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA PROCESADA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA	PERA	GRANADILLA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA	EN LA FRUTA
DERIVADO CEREAL	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA LICUADA EN LA PAPILLA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT (MANZANA RALLADA)	PAPILLA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	ALBONDIGAS	ALBONDIGAS	ALBONDIGAS PROCESADAS O LICUADAS + 15 mL DE AGUA	ALBONDIGAS	ALBONDIGAS (160 g)	ALBONDIGAS (60 g)	ALBONDIGAS	ALBONDIGAS
CEREAL	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS PROCESADOS + 30 mL DE AGUA	SPAGUETTIS (50 g)	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO PROCESADA	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO	AHUYAMA Y CALABAZA GUISADAS	ENSALADA ROJA CON LIMÓN Y CILANTRO DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO PROCESADO	PLATANO COCIDO (30 g)	PLATANO COCIDO (90 g)	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO	PLATANO COCIDO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE MENUDENCI AS	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE MENUDENCIAS LICUADA	SOPA DE MENUDENCIAS	SOPA DE MENUDENCIAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE MENUDENCI AS	SOPA DE MENUDENCI AS	SOPA DE MENUDENCI AS
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE CURUBA	JUGO DE CURUBA	JUGO DE CURUBA	JUGO DE CURUBA SIN AZÚCAR	JUGO DE CURUBA	JUGO DE CURUBA	JUGO DE CURUBA SIN AZÚCAR	JUGO DE CURUBA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	AROMÁTICA DE FRUTAS SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA CON GUAYABA
DERIVADO CEREAL	TORTA DE BANANO	TORTA DE BANANO	TORTA DE BANANO LICUADA EN LA COLADA	TORTA DE BANANO	TORTA DE BANANO	TORTA DE BANANO	TORTA DE BANANO	TORTA DE BANANO
FRUTA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO ASADO	FILETE DE PESCADO DORADO PROCESADO O LICUADO	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO DORADO (160 g)	FILETE DE PESCADO DORADO (59 g)	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO DORADO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA PROCESADA	PAPA CRIOLLA COCIDA (30 g)	PAPA CRIOLLA DORADA (45 g)	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA	PAPA CRIOLLA DORADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS LICUADA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMÁTICA DE MORA SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE CON CANELA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	19 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_19	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE SIN AZÚCAR	TÉ EN LECHE	TÉ EN LECHE	AROMÁTICA DE HIERBABUENA SIN AZÚCAR	TÉ EN LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE FINAMENTE PICADA	CALDO DE PAPA CON CARNE LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	MOGOLLA	MOGOLLA	MOGOLLA LICUADA EN EL TÉ	MOGOLLA (30 g)	MOGOLLA CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	MOGOLLA	MOGOLLA	MOGOLLA
FRUTA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	COMPOTA DE PERA CON CANELA	PAPAYA DOBLE PORCION
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE MORA	CAFÉ CON LECHE
DERIVADO CEREAL	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER LICUADA EN EL CAFÉ	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER
FRUTA	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	FRESA PROCESADA CON CREMA DE LECHE	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE	FRESA PICADA	FRESA PICADA CON CREMA DE LECHE
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO SUDADO (COLOMBINA)	POLLO DORADO (COLOMBINA) PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO DORADO (COLOMBINA) 160 g	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO DORADO (COLOMBINA)
CEREAL	ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	ZANAHORIA CON PEPINO GUISADO	ZANAHORIA CON PEPINO GUISADO PROCESADA	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE	ZANAHORIA CON PEPINO GUISADO	ENSALADA DE ZANAHORIA, PEPINO COHOMBRO, TOMATE Y VINAGRE DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	PURÉ DE YUCA	YUCA COCIDA (30)	YUCA COCIDA (90 g)	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA	YUCA COCIDA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS LICUADA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE FIDEOS
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON AZÚCAR	AGUA DE PANELA FRIA	LIMONADA CON AZÚCAR	LIMONADA SIN AZÚCAR	LIMONADA CON AZÚCAR	LIMONADA CON AZÚCAR	LIMONADA SIN AZÚCAR	LIMONADA CON AZÚCAR + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA SIN AZÚCAR	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA	AROMÁTICA DE GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA
DERIVADO CEREAL	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA LICUADA EN EL SORBETE	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE CERDO MECHADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE CERDO MECHADA (100 g)	CARNE DE CERDO MECHADA (37 g)	CARNE DE CERDO MECHADA	CARNE DE CERDO MECHADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ AJONJOLÍ	ARROZ AJONJOLÍ	ARROZ AJONJOLÍ PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AJONJOLÍ (30 g)	ARROZ AJONJOLÍ (90 g)	ARROZ AJONJOLÍ	ARROZ AJONJOLÍ	ARROZ AJONJOLÍ
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN LICUADA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES SIN LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LIMÓN + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	20 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_20	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUE NA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUE NA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUE NA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUENA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUE NA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUE NA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUENA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA Y HIERBABUENA
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO SIN AZÚCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO	AROMÁTICA DE MORA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO	HUEVOS REVUELTOS CON QUESO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ LICUADO EN LA COLADA	PAN DE MAIZ (30 g)	PAN DE MAIZ CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ
FRUTA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PROCESADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE GUAYABA	LECHE CALIENTE
DERIVADO CEREAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL LICUADA EN LA LECHE	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA	MOGOLLA INTEGRAL
FRUTA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA PROCESADA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA	PERA	GRANADILLA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO DORADA	CARNE DE CERDO DORADA FINAMENTE PICADA	CARNE DE CERDO DORADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO DORADA	CARNE DE CERDO DORADA (120 g)	CARNE DE CERDO DORADA (43 g)	CARNE DE CERDO DORADA	CARNE DE CERDO DORADA
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON ZANAHORIA (50 g)	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA
VERDURA O ENSALADA	GUACAMOLE	GUACAMOLE	GUACAMOLE	GUACAMOLE	GUACAMOLE	GUACAMOLE	GUACAMOLE	GUACAMOLE DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA AL VAPOR	PAPA AL VAPOR	PAPA AL VAPOR EN PURÉ	PAPA AL VAPOR (30 g)	PAPA AL VAPOR (90 g)	PAPA AL VAPOR	PAPA AL VAPOR	PAPA AL VAPOR
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE LENTEJAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE LENTEJAS LICUADA	SOPA DE LENTEJAS	SOPA DE LENTEJAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE LENTEJAS
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA SIN AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA SIN AZÚCAR	JUGO DE PIÑA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE MANGO	SORBETE DE MANGO	SORBETE DE MANGO	SORBETE DE MANGO SIN AZÚCAR	SORBETE DE MANGO	SORBETE DE MANGO	AROMÁTICA DE MANZANA	SORBETE DE MANGO
DERIVADO CEREAL	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA LICUADA EN EL SORBETE	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA	GALLETA DE AVENA
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES AL CILANTRO FINAMENTE PICADA	CARNE DE RES AL CILANTRO PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES AL CILANTRO (100 g)	CARNE DE RES AL CILANTRO (37 g)	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES AL CILANTRO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS PROCESADOS + 30 mL DE AGUA	SPAGUETTIS (30 g)	SPAGUETTIS (120 g)	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA LICUADA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MARACUYA Y CANELA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	21 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_21	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO		TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE PERA	CAFÉ CON LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS	HUEVOS PERICOS
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA PROCESADA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA	PERA	GRANADILLA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA SIN AZÚCAR	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	AROMÁTICA DE HIERBABUENA	SORBETE DE CURUBA
DERIVADO CEREAL	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA LICUADA EN EL SORBETE	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA
FRUTA								
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CERDO Y RES EN EL COCIDOS	CERDO Y RES EN EL COCIDOS, FINAMENTE PICADOS	CERDO Y RES EN EL COCIDOS PROCESADOS O LICUADOS + 15 mL DE AGUA	CERDO Y RES EN EL COCIDOS	CERDO Y RES EN EL COCIDOS (120 g)	CERDO Y RES EN EL COCIDOS (40 g)	CERDO Y RES EN EL COCIDOS	CERDO Y RES EN EL COCIDOS
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	EN EL COCIDO BOYACENSE	EN EL COCIDO BOYACENSE	EN EL COCIDO BOYACENSE	EN EL COCIDO BOYACENSE	EN EL COCIDO BOYACENSE	EN EL COCIDO BOYACENSE	EN EL COCIDO BOYACENSE	EN EL COCIDO BOYACENSE DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA DORADA	PAPA DORADA	PAPA DORADA PROCESADA	PAPA SALADA (30 g)	PAPA DORADA (60 g)	PAPA DORADA	PAPA DORADA	PAPA DORADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	COCIDO BOYACENSE	COCIDO BOYACENSE	COCIDO BOYACENSE LICUADO	COCIDO BOYACENSE	COCIDO BOYACENSE + 1 CUCHARADA DE ACEITE	COCIDO BOYACENSE	COCIDO BOYACENSE	COCIDO BOYACENSE
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA SIN AZÚCAR	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA SIN AZÚCAR	JUGO DE MORA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA SIN AZÚCAR	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA	AROMÁTICA DE FRUTAS	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON FRESA
DERIVADO CEREAL	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ LICUADO EN LA COLADA	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	PECHUGA GRATINADA	PECHUGA GRATINADA FINAMENTE PICADA	PECHUGA GRATINADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	PECHUGA GRATINADA	PECHUGA GRATINADA (140 g)	PECHUGA GRATINADA (50 g)	PECHUGA GRATINADA	PECHUGA GRATINADA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL PEREJIL (30 g)	ARROZ AL PEREJIL (90 g)	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ LICUADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	LECHE CON CANELA	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AROMÁTICA DE MORA SIN AZÚCAR	AGUA DE PANELA EN LECHE + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	22 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_22	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FECULA DE MAIZ	COLADA DE FECULA DE MAIZ	COLADA DE FECULA DE MAIZ	COLADA DE FECULA DE MAIZ SIN AZÚCAR	COLADA DE FECULA DE MAIZ	COLADA DE FECULA DE MAIZ	AROMÁTICA DE HIERBABUENA	COLADA DE FECULA DE MAIZ + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO REVUELTO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO	HUEVO COCIDO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO LICUADO EN LA COLADA	PAN BLANDO (30 g)	PAN BLANDO CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN BLANDO	PAN BLANDO	PAN BLANDO
FRUTA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	COMPOTA DE MANZANA	PAPAYA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	AROMÁTICA DE MORA	CHOCOLATE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO LICUADO EN EL CHOCOLATE	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO	PONQUÉ TAJADO
FRUTA	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	PAPILLA DE PATILLA Y MELÓN	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	PICADO DE PATILLA Y MELÓN	PICADO DE PATILLA Y MELÓN
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS FINAMENTE PICADA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (120 g)	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS (43 g)	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS
CEREAL	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ PAJARITO (50 g)	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO
VERDURA O ENSALADA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA	POTECA DE AHUYAMA CON ARVEJA VERDE FRESCA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PURÉ DE PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL (30 g)	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL (90 g)	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL	PAPA CRIOLLA AL PEREJIL
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO LICUADA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO SIN AZÚCAR	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MANGO SIN AZÚCAR	JUGO DE MANGO + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	COLADA DE AVENA CON GUAYABA	AROMÁTICA DE GUAYABA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA CON GUAYABA
DERIVADO CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA LICUADA EN LA COLADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A
FRUTA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE CERDO GUISADA FINAMENTE PICADA	CARNE DE CERDO GUISADA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE CERDO GUISADA (100 g)	CARNE DE CERDO GUISADA (37 g)	CARNE DE CERDO GUISADA	CARNE DE CERDO GUISADA
VERDURA O ENSALADA	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS PROCESADA	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS	TORTILLA DE VERDURAS DOBLE PORCIÓN
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPAS A LA FRANCESA	PAPAS A LA FRANCESA	PAPAS A LA FRANCESA PROCESADAS	PAPA COCIDA (25 g)	PAPAS A LA FRANCESA (45 g)	PAPAS A LA FRANCESA	PAPAS A LA FRANCESA	PAPAS A LA FRANCESA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS LICUADA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE CON CANELA	LECHE CALIENTE CON CANELA	AROMÁTICA DE MANZANA SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE CON CANELA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	23 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_23	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE MANZANA	LECHE CALIENTE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE FINAMENTE PICADA	CALDO DE PAPA CON CARNE LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN HOJALDRAD O	PAN HOJALDRAD O	PAN HOJALDRADO LICUADO EN LA LECHE	PAN HOJALDRADO (30 g)	PAN HOJALDRADO CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN HOJALDRAD O	PAN HOJALDRAD O	PAN HOJALDRAD O
FRUTA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPILLA DE PAPAYA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	MANZANA PICADA	PAPAYA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA SIN AZÚCAR	SORBETE DE MORA	SORBETE DE MORA	AROMÁTICA DE MORA	SORBETE DE MORA
DERIVADO CEREAL	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER LICUADA EN EL SORBETE	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO SUDADO (COLOMBINA)	POLLO DORADO (COLOMBINA) PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO DORADO (COLOMBINA) 160 g	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO DORADO (COLOMBINA)	POLLO DORADO (COLOMBINA)
CEREAL	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS PROCESADOS + 30 mL DE AGUA	SPAGUETTIS (50 g)	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS	SPAGUETTIS
VERDURA O ENSALADA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	ACELGA SUDADA	ACELGA SUDADA PROCESADA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA	ACELGA SUDADA	TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA DORADA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA PROCESADA	PAPA EN PURE (30 g)	PAPA DORADA (60 g)	PAPA DORADA	PAPA AL VAPOR	PAPA DORADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA LICUADA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA SIN AZÚCAR	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE PIÑA SIN AZÚCAR	JUGO DE PIÑA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA SIN AZÚCAR	SORBETE DE GUANABANA	SORBETE DE GUANABANA	AROMÁTICA DE GUAYABA	SORBETE DE GUANABANA
DERIVADO CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO) LICUADA EN EL SORBETE	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN FINAMENTE PICADA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN (100 g)	CARNE DE RES AL PIMENTÓN (37 g)	CARNE DE RES AL PIMENTÓN	CARNE DE RES AL PIMENTÓN
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON ZANAHORIA (30 g)	ARROZ CON ZANAHORIA (90 g)	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON ZANAHORIA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA LICUADA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRESA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	24 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_24	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON FRUTOS ROJOS
