TRES SALIDAS

- **SALIDA No 1 2 DÍAS Y 1 NOCHE PROGRAMA ADULTO MAYOR**
- **SALIDA No 2 PASADIA MUJERES**
- **SALIDA No 3 PASADIA CUIDADORAS**

ITEM	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
	SALIDA No 1 ADULTO MAYOR	
1	Hotel mínimo con 150 habitaciones– Alojamiento 1 noche , Habitaciones compartidas de 3 a 4 camas por habitación (1 por persona), con TV, acceso a wifi, aire acondicionado, baño con ducha regadera (debe disponer de los elementos mínimos, papel higiénico, toallas, jabones y caneca de basuras. Las instalaciones deben contar como mínimo con piscina, Jacuzzis, Sauna, Baño duchas y fácil acceso para personas adultas mayores y/o para personas con movilidad reducida ,Turco, Gimnasio, Spa, canchas de tenis en polvo de ladrillo, cancha múltiple - futbol cinco, Vóley playa, amplias zonas verdes, sendero ecológico, área de hamacas, ping pong, futbol de mesa y variedad de juegos para compartir, restaurante con amplia capacidad para la atención de los adultos mayores y por seguridad con salidas de emergencia.	**320 PERSONAS**
2	Desayunos tipo buffet, día 1 y día 2; posibles sugerencias: **DESAYUNO COMPUESTO 1**: -Bebida café en leche o chocolate calientes o jugo natural, 7 onzas debidamente presentado -Producto elaborado a base de harina o maíz: puede ser arepa, pan, envuelto 200 gramos. -Proteína: huevos al gusto 200 gramos. -Caldo de carne o pescado 1 taza de 125 ml. O **DESAYUNO COMPUESTO 2**: -Jugo natural de 7 onzas (naranja, mandarina, mora, guanábana). -Bebida café en leche o chocolate calientes 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable con tapa. -Producto elaborado a base de harina o maíz: puede ser a repa, pan, envuelto 200 gramos. -Proteína: huevos al gusto 200 gramos	640
3	Almuerzos tipo buffet, deben contar con: entrada, plato fuerte, postre y bebida. día 1 y día 2; posibles sugerencias técnicas: **ALMUERZO COMPUESTO 1**: -125 gr de arroz blanco -100 gr de papa, yuca, o plátano -100 gr de verdura o grano -150 gr de carne de res, pollo o pescado -Porción de crema de vegetales 1 taza de 125 ml -Jugo de fruta natural en agua o leche, vaso de 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable y con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana) o **ALMUERZO COMPUESTO VEGETARIANO 2**: -150 gr de arroz blanco -100 gr de papa, yuca, o plátano -150 gr de algún grano o verdura -Porción de crema de vegetales o sopa de verduras /cereales 1 taza de 125 ml -50 gr de postre -Jugo de fruta natural en agua, 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable y con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana	640
4	**Cena tipo buffet**, deben contar con: entrada, plato fuerte, postre y bebida día 1; sugerencias técnicas: **CENA COMPUESTA 1**: -125 gr de arroz blanco -100 gr de papa, yuca, o plátano -100 gr de verdura o grano -150 gr de carne de res, pollo o pescado	

	-Porción de crema de vegetales 1 taza de 125 ml -Jugo de fruta natural en agua o leche, vaso de 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable y con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana o **CENA COMPUESTA VEGETARIANA 2**: -150 gr de arroz blanco -100 gr de papa, yuca, o plátano -150 gr de algún grano o verdura -Porción de crema de vegetales o sopa de verduras /cereales 1 taza de 125 ml -50 gr de postre -Jugo de fruta natural en agua, 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable y con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana	320
5	**Refrigerios** para el día 1, am y pm; día 2, am y pm; en total son cuatro turnos de refrigerios. Sugerencias técnicas: **REFRIGERIO 1** -Pastel en hojaldre de pollo, 150 gramos. -Jugo de fruta natural en agua, bajo en azúcar o avena, 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana) -Fruta mínimo 150 gramos (manzana, durazno, banano, etc) o **REFRIGERIO 2** -Tajada ponqué 55gr con empaque -Jugo en caja bajo en azúcar de 300 ml (Pera, manzana, durazno) -Fruta mínimo 100 gramos (manzana, durazno, banano o mandarina) o **REFRIGERIO 3** - Farináceo de sal o dulce. (pastel pollo, pastel gloria, palito de queso, mantecada, ponqué galleta de avena, emparedado de jamón y queso) 60 gramos. -Bebida industrializada de jugo en caja tipo tetrapack de 200ml - 250ml.	1280
6	Hidratación durante la estadía de los dos días. 3 bebidas por persona.	960
7	Auxiliares de enfermería	4
8	Auxiliares logísticos para el viaje/grupo	8
9	Coordinador logístico encargado para la salida	1
10	Tarjeta de asistencia médica por 2 días para cada persona para los días de la salida	640
SALIDA N°2 PASADIA MUJERES		
11	**Pasadía en centro vacacional** Lugar en tierra caliente a 4 horas o 170 km del Municipio de Cogua, el cual debe contar con piscinas teniendo en cuenta la cantidad de beneficiarios, salón o zona de comidas según cantidad de beneficiarios, Locker que cubran como mínimo el 70% de los asistentes, juegos de mesa, juegos como tejo y/o mini tejo, rana y/o bolirana, zonas de baños, duchas y fácil acceso para personas adultas mayores y/o para personas con movilidad reducida.	**40 personas**
12	**Desayunos tipo buffet**, posibles sugerencias: **DESAYUNO COMPUESTO 1**: -Bebida café en leche o chocolate calientes o jugo natural, 7 onzas debidamente presentado -Producto elaborado a base de harina o maíz: puede ser arepa, pan, envuelto 200 gramos. -Proteína: huevos al gusto 200 gramos. -Caldo de carne o pescado 1 taza de 125 ml. O **DESAYUNO COMPUESTO 2**: -Jugo natural de 7 onzas (naranja, mandarina, mora, guanábana). -Bebida café en leche o chocolate calientes 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable con tapa. -Producto elaborado a base de harina o maíz: puede ser a repa, pan, envuelto 200 gramos. -Proteína: huevos al gusto 200 gramos	40

