REPORTE CICLOS DE MENÚS

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDÍA DE BUCARAMANGA**
MUNICIPIO	**BUCARAMANGA**
SEDE EDUCATIVA	**SEDES EDUCATIVAS PERTENECIENTES AL GRUPO 1 y 2**
OPERADOR	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Almuerzo

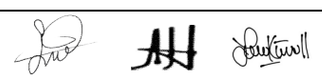
SEMANA No. 1

COMPONENTES	RANGOS DE PESO AL SERVIR RACION SERVIDA	LUNES. MENÚ No. 1	MARTES. MENÚ No. 2	MIERCOLES. MENÚ No. 3	JUEVES. MENÚ No. 4	VIERNES. MENÚ No. 5
ALIMENTO PROTEÍCO	30 a 60 g	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA	HUEVO REVUELTO	POLLO EN CUADRITOS CON SALSA CRIOLLA	CARNE MOLIDA	POLLO DESMECHADO
	15 a 120 g		ARVEJAS GUISADAS		FRIJOLES GUISADOS	
CEREALES	55 a 145 g	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ AL PIMENTON	ESPAGUETIS EN SALSA ROJA
TUBERCULO-RAIZ-PLATANO O DERIVADO CEREAL	40 a 140 g	PLATANO FRITO	FRITA DE TRIGO	PURE DE PAPA CON LECHE	MADURO COCIDO	PAPA FRANCESA
ENSALADA O VERDURA CALIENTE	50 a 90 g	ENSALADA CAMPESINA: Tomate, pepino, maiz tierno y zanahoria. Aderezo: limón y sal	RODAJAS DE TOMATE CON LIMÓN, SAL Y PIMIENTA	ENSALADA AGRIDULCE: Zanahoria, lechuga, piña calada. Aderezo con leche azucarada.	ENSALADA PICO DE GALLO: Tomate, cebolla y cilantro. Aderezo: limon, sal y vinagre	ENSALADA COMUN EN RODAJAS: Tomate y pepino. Aderezo: Vinagre, aceite, sal y limón.
BEBIDA	60 g (200 ml Jugo)	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	LIMONADA	JUGO DE MANGO EN AGUA	NARANJADA	JUGO TROPICAL EN AGUA
LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	Polvo 13 a 15 g Líquida 100 a 120 ml Queso 10 a 45 g	LECHE INCLUIDA EN EL JUGO		QUESO INCLUIDO EN LA ENSALADA Y LECHE INCLUIDO EL PURE DE PAPA	PORCION DE QUESO	
AGUA	150 a 220 ml	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA

SEMANA No. 2

COMPONENTES	RANGOS DE PESO AL SERVIR RACION SERVIDA	LUNES. MENÚ No. 6	MARTES. MENÚ No. 7	MIERCOLES. MENÚ No. 8	JUEVES. MENÚ No. 9	VIERNES. MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTEÍCO	30 a 60 g	CARNE DE RES TIPO HAMBURGUESA	POLLO APANADO	TORTILLA DE HUEVO	CARNE DE CERDO EN BISTEC	POLLO EN JULIANAS SALTEADO
	15 a 120 g			FRIJOLES GUISADOS		LENTEJAS GUISADAS
CEREALES	55 a 145 g	ARROZ CON ZANAHORIA Y HABICHUELA	MACARRONES EN SALSA BECHAMEL Y QUESO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ AL PEREJIL
TUBERCULO-RAIZ-PLATANO O DERIVADO CEREAL	40 a 140 g	PATACON	PAPA GUISADA	AREPA	MADURO ACARAMELADO	PAPA EN CASQUITOS
ENSALADA O VERDURA CALIENTE	50 a 90 g	ENSALADA TRICOLOR CON YOGURT: Lechuga, zanahoria, mango y piña calada. Aderezo: Yogurt	ENSALADA MIXTA: Tomate, zanahoria y pepino. Aderezo: limón, sal y pimienta	ENSALADA PICO DE GALLO: Tomate, cebolla y cilantro. Aderezo: limon, sal y vinagre	ENSALADA DE MANGO CON ZANAHORIA, LIMON Y SAL	RODAJAS DE TOMATE CON LIMÓN, SAL Y PIMIENTA