BEBIDA LÁCTEA	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE SIN AZÚCAR	CHOCOLATE EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	AROMÁTICA DE MANZANA	CHOCOLATE EN LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO PROCESADO EN LA COMPOTA	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO	QUESO CAMPESINO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	AREPA	AREPA	AREPA LICUADA CON EL CHOCOLATE	AREPA (45 g)	AREPA CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	AREPA	AREPA	AREPA
FRUTA	MANGO PICADO	MANGO PICADO	COMPOTA DE MANGO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	BATIDO DE BANANO	BATIDO DE BANANO	BATIDO DE BANANO	BATIDO DE BANANO	BATIDO DE BANANO	BATIDO DE BANANO	AROMÁTICA DE PERA SIN AZÚCAR	BATIDO DE BANANO
DERIVADO CEREAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL LICUADA EN EL BATIDO	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA INTEGRAL	MOGOLLA	MOGOLLA INTEGRAL
FRUTA	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO	EN EL BATIDO		EN EL BATIDO
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	CARNE DE CERDO FINAMENTE PICADA EN SALSA HAWAIANA	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA (120 g)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA (43 g)	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA	CARNE DE CERDO EN SALSA HAWAIANA
CEREAL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL PEREJIL (50 g)	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ AL PEREJIL
VERDURA O ENSALADA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	PEPINO GUISADO	PEPINO GUISADO PROCESADO	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	PEPINO GUISADO	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPA SALADA	PAPA SALADA	PAPA SALADA EN PURÉ	PAPA SALADA (30 g)	PAPA SALADA (90 g)	PAPA SALADA	PAPA SALADA	PAPA SALADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	SOPA DE VERDURAS	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA LICUADA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE VERDURAS	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA	CAZUELA DE ARVEJA VERDE SECA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZÚCAR	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE GUAYABA SIN AZÚCAR	JUGO DE GUAYABA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA DERIVADO CEREAL	ARROZ CON LECHE	ARROZ CON LECHE	ARROZ CON LECHE LICUADO O PROCESADO	ARROZ CON LECHE SIN AZÚCAR	ARROZ CON LECHE	ARROZ CON LECHE	AROMÁTICA DE HIERBAS CON GALLETAS DE SODA	ARROZ CON LECHE
FRUTA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA LICUADA EN EL ARROZ CON LECHE	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE RES MECHADA BBQ	CARNE DE RES MECHADA	CARNE DE RES MECHADA BBQ PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES MECHADA BBQ	CARNE DE RES MECHADA BBQ (100 g)	CARNE DE RES MECHADA SIN BBQ (37 g)	CARNE DE RES MECHADA BBQ	CARNE DE RES MECHADA BBQ
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	TAJADA DE PLÁTANO	TAJADA DE PLÁTANO ASADO	TAJADA DE PLÁTANO PROCESADA	TAJADA DE PLÁTANO (25 g)	TAJADA DE PLÁTANO (45 g)	TAJADA DE PLÁTANO	TAJADA DE PLÁTANO	TAJADA DE PLÁTANO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ LICUADA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ	SOPA DE ARROZ
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON TOMATE DE ARBOL + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	25 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_25	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA SIN AZÚCAR	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA	AROMÁTICA DE FRUTAS	COLADA DE HARINA DE PLÁTANO CON MORA + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE FINAMENTE PICADA	CALDO DE PAPA CON CARNE LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE	CALDO DE PAPA CON CARNE
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ LICUADO EN LA COLADA	PAN DE MAIZ (30 g)	PAN DE MAIZ CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ	PAN DE MAIZ
FRUTA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE	TE EN LECHE SIN AZÚCAR	TE EN LECHE	TE EN LECHE	AROMÁTICA DE HIERBABUENA SIN AZÚCAR	TE EN LECHE
DERIVADO CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO) LICUADA EN EL TÉ	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)
FRUTA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA LICUADA EN EL TÉ	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA	FRESA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO ASADO	FILETE DE PESCADO DORADO PROCESADO O LICUADO	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO DORADO (160 g)	FILETE DE PESCADO DORADO (62 g)	FILETE DE PESCADO DORADO	FILETE DE PESCADO DORADO
CEREAL	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL CILANTRO (50 g)	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO	ARROZ AL CILANTRO
VERDURA O ENSALADA	ENSALADA AGRIDULCE	ZANAHORIA Y CALABAZA GUISADAS	ZANAHORIA Y CALABAZA GUISADAS PROCESADAS	ENSALADA AGRIDULCE	ENSALADA AGRIDULCE	ENSALADA AGRIDULCE	ZANAHORIA Y CALABAZA GUISADAS	ENSALADA AGRIDULCE DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA (30 g)	PURÉ DE PAPA (90 g)	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA	PURÉ DE PAPA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA LICUADA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA	SOPA DE AVENA
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MARACUYA (ESCALDADA)	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MARACUYA SIN AZÚCAR	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MARACUYA (ESCALDADA) SIN AZÚCAR	JUGO DE MARACUYA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA								
DERIVADO CEREAL	FLAN	FLAN	FLAN	FLAN SIN AZÚCAR	FLAN	FLAN	AROMÁTICA DE MORA	FLAN
FRUTA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	MANZANA PICADA	PAPAYA PICADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	POLLO EN SALSA (COLOMBINA)	POLLO EN SALSA (COLOMBINA)	POLLO EN SALSA (COLOMBINA) PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	POLLO EN SALSA (COLOMBINA)	POLLO EN SALSA (COLOMBINA) 180 g	POLLO EN SALSA (COLOMBINA)	POLLO EN SALSA (COLOMBINA)	POLLO EN SALSA (COLOMBINA)
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ ATOMATADO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ ATOMATADO (30 g)	ARROZ ATOMATADO (90 g)	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ ATOMATAD O	ARROZ ATOMATAD O
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA LICUADA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA	SOPA DE AHUYAMA
BEBIDA CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	LECHE CALIENTE	AROMÁTICA DE HIERBAS SIN AZÚCAR	LECHE CALIENTE + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	26 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_26	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON PIÑA
BEBIDA LÁCTEA	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AROMÁTICA DE HIERBABUENA SIN AZÚCAR	CAFÉ CON LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO LICUADO O PROCESADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO	CALDO DE PAPA CON PESCADO
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO INTEGRAL LICUADO EN EL CAFÉ	PAN TAJADO INTEGRAL (30 g)	PAN TAJADO INTEGRAL CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN TAJADO INTEGRAL	PAN TAJADO	PAN TAJADO INTEGRAL
FRUTA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPILLA DE PAPAYA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	PAPAYA PICADA	MANZANA PICADA	PAPAYA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA SIN AZÚCAR	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	AROMÁTICA DE MORA	SORBETE DE CURUBA
DERIVADO CEREAL	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA LICUADA EN EL SORBETE	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA	MANTECADA
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI FINAMENTE PICADA	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI (120 g)	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI (43 g)	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRI
CEREAL	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ AL PIMENTÓN (50 g)	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN	ARROZ AL PIMENTÓN
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS PROCESADAS	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS (HERVIR Y CAMBIAR EL AGUA 2 VECES)	VERDURAS SALTEADAS	VERDURAS SALTEADAS DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAPAS A LA FRANCESA	PAPAS A LA FRANCESA	PAPAS A LA FRANCESA PROCESADAS	PAPA CHORREADA (30 g)	PAPAS A LA FRANCESA (60 g)	PAPAS A LA FRANCESA	PAPAS A LA FRANCESA	PAPAS A LA FRANCESA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN LICUADA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL (ESCALDADO)	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SIN AZÚCAR	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE TOMATE DE ARBOL (ESCALDADO) SIN AZÚCAR	JUGO DE TOMATE DE ARBOL + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	CANDIL	CANDIL	CANDIL	CANDIL	CANDIL	CANDIL	AROMÁTICA DE GUAYABA	CANDIL
DERIVADO CEREAL	MAIZ PIRA	MAIZ PIRA	GALLETAS DE DULCE LICUADAS EN LA COMPOTA	MAIZ PIRA	MAIZ PIRA	MAIZ PIRA	MAIZ PIRA	MAIZ PIRA
FRUTA	MANGO PICADO	MANGO PICADO	COMPOTA DE MANGO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO	MANGO PICADO
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	POLLO DORADO	POLLO SUDADO	POLLO DORADO PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	POLLO DORADO	POLLO DORADO (140 g)	POLLO DORADO (50 g)	POLLO DORADO	POLLO DORADO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (30 g)	ARROZ BLANCO (90 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA LICUADA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA	SOPA CARMELITA
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON UCHUVA + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Versión:	2
		Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	27 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_27	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	TINTO	TINTO	TINTO	TINTO SIN AZÚCAR	TINTO	TINTO	AROMÁTICA DE FRESA SIN AZÚCAR	TINTO
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA	COLADA DE AVENA	AROMÁTICA DE MANZANA SIN AZÚCAR	COLADA DE AVENA + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA	HUEVO EN TORTILLA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO LICUADO EN LA COLADA	PAN ROLLO (30 g)	PAN ROLLO CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	PAN ROLLO	PAN ROLLO	PAN ROLLO
FRUTA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA PROCESADA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA	MANDARINA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	KUMIS	KUMIS	KUMIS	KUMIS	KUMIS	KUMIS	AROMÁTICA DE PERA SIN AZÚCAR	KUMIS
DERIVADO CEREAL	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA CRACKER SABORIZADA LICUADA EN EL KUMIS	GALLETA CRACKER SABORIZADA	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A	GALLETA CRACKER SABORIZAD A
FRUTA	GRANADILLA	GRANADILLA	GRANADILLA PROCESADA	GRANADILL A	GRANADILL A	GRANADILL A	PERA	GRANADILL A
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO AL AJILLO	CARNE DE CERDO AL AJILLO FINAMENTE PICADA	CARNE DE CERDO AL AJILLO PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	CARNE DE CERDO AL AJILLO	CARNE DE CERDO AL AJILLO (120 g)	CARNE DE CERDO AL AJILLO (43 g)	CARNE DE CERDO AL AJILLO	CARNE DE CERDO AL AJILLO
CEREAL	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON AJONJOLI (50 g)	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ CON AJONJOLI
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	GUACAMOLE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE	TAJADA DE AGUACATE DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	YUCA DORADA	YUCA SUDADA	PURÉ DE YUCA	YUCA COCIDA (30 g)	YUCA DORADA (60 g)	YUCA DORADA	YUCA SUDADA	YUCA DORADA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS LICUADA	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE CONCHITAS
BEBIDA DE FRUTA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA SIN AZÚCAR	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA	JUGO DE MORA SIN AZÚCAR	JUGO DE MORA + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA SIN AZÚCAR	SORBETE DE CURUBA	SORBETE DE CURUBA	AROMÁTICA DE HIERBAS	SORBETE DE CURUBA
DERIVADO CEREAL	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO) LICUADA EN EL SORBETE	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)	TORTA (NEGRA O DE BANANO)
FRUTA	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE	EN EL SORBETE		EN EL SORBETE
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES AL CILANTRO FINAMENTE PICADA	CARNE DE RES AL CILANTRO PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES AL CILANTRO (100 g)	CARNE DE RES AL CILANTRO (37 g)	CARNE DE RES AL CILANTRO	CARNE DE RES AL CILANTRO
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ PAJARITO (30 g)	ARROZ PAJARITO (90 g)	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO	ARROZ PAJARITO
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO LICUADA	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON LULO + 1 VASO DE AGUA

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES	Código:	FOR-PSS-206
		Versión:	2
	FORMATO CICLO DE MENÚS DERIVADO	Fecha: Memo I202303942 - 20/12/2023	
		Página:	28 de 28

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: VEJEZ
SERVICIO SOCIAL O MODALIDAD: COMUNIDAD DE CUIDADO LIBERTAD
GRUPO DE EDAD: MAYORES DE 60 AÑOS
FECHA DE ELABORACIÓN: 15/08/26

SEMANA 1								
COMPONENTE MINUTA PATRÓN	MENÚ_28	BLANDA	TURMIX	HIPOCALÓRICA	HIPERCALORICA HIPERPROTEICA	RENAL	ASTRINGENTE	ALTA EN FIBRA
TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO								
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA SIN AZÚCAR	AROMATICA DE HIERBAS NATURALES CON MANZANA Y CANELA
BEBIDA LÁCTEA	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE SIN AZÚCAR	AGUA DE PANELA EN LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	AROMÁTICA DE FRUTAS SIN AZÚCAR	AGUA DE PANELA EN LECHE + 1 VASO DE AGUA
PROTEÍNA	TAMAL	TAMAL	TAMAL (CON LA PROTEÍNA PROCESADA)	TAMAL	TAMAL	TAMAL	TAMAL	TAMAL
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	AREPA	AREPA	AREPA LICUADA EN EL AGUA DE PANELA	AREPA (45 g)	AREPA CON MANTEQUILLA, MARGARINA O MERMELADA (10 g)	AREPA	AREPA	AREPA
FRUTA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PROCESADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA	PATILLA PICADA DOBLE PORCIÓN
TIEMPO DE COMIDA: NUEVES O NUEVES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	EN LA ENSALADA DE FRUTAS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS	EN LA ENSALADA DE FRUTAS
DERIVADO CEREAL	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER PROCESDAS EN LA PAPILLA	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER	GALLETA WAFER
FRUTA	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT (MANZANA RALLADA)	PAPILLA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT
TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO								
PROTEÍNA	POLLO GUISADO (PIERNA)	POLLO GUISADO (PIERNA)	POLLO GUISADO (PIERNA) PROCESADA O LICUADA + 15 mL DE AGUA	POLLO GUISADO (PIERNA)	POLLO GUISADO (PIERNA) 160 g	POLLO GUISADO (PIERNA)	POLLO GUISADO (PIERNA)	POLLO GUISADO (PIERNA)
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ BLANCO (50 g)	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
VERDURA O ENSALADA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	PEPINO GUISADO	PEPINO GUISADO PROCESADO	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA	PEPINO GUISADO	RODAJAS DE TOMATE EN VINAGRETA DOBLE PORCIÓN
TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	TAJADA DE PLÁTANO MADURO	TAJADA DE PLÁTANO MADURO	TAJADA DE PLÁTANO MADURO PROCESADA	TAJADA DE PLÁTANO MADURO ASADA (30 g)	TAJADA DE PLÁTANO MADURO (60 g)	TAJADA DE PLÁTANO MADURO	TAJADA DE PLÁTANO MADURO	TAJADA DE PLÁTANO MADURO
SOPA O CAZUELA O CREMA	AJIACO	AJIACO	AJIACO LICUADO	AJIACO	AJIACO + 1 CUCHARADA DE ACEITE	AJIACO	AJIACO	AJIACO
BEBIDA DE FRUTA	LIMONADA CON AZÚCAR	LIMONADA CON AZÚCAR	LIMONADA CON AZÚCAR	LIMONADA SIN AZÚCAR	LIMONADA CON AZÚCAR	LIMONADA CON AZÚCAR	LIMONADA SIN AZÚCAR	LIMONADA CON AZÚCAR + 1 VASO DE AGUA
TIEMPO DE COMIDA: ONCES U ONCES REFORZADAS								
BEBIDA LÁCTEA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA SIN AZÚCAR	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA	AROMÁTICA DE HIERBABUENA SIN AZÚCAR	COLADA DE FECULA DE MAIZ CON MORA
DERIVADO CEREAL	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER LICUADA EN LA COLADA	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER	GALLETA CRACKER
FRUTA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA	EN LA COLADA		EN LA COLADA
TIEMPO DE COMIDA: CENA								
PROTEÍNA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA PROCESADO O LICUADO + 15 mL DE AGUA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA (160 g)	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA (59 g)	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA	FILETE DE PESCADO EN SALSA BLANCA
VERDURA O ENSALADA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA	EN LA SOPA
CEREAL - TUBÉRCULO - PLÁTANO - RAÍZ	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA PROCESADO + 25 mL DE AGUA	ARROZ CON ESPINACA (30 g)	ARROZ CON ESPINACA (90 g)	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA	ARROZ CON ESPINACA
SOPA O CAZUELA O CREMA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN LICUADA	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN + 1 CUCHARADA DE ACEITE	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN	SOPA DE PATACÓN
BEBIDA CALIENTE	AROMATICA CON FRESAS	AROMATICA CON FRESAS	AROMATICA CON FRESAS	AROMATICA CON FRESAS SIN AZÚCAR	AROMATICA CON FRESAS	AROMATICA CON FRESAS	AROMATICA CON FRESAS SIN AZÚCAR	AROMATICA CON FRESAS + 1 VASO DE AGUA