13	**REFRIGERIOS** Refrigerios para el día. Sugerencias técnicas: **REFRIGERIO 1** -Pastel en hojaldre de pollo, 150 gramos. -Jugo de fruta natural en agua, bajo en azúcar o avena, 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana) -Fruta mínimo 150 gramos (manzana, durazno, banano, etc) o **REFRIGERIO 2** -Tajada ponqué 55gr con empaque -Jugo en caja bajo en azúcar de 300 ml (Pera, manzana, durazno) -Fruta mínimo 100 gramos (manzana, durazno, banano o mandarina)	80
14	**Almuerzos tipo buffet,** deben contar con: entrada, plato fuerte, postre y bebida, posibles sugerencias técnicas: **ALMUERZO COMPUESTO 1:** -125 gr de arroz blanco -100 gr de papa, yuca, o plátano -100 gr de verdura o grano -150 gr de carne de res, pollo o pescado -Porción de crema de vegetales 1 taza de 125 ml -Jugo de fruta natural en agua o leche, vaso de 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable y con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana) o **ALMUERZO COMPUESTO VEGETARIANO 2:** -150 gr de arroz blanco -100 gr de papa, yuca, o plátano -150 gr de algún grano o verdura -Porción de crema de vegetales o sopa de verduras /cereales 1 taza de 125 ml -50 gr de postre -Jugo de fruta natural en agua, 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable y con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana	40
15	Tarjeta de asistencia médica por 1 día para cada persona para los días de la salida	40
SALIDA No 3 PASADIA CUIDADORES		
16	**Pasadía en centro vacacional** Lugar en tierra caliente a 4 horas o 170 km del Municipio de Cogua, el cual debe contar con piscinas teniendo en cuenta la **cantidad de** beneficiarios, salón o zona de comidas según cantidad de beneficiarios, Locker que cubran como mínimo el 70% de los asistentes, juegos de mesa, juegos como tejo y/o mini tejo, rana y/o bolirana, zonas de baños, duchas y fácil acceso para personas adultas mayores y/o para personas con movilidad reducida.	**40 personas**
17	**Desayunos tipo buffet, posibles sugerencias:** **DESAYUNO COMPUESTO 1**: -Bebida café en leche o chocolate calientes o jugo natural, 7 onzas debidamente presentado -Producto elaborado a base de harina o maíz: puede ser arepa, pan, envuelto 200 gramos. -Proteína: huevos al gusto 200 gramos. -Caldo de carne o pescado 1 taza de 125 ml. O **DESAYUNO COMPUESTO 2**: -Jugo natural de 7 onzas (naranja, mandarina, mora, guanábana). -Bebida café en leche o chocolate calientes 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable con tapa. -Producto elaborado a base de harina o maíz: puede ser a repa, pan, envuelto 200 gramos. -Proteína: huevos al gusto 200 gramos	40
	REFRIGERIOS	

18	Refrigerios para el día. Sugerencias técnicas: **REFRIGERIO 1** -Pastel en hojaldre de pollo, 150 gramos. -Jugo de fruta natural en agua, bajo en azúcar o avena, 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana) -Fruta mínimo 150 gramos (manzana, durazno, banano, etc) o **REFRIGERIO 2** -Tajada ponqué 55gr con empaque -Jugo en caja bajo en azúcar de 300 ml (Pera, manzana, durazno) -Fruta mínimo 100 gramos (manzana, durazno, banano o mandarina)	80
19	**Almuerzos tipo buffet, deben contar con: entrada, plato fuerte**, **postre y bebida**, posibles sugerencias técnicas: **ALMUERZO COMPUESTO 1**: -125 gr de arroz blanco -100 gr de papa, yuca, o plátano -100 gr de verdura o grano -150 gr de carne de res, pollo o pescado -Porción de crema de vegetales 1 taza de 125 ml -Jugo de fruta natural en agua o leche, vaso de 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable y con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana) o **ALMUERZO COMPUESTO VEGETARIANO 2**: -150 gr de arroz blanco -100 gr de papa, yuca, o plátano -150 gr de algún grano o verdura -Porción de crema de vegetales o sopa de verduras /cereales 1 taza de 125 ml -50 gr de postre -Jugo de fruta natural en agua, 7 onzas debidamente presentado en envase biodegradable y con tapa. (Maracuyá, mora, fresa o guanábana	40
20	Tarjeta de asistencia médica por 1 día para cada persona para los días de la salida	40