BEBIDA	**60 g (200 ml Jugo)**	**JUGO DE MARACUYA EN AGUA**	**JUGO DE LULO EN AGUA**	**LIMONADA DE PANELA**	**JUGO DE GUAYABA EN AGUA**	**NARANJADA**
LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	**Polvo 13 a 15 g Líquida 100 a 120 ml Queso 10 a 45 g**	**QUESO EN PORCIÓN**	**LECHE Y QUESO INCLUIDOS EN LA PASTA**		**QUESO EN PORCIÓN**	
AGUA	**150 a 220 ml**	**AGUA**	**AGUA**	**AGUA**	**AGUA**	**AGUA**
SEMANA No. 3						
COMPONENTES	**RANGOS DE PESO AL SERVIR RACION SERVIDA**	**LUNES. MENÚ No. 11**	**MARTES. MENÚ No. 12**	**MIERCOLES. MENÚ No. 13**	**JUEVES. MENÚ No. 14**	**VIERNES. MENÚ No. 15**
ALIMENTO PROTEÍCO	**30 a 60 g**	**TIRITAS DE CERDO APANADA**	**POLLO DESMECHADO**	**CARNE MOLIDA**	**HUEVOS PERICOS**	**PECHUGA GUISADA EN CUADROS**
	15 a 120 g	**ARVEJAS GUISADAS**			**LENTEJAS GUISADAS**	
CEREALES	**55 a 145 g**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ AL PIMENTON**	**ESPAGUETIS EN SALSA ROJA**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ CON ZANAHORIA**
TUBERCULO-RAIZ-PLATANO O DERIVADO CEREAL	**40 a 140 g**	**PAPA GUISADA**	**PAPA FRANCESA**	**TAJADAS DE PLATANO**	**DEDITOS DE HARINA DE MAIZ**	**PURE DE PAPA CON LECHE Y QUESO**
ENSALADA O VERDURA CALIENTE	**50 a 90 g**	**RODAJAS DE TOMATE CON LIMÓN, SAL Y PIMIENTA**	**MIX DE FRUTAS: Piña, melón y mango. Aderezo: Naranja y azúcar.**	**ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y ZANAHORIA CON YOGURT**	**ENSALADA COMUN EN RODAJAS: Tomate y pepino. Aderezo: Vinagre, aceite, sal y limón.**	**ENSALADA MIXTA: Tomate, zanahoria y pepino. Aderezo: limón, sal y pimienta**
BEBIDA	**60 g (200 ml Jugo)**	**JUGO DE GUAYABA CON LECHE**	**JUGO DE MORA EN AGUA**	**JUGO TROPICAL EN AGUA**	**NARANJADA**	**JUGO DE PIÑA EN AGUA**
LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	**Polvo 13 a 15 g Líquida 100 a 120 ml Queso 10 a 45 g**	**LECHE INCLUIDA EN EL JUGO**	**QUESO EN PORCIÓN**			**LECHE Y QUESO INCLUIDOS EL PURE DE PAPA**
AGUA	**150 a 220 ml**	**AGUA**	**AGUA**	**AGUA**	**AGUA**	**AGUA**
SEMANA No. 4						
COMPONENTES	**RANGOS DE PESO AL SERVIR RACION SERVIDA**	**LUNES. MENÚ No. 16**	**MARTES. MENÚ No. 17**	**MIERCOLES. MENÚ No. 18**	**JUEVES. MENÚ No. 19**	**VIERNES. MENÚ No. 20**
ALIMENTO PROTEÍCO	**30 a 60 g**	**CARNE DE RES TIPO HAMBURGUESA**	**PECHUGA DE POLLO APANADA EN CUADROS EN SALSA MARACUYÁ**	**TORTILLA DE HUEVO**	**POLLO A LA JARDINERA**	**CARNE DE CERDO A LA PLANCHA**
	15 a 120 g	**LENTEJAS GUISADAS**		**FRIJOLES GUISADOS**		
CEREALES	**55 a 145 g**	**ARROZ BLANCO**	**ARROZ CON FIDEOS**	**ARROZ AL PIMENTON**	**ARROZ BLANCO**	**MACARRONES EN SALSA DORADA**
TUBERCULO-RAIZ-PLATANO O DERIVADO CEREAL	**40 a 140 g**	**YUCA FRITA**	**TAJADAS DE PLATANO**	**AREPA**	**PAPA EN CUADRITOS CON CILANTRO**	**PAPA FRANCESA**
ENSALADA O VERDURA CALIENTE	**50 a 90 g**	**ENSALADA DE FRUTAS CON YOGURT: Piña, papaya, mango. Aderezo: Yogurt**	**ENSALADA CAMPESINA: Tomate, pepino, maiz tierno y zanahoria. Aderezo: limón y sal**	**RODAJAS DE TOMATE CON LIMÓN, SAL Y PIMIENTA**	**ENSALADA COLESLAW: Repollo, zanahoria, uva y queso. Aderezo: Aderezo de leche**	**ENSALADA PICO DE GALLO: Tomate, cebolla y cilantro. Aderezo: limon, sal y vinagre**
BEBIDA	**60 g (200 ml Jugo)**	**LIMONADA DE PANELA**	**JUGO DE MANGO CON LECHE**	**NARANJADA**	**JUGO DE LULO EN AGUA**	**JUGO DE GUAYABA EN AGUA**
LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	**Polvo 13 a 15 g Líquida 100 a 120 ml Queso 10 a 45 g**	**QUESO EN PORCIÓN**	**LECHE INCLUIDA EN EL JUGO**	**QUESO EN PORCIÓN**		
AGUA	**150 a 220 ml**					

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE		**Silvio Samper Osorio / Marffa Rodriguez / Laura I. Castellanos**	
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**1095829875 / 04895 / 02